

# お知らせ

初めての方も大歓迎です。  
ぜひご参加ください。



**ロコモ体操**  
(筋力アップ体操とウォーキング)  
毎月第1・3木曜日 14:00~  
会場…柳田集会所

## 燃やせ体脂肪教室

※事前にご連絡ください。  
参加費…無料

## 影森教室

毎週火曜日 13:30~15:00  
会場…秩父スポーツ健康センター

## 自彊術

(じきょうじゆつ)  
毎月第2・4金曜日 18:00~  
会場…原谷公民館  
参加費…月1,000円

## 皆野教室

毎月第2・4木曜日 9:30~  
会場…皆野町柔剣道場

## 長瀬教室

毎月第3木曜日 13:30~  
会場…長瀬中央公民館

## 笑いヨガ

毎週土曜日 8:00~  
会場…ミュージック噴水広場



各支部活動への参加ご希望の方は事前に組合員サポート課 渋谷(☎23-8124)までご連絡下さい。

無料法律相談：13時~

5/1(水) 秩父民商事務所にて(☎23-8154)

※希望の方は電話にてお申込みください。

## 4月の診療体制のご案内 急きょ変更になる場合があります。【 】内は専門

診療受付時間		月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	内科	山田 昌樹 (院長)	吉野 隆之 *2 毎週 11 時~ もの忘れ外来 「予約制」	吉野 隆之	山田 昌樹 (院長)	山田 昌樹 (院長)	*1 6日:村岡・担当医 13日:吉野・担当医 20日:村岡・担当医 27日:吉野・担当医  *2 院長・吉野・村岡 医師は、総合診療 内科医です。  *3 土曜日の医師体制は輪 番制のため、急遽変更 となる場合があります。 予めご了承ください。
		村岡 雷太	市川 篤 【呼吸器】	村岡 雷太	中林 公正 【腎・リウマチ】	村岡 雷太	
		市川 篤 【呼吸器】 (1日・15日)	野口 周一 【リハビリ】 (2日・16日)		吉野 隆之	市川 篤 【呼吸器】	
(木:小児科) 9:30~12:00	小児科			藤田 映輝		山田 昌樹 (院長)	
午後(火のみ) 14:30~16:30	小児科・ 冷え性外来		横井 範子				
午後	*3 訪問診療	市川 篤 (1日・15日)	市川 篤			市川 篤	
夜間 17:00~18:30	内科		村岡 雷太	吉野 隆之	山田 昌樹 (院長)		

※横井医師の漢方による冷え性外来を行なっています。ご希望の方は☎23-1300までお電話ください。

訪問診療も行なっています。 検査結果や薬の名前など用意しておきましょう。

※夜間・休日で受診やご相談がある場合はご連絡下さい。

※検査等できない場合は、他の医療機関に紹介させていただくこともございます。

入院時の差額ベッド代は  
いただいております。

お宅までお迎えに伺う個別送迎を行っています。

利用を希望される方は、まずは受付までお電話ください。☎23-1300



医療、福祉にかかわらず、「困りごと」がありましたら、まずはお気軽に  
窓口へご相談下さい。 ※当院は無料低額診療事業を行なっております。

# しあわせ

2024年  
4月号  
No.356

発行 秩父生協病院 広報委員会

医療生協さいたま  
秩父生協病院

〒368-0016 埼玉県秩父市阿保町1-11  
☎0494-23-1300

## 秩父生協病院の理念

地域の人々とともに、利用者中心の安心・安全の  
保健・医療・介護サービスを提供します。

インターネットでの情報は     
又は、<http://www.chichibu-ch.or.jp/> です。

訪問看護・訪問介護・ケアプランなど介護のご相談は

●生協ちちぶケアステーション  
秩父市阿保町1-11 ☎0494-22-9902

●小規模多機能型居宅介護生協花の木ホーム  
秩父市上町1-12-11 ☎0494-25-2000

## 医療懇談会開催しました

3月13日に外来待合スペースにて医療懇談会を開催しました。  
組合員、職員合わせて20名を超える参加がありました。

今回は、回り八病棟と外来を担当している村岡医師より「秩  
父生協病院の外来診療」をテーマに報告がありました。

全国平均より高い高齢化率、車が無いと通院が困難、などの  
地域の特性をふまえ、秩父生協病院では積極的な個別送迎を行っ  
ていること、本当に通院が難しくなった場合は訪問診療に切り替えて治療を継続できることなど  
が報告されました。入院中は食事ができず、このままお看取りになるかもしれないと思われた方  
が、思い切って自宅に帰ったところ、少しでも食事がとれるようになり、その後、何年かご  
自宅で穏やかな時を過ごされた実際の事例なども紹介されました。

また、可能な限り自宅で元気に過ごすために、要介護状態の前触れともいえるフレイルを予防  
するための方法も紹介されました。

質疑応答の時間には「眼科や耳鼻科など、専門科との連携はどうなっているのか?」「運動の  
必要性は理解しているが、高齢で膝や腰などは注意が必要。どのくらいの強度でどのくらいやれ  
ばいいのかという兼ね合いが難しい」「訪問診療の継続が難しくてやめていく医療機関の話を知  
っている。秩父生協病院の訪問診療の今後の見通しはどうなっているのか?」「フレイル予防の  
ためには、介護保険の対象にならない高齢者のための運動教室が必要だと思う。地域でやってい  
るフレイル予防教室のようなものを秩父生協病院でもできない  
か?」など、多くの質問や意見が出されました。



出された提案や意見に対しては病院として対応を検討してい  
きたいと思っております。

病院に対する率直な意見が聞ける場として、今後もこの懇談会  
の開催は継続していきたいと感じました。(事務長 宇田川 麗)

## お知らせ

●環境ボランティア活動 病院周辺の草むしりを行います。  
日時：4月27日(土)8:30~10:00 秩父生協病院組合員サポート室集合  
※使い慣れた草刈り鎌や剪定鋏をお持ちの方はご持参下さい。

●フードパントリー  
日時：4月27日(土)13:00~15:00 会場：秩父生協病院1階待合室  
※必要な方に食材をお分けしています。4/19までに☎23-1300へお申し込み下さい。



## シリーズ 自助具紹介① 介助箸

自助具とは、病気や怪我、加齢によって困難になってしまった動作を、可能な限り自分で行えるよう、特別に工夫された道具のことを指します。

第1回は、皆さんの生活に欠かせない“食事”に関する自助具、『介助箸』を紹介します。箸は指の細かい操作が必要なため、病気や怪我で麻痺が残ると、上手く使えなくなってしまう方が多くいらっしゃいます。

「スプーンやフォークは使えるけど、箸も使えるようになりたい」「麺類は箸で食べたい」「でも普通の箸ではこぼしてしまうこともあるし、時間もかかるので疲れてしまう…」という方には、下の写真のような自助具を紹介しています。また、利き手が麻痺等で使えなくなってしまった人が、利き手ではない手で食事をする際にも役立ちます。

①は、手の形にフィットするよう複雑な形になっていて、右手用、左手用があります。②は、①よりも少しシンプルな形で、左右どちらの手でも使えます。③は、太さや形は普通の箸とあまり変わりません。いずれの箸も、二本が繋がってピンセットのようになっているため、箸先がずれたりせず、食べ物がはさみやすくなっています。

どのタイプが良いかは、リハビリの訓練や実際の食事場面で、使用してみながら検討しています。楽しみとしての役割も大きい“食事”。ストレスなく美味しく食べられるといいですね！

(作業療法士 岡野 絢子)



①箸ぞうくん



②箸ノ助



③奥：楽々箸  
手前：ソフトバリアフリー箸

## 『すこしお体験 ～みそ汁試飲会～』

2/22 (木) に今年度 2 回目となる『すこしお体験、みそ汁試飲会』を開催しました。

内容は塩分濃度 0.8%と 1.4%のみそ汁の飲み比べ、塩分チェック、資料配布、減塩レシピ配布です。

12 名の方に試飲していただきましたが、さすが生協病院に通う方達だけあって、普段から塩分に気を付けている方ばかりで、0.8%のみそ汁でも濃く感じるという方が多かったです。

「すこしお」とは、「少しの塩分ですこやかな生活」をめざす医療福祉生協のとりのくみの総称。「つらい」「おいしくない」「続けるのが大変」という減塩に対するイメージを変え、ひとりひとりがポジティブに「塩と上手につきあうこと」を考え実践することを目指しています。

塩分少な目でも美味しい「すこしおレシピ」の紹介など、今後も楽しくためになるとりくみを、続けていきたいと思っております。



## 部門紹介⑩ 外来看護科

秩父生協病院の各部門について毎号紹介していきます。

外来看護科では、7名の看護師で業務にあたっています。外来看護師の仕事は多岐に渡っています。外来に来られた患者様に対しては、医師の診察前の問診、診察の補助、採血や点滴などの処置室業務、胃カメラ補助などを行っています。また、医師とともに訪問診療も行いますし、デイケアでは、利用者の体調確認や各種処置を行っています。



外来の問診の際には、前回の受診からお体の状態変化がないか、薬の飲み忘れがないかなど聞き取らせてもらっています。小さな変化にも気づけるくらい、一人一人の患者様を理解できるように頑張っています。高齢化が進んでいる中、認知機能の状態や療養環境の状態も把握して、必要に応じてケアマネジャーなど介護サービスにもつなげています。

内視鏡室では胃内視鏡検査直接介助看護師として、検査中の不安を和らげるように傍らで背中をさすり、患者様に寄り添っています。

訪問診療では、病院へ受診できない患者様のお宅に医師と看護師が伺い、診察を行っています。急な体調悪化の時などは、他の介護事業所や医療機関とも連携しながら、対応しています。緊急入院の調整を行うこともあります。

通所リハビリ（デイケア）では、利用者の血圧、体温、その他の体調を確認し、リハビリ中や入浴中の体調悪化が出ないように気を配っています。飲み薬や塗り薬の対応をしたり、自分で切るのが難しい状態の爪の処置をしたりすることもあります。秩父生協病院の外来に通院されている方も多いので、普段からみていることで、変化に気づけるよう心がけています。

担当の業務は多岐に渡りますが、どの場面でも、患者様の疾患だけでなく生活全体を意識した関わりをしています。家族関係の悩みや、経済的な問題の相談をお受けすることもあります。気になることがあれば遠慮せずに看護師にご相談ください。

(外来看護長 水野 京子)

## フードパントリー食材提供のお願い

毎月第4土曜日に開催されるフードパントリーで提供するための食材を集めています。賞味期限まで3ヶ月程度ある、未開封で常温保存可能なものをお願いします。提供いただける方は、秩父生協病院1階受付へお持ちください。



### 職員募集

**管理栄養士** ※入院患者の栄養管理、外来での食事指導など

雇用形態：常勤職員  
給与：(22歳の場合) 基本給 208,100円  
勤務時間：平日 8:30~17:00 土曜 8:30~13:00  
休日：4週6休、リフレッシュ休暇4日、年末年始休暇5日  
年齢：50歳くらいまでの方  
福利厚生・手当：育児休暇・介護休暇、こども手当・住宅手当・年末年始特別手当など

**調理員** ※食材の下ごしらえや盛り付けなどの仕事で、資格は不要です。

雇用形態：非常勤職員  
給与：時給 1030円～  
勤務時間：① 5:30~14:00  
② 7:30~16:00  
③ 11:00~19:30 ※応相談  
勤務日数：週2~4日 ※応相談  
年齢：60歳くらいまでの方