

お知らせ

初めての方も
大歓迎です。
ぜひご参加ください。



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。

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

毎月第2・4金曜日 18:00~
会場…原谷公民館
参加費…月1,000円

秩父市健康
マイレージ
ポイント
対象事業

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…ミュージックパーク噴水広場

無料法律相談：13時~

8/7(水) 秩父生協病院にて(☎23-1300)

※希望の方は電話にてお申込みください。

7月の診療体制のご案内 急きよ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
		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)	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)	※2 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。
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)	市川 篤			市川 篤	※3 通院が困難な方に対し ては医師が計画的にお 宅へ伺う在宅訪問診療 を実施しています。
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



なんでも
相談窓口

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
7月号
No.359


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

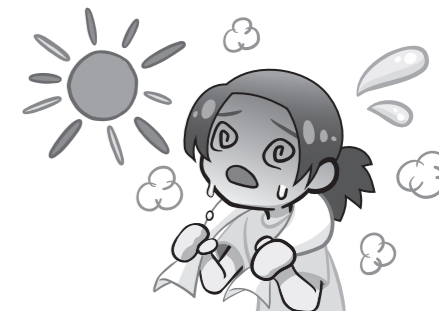
●小規模多機能型居宅介護生協花の木ホーム
秩父市上町1-12-11 ☎0494-25-2000

熱中症予防

2023年5月から9月の全国における熱中症による救急搬送人員の累計は91,467人で、過去2番目に多い結果となりました。

体内での熱の産出と放散のバランスが崩れて、体温調節機能が狂ったり、体内の水分や塩分のバランスが崩れたりすることで起こる、めまいや頭痛、けいれん、意識障害などの症状をまとめて「熱中症」といいます。熱中症の原因は気温だけではありません。湿度や風速、日差しなどの環境要因のほかに、疲れや寝不足などのからだの状態も影響します。

体調を整えて、様々な工夫で暑さを乗り切っていきましょう。



熱中症の予防のポイント

1. 上手にエアコン利用

暑い時は、無理せずエアコンを使用しましょう。高齢者は室温上昇に気付きにくいことがあります。エアコンの温度設定機能を利用し室温が一定に保てるようにしましょう。

2. 水分はこまめに補給

のどが渇く前の水分補給を心がけましょう。大量に汗をかいた場合には、塩分摂取も必要です。経口補水液なども活用しましょう。スポーツドリンク利用時は糖分量を確認し、大量に含まれている商品は避けて下さい。

3. 「おかしい?!」と思ったら病院へ

日頃から体温測定等の健康管理につとめ、自分の状態を把握しておきましょう。頭痛や吐き気、だるさは熱中症の初期症状かもしれません。おかしいと思ったら、涼しいところに避難し、医療機関に連絡しましょう。

4. 周りの人にも気配りを

高齢者は熱中症になりやすく、なった場合も重篤化しやすい傾向があります。ご近所で声を掛け合うなど、周りの人の体調にも気を配りましょう。

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：7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。
※十分な熱中症対策をしてお参加下さい。

●フードパントリー

日時：7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。7/19までに☎23-1300へお申し込み下さい。



シリーズ 自助具紹介③ ソックスエイド

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、可能な限り自分でできるように、特別に工夫された道具のことを指します。

第3回は、“更衣”に関する自助具『ソックスエイド』を紹介します。ソックスエイドは、足先まで手が届かなくなってしまった方が、手を借りずに靴下を履くことができるようにサポートする自助具です。腰を曲げて前かがみになることなく椅子などに座ったまま楽な姿勢で靴下がはけます。



①市販のソックスエイド



②手作りソックスエイド

①の市販のソックスエイドは、定価2,000～3,000円程度です。

②のソックスエイドは、手づくりです。100円ショップで下敷きと紐を購入し、型紙に沿って下敷きを切るだけで作成可能なため、①と比べて安価です。

ソックスエイドの使い方ですが、下の写真のようにソックスエイドに靴下を履かせ、足先に下ろし、足を通して引っ張ることで靴下を履くことができます。



ソックスエイドの使い方

自助具の助けを借りながら、自力でできることが少しずつ増えていくといいですね！！
(作業療法士 小口 祐弘)

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。



季節の生協病院ごはん

6月の行事食のテーマは「入梅」

梅雨の鬱陶しさを吹き飛ばす、爽やかなメニューです。

梅ソースを添えたメインディッシュは白身魚か鶏肉か、患者様の好みで選択していただきました。

- ・しょうがご飯
- ・白身魚の梅ソースまたは鶏肉の梅ソース
- ・和風サラダ
- ・味噌汁
- ・桃のムース



埼玉土建秩父支部の『ふれあい住宅デー』に参加しました

秩父郡市内の8ヶ所での同時開催のため、各支部の組合員と秩父生協病院・生協ちちぶケアステーションの職員で手分けして会場に。血压測定、体脂肪測定、健康相談を行いました。天気にも恵まれ、初夏の爽やかな空気の中で、来場された方とおしゃべりを交えながら楽しく健康チェックを行いました。



屋外で開放的に健康チェック



和室でじっくり健康相談

職員募集

厨房のスタッフを募集しています。
病院の『食』を支えるメンバーとして働いてみませんか？

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

調理師

※入院患者、デイケア利用者へ
提供する食事の調理

雇用形態：常勤職員
給与：(28歳の場合) 基本給 216,000円
勤務時間：①5:30～14:00 ②7:30～16:00
③11:00～19:30 平日
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

異動職員を紹介します



埼玉協同病院より異動

角田 皇祐 (つのだ こうすけ)
診療放射線技師

放射線技師歴は9年目になります。

3年前まで熊谷生協病院で勤務していましたので、北部地域での勤務は2回目になります。

質の高い検査を、皆さんがストレスなく受けられるように頑張っていきます。

ご迷惑おかけすることもあるかもしれませんが、よろしくお願いします。

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