

を導入しました！



タッチパネル操作で撮影が可能になり、スムーズに検査できるようになりました。無散瞳眼底カメラでは、散瞳剤（目薬）を使用して瞳孔を広げる必要がないため、患者さんは少ない負担で検査を受けることができます。検査は1～2分で終わります。

目の奥の網膜や視神経の出入口、血管を直接見ることができます。白内障や緑内障、黄斑疾患などの目の病気や高血圧や動脈硬化、糖尿病性網膜症など内科的な病気もわかります。

健診オプションなら **¥1,232**

定期通院している方は主治医にご相談ください。

普段かかっていない方は、受付(☎04-2924-0121)にご相談ください。

お預かりした出資金は、このような医療機器の更新や
施設の充実に役立てられています。

ぜひ出資金の増額にご協力をお願いします。

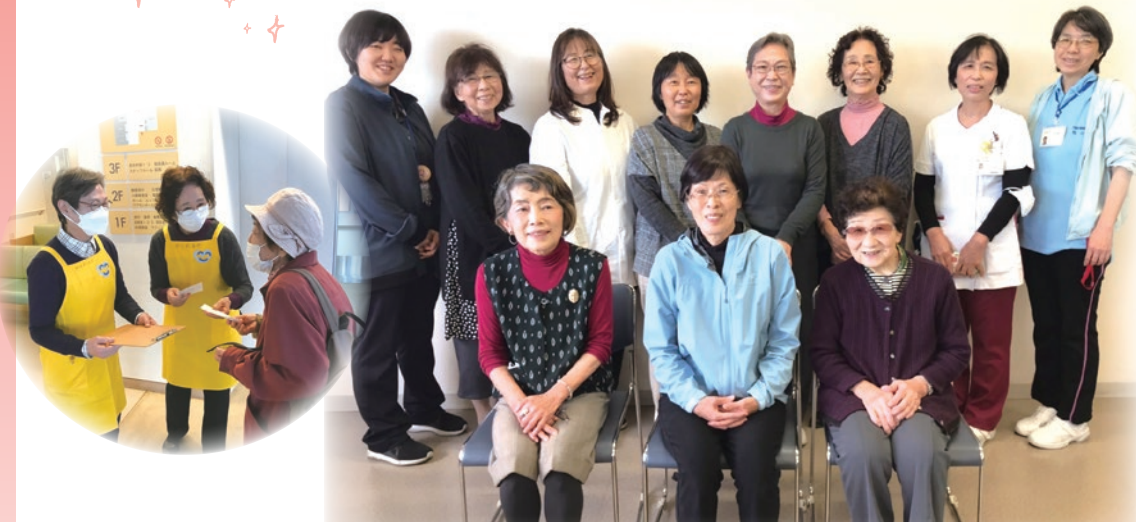
診療所では、年末増資キャンペーンを行っています。



今年は医療生協さいたまが 合併して30年の記念yearです



生協の診療所の最大の特徴は、組合員が事業参加をしていること。
その制度の一つが「事業所利用委員会」です。(以下利用委員会)
利用委員会の活動を紹介します。



安心してかかる診療所づくりのために、組合員と職員と一緒に活動しています。ぜひ虹の箱へのご意見・ご要望をお寄せください。



投書はメールでもできます。下のQRコードを読み取ってください。



利用者に対し満足度の高いサービスがどうやれば提供できるかを検討し、改善活動に取り組んでいます。

例 虹の箱の投書、環境整備、満足度アンケート、ボランティア学校

他の事業所の利用委員会と交流し、自事業所の活動に活かします。

例 9月に川口市のさいわい診療所を見学し交流しました。地域コミュニティスペースの活用や待ち時間対策等参考にしたい!

今月の二十四節気

とうじ 冬至
12月22日頃

太陽が最も低い位置にあり、1年で最も夜が長く、昼が短い日です。

太陽の力が一番弱まる日ですが、翌日からは再び強まるということから、運が向いてくるとされています。

また、冬至かぼちゃ、冬至がゆ、柚子湯などで、厄払いや無病息災を願う風習があります。

12月に気をつけたいからだのこと

この頃昼間は晴れて気温が上がっても、夕方にはぐっと冷え込みます。ストールや上着で上手に調節しましょう。手首や足首を温めるのも効果的です。喉や鼻の粘膜が乾燥するとウイルス感染のリスクが増します。気候に合わせて部屋の加湿をしましょう。

また、肌荒れ前の予防が大切です。入浴や手洗いの後にはこまめに保湿をしましょう。

かぜ予防におすすめなのが、ビタミンCが豊富な旬のみかんです。

食べ過ぎはカロリーオーバーにもつながるので、小サイズを1日2個までにしましょう。栄養豊富な白菜やネギを使ったお鍋もおいしくなります。

寒い季節は思わぬ怪我が増えます。足踏みや足の指で新聞紙を丸めるなどの体操もおすすめです。

外来のご案内

待ち時間短縮のため予約をお勧めしています。
お電話にて予約をお取りします。当日も可。

個別送迎も
やっています

	診療受付時間	月	火	水	木	金	土
午前	8:30 ~ 11:30	内科 禁煙 血液	内科 禁煙 胃カメラ	内科 禁煙 栄養相談 ※第2・4のみ	内科 禁煙 物忘れ 循環器 糖尿病	内科 禁煙 循環器	内科 禁煙 血液膠原病 ※第3のみ
				訪問診療(往診)		訪問診療(往診)	
午後	14:00 ~ 16:30	内科 禁煙 血液	休診	内科 禁煙 栄養相談 ※第2・4のみ	内科 禁煙 糖尿病	休診	休診
				訪問診療(往診)			
夜間	水 18:00~ 19:30 金 17:30~ 19:00	休診	休診	内科 禁煙 血液膠原病	休診	内科 禁煙	休診

12/10(第2土)、12/30~1/3年末年始、日曜は休診です。
訪問診療、往診をご希望の方は、☎04-2924-0121までお電話ください。



医療生協さいたま



〒359-1143
所沢市宮本町2-23-34

所沢診療所

☎04-2924-0121 FAX04-2921-1349

ケアセンターとこしん

☎04-2924-1119 FAX04-2929-5505

介護付有料老人ホーム 桂の樹

☎04-2923-3695 FAX04-2923-3703

✉ toko-soshiki@mcp-saitama.or.jp



2022年12月号(No.16)
デザイン：株式会社コア