

診療体制のご案内 診療は予約制です。お電話にてご予約をお取りします。当日もお受けしております。

診療時間		月	火	水	木	金	土
午前 8:30 12:30	内科 1診	中村	中村	阿部	福庭	中村	西村
	内科 2診	河野	阿部 千葉 (胃カメラ)	松村		野崎	中村 武井 (専門外来)
	栄養相談			第2・4 齊藤			
午後 14:00 16:30	内科	河野		松村		野崎	
	往診	中村	中村 千葉	中村	福庭	中村	
夜間 18:00 20:00	内科			中村		松村 (1診) 武井 (2診)	

※武井医師については専門外来のため予約診療のみとなります。

10月9日(体育の日)、14日(第2土曜日)、日曜日は休診です。 ※10月より、木曜日午後は休診となります。

連絡便運行表のご案内

①診療所	②新所沢駅	①診療所	③旧診療所	④所沢駅	⑤西所沢駅	⑥下山口駅	⑦大六天 交差点そば
裏玄関前	西口ロータリー ポスト前付近	裏玄関前	玄関前	三井住友 (歩道橋下)付近	子供服 HAPPYさん前付近	クリーニング店 ラビット21脇付近	中華食堂 日高屋さん側道付近
8:35			8:40		8:45	9:05	9:15
9:30			9:35		9:40		
9:55	10:00	10:05	10:10	10:15	10:25		
10:40			10:45		10:50		
11:05	11:10	11:15	11:20	11:25	11:35	11:55	12:05
12:20			12:25		12:30		
12:45	12:50	12:55	13:00	13:05	13:15		

* 所沢診療所は、駐車場側の裏玄関から出発します。

* 道路状況により、時間がずれる場合があります。あらかじめご了承ください。

西協同病院の連絡便～虹の風2号～ご利用ください

★西協同病院出発 (所沢診療所行き)	8:30 9:20 11:30	★所沢診療所出発 (西協同病院行き)	9:00 9:50 12:00
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

新所沢駅 西口ロータリー
(ミナミプラザ、ポスト前付近)

所沢駅 (三井住友前(歩道橋下)付近)

西所沢駅(改札並びの
子供服HAPPYさん付近)

下山口駅(クリーニング店
ラビット21さん脇付近)

大六天交差点そば
(中華食堂日高屋さん側道付近)



健康をずっと。安心をもっと。

とこしんだより

<http://tokoshin.mcp-saitamawest.jp/>

No.284 2017年10月号

医療生協さいたま

- 所沢診療所
〒359-1143 所沢市宮本町2-23-34
☎.04-2924-0121 FAX.04-2928-3206
- ケアセンターとこしん
☎.04-2924-1119 FAX.04-2929-5505
- 介護付有料老人ホーム 桂の樹
☎.04-2923-3695 FAX.04-2923-3703

生協強化月間 キャンペーン

～加入・増資のご協力をお願い致します～

医療生協の事業と運動は、多くの方の出資金で支えられています。この機会にぜひご協力下さい。

キャンペーン期間 2017年10月2日(月)～11月30日(木)

- ① 期間中に2口以上の出資で「加入」
- ② 期間中に1回2口以上の「増資」

いずれかで、**パワフル携帯ライト プレゼント!**

※プレゼントはなくなり次第、終了となります。

お問い合わせ・出資お申し込み

医療生協さいたま 所沢診療所 ☎.04-2924-0121

数量限定! お早めに、お見逃しなく!!

11月19日 所沢診療所・桂の樹 ケアセンターとこしん **健康まつり開催!**

つながってひろがって 元気力! アップ

時間 午前10時～午後2時 参加協力券: 1枚200円 (当日もお求めいただけます)

会場 所沢診療所

ステージ企画では、所沢市観光大使JAY'S GARDEN(ジェイズガーデン)によるスペシャルライブを予定!

健康チェックコーナーや模擬店・バザー、大抽選会など楽しさ満載。お待ちしております。

あつたかい生活
ここつなげるホーム

介護付
有料老人ホーム **桂の樹** (かつらのき)



9月3日、家族参加型行事のぶどう狩りに出かけました。初秋を感じるとても良い天気にも恵まれました。ぶどう園に到着早々、「どれが大きいかな!？」と立派なぶどうを宝探しのように探して、みんなでぶどう狩りを楽しみました♪採りたての大粒のぶどうは、とても甘く美味しかったです!ご家族様の参加もあり、賑やかでとても楽しい一日でした。



ぶどう狩り



和太鼓



自己紹介

9月17日には、敬老会行事を行いました。第1部は、ボランティアの『和太鼓 きり組』の方にお越し頂き、和太鼓の演奏鑑賞と和太鼓を叩く体験をさせて頂きました。和太鼓の大きな力強い音にビックリしながらも大喜び! 第2部は、ご入居様がマイクを持って自己紹介をおこない、その後は美味しいお饅頭とお茶をいただきました♪

これからも、ご入居様に毎日の生活の中で楽しんで頂けるような行事・イベントを予定しております♪

〈お問い合わせ〉 桂の樹 (かつらのき) ☎.04-2923-3695

<http://tokoshin.mcp-saitamawest.jp/katsuranoki/>

ウォーキング
に参加してみませんか!

楽しみながら健康づくりに取り組もうと、多くの支部で企画・実施しているウォーキング。数回に分けて歩くシリーズ企画や、自然観賞、美味しいものめぐりや名所めぐりなど、コースも近隣から遠方まで様々です。「一人ではなかなか行く機会がないから...」「友人を誘って行きたいけど...」とお思いの方、是非ご参加下さい。

10月のウォーキング予定

開催支部名	日程	場所
所沢第三支部	10月7日(土)	中氷川神社 金仙寺 比良の丘
山口荒幡支部	10月11日(水)	東村山 ふるさと館
飯能日高支部	10月18日(水)	美杉台方面

参加希望・お問い合わせは
所沢診療所 ☎.04-2924-0121
担当:清水まで



水曜日の夜間診療(中村医師)を
ご利用ください!

毎週水曜日も夜間診療をおこなっています。比較的待ち時間も少なくご案内することが出来ます。中村医師が夜間対応いたしますので日中来院することが出来ない方などは是非ご利用ください。薬については院外薬局での対応となりますが、ご了承ください。 事務主任 稲野 正史

10月のスケジュール

1日(日)	生協強化月間スタート
5日(木)	Bブロック社保長会議 10:00~
8日(日)	埼玉西協同病院 健康ふれあいまつり 10:00~
16日(月)	桂ん家実行委員会 11:30~ 事業所利用委員会 13:30~
17日(火)	地区運営会議 9:00~
18日(水)	おかしなサロン 13:00~
20日(金)	Bブロック支部長会議 9:30~ 桂の食卓~桂ん家 17:30~
23日(月)	健康まつり実行委員会 13:30~
24日(火)	Bブロック保健長会議 10:00~
26日(木)	建設委員会 9:30~※会場:西協同病院
30日(月)	とこまち会 学習会

虹の箱・利用者さんより

★今回は組合員の取り組み行事(バス旅行)でのアンケートを虹の箱にいただきました。貴重なご意見ありがとうございます。

- ①所沢まで通院するのはとても大変です。出張診療というものはできないか?
- ②狭山にも診療所を作ってほしい。または、巡回バスなどの運行を検討してほしい。

→遠い地域の方にも診療所をご利用いただき、うれしく思っています。ありがとうございます。個別の送迎なども複数名の利用で可能か?など、前向きに検討していきます。

- ①専門家の医師がいると安心です。

→糖尿病、循環器、膠原病の専門医がおります。また、専門に関わらず内科一般診療もしております。お気軽にご相談ください。

- ①職員の皆さんの日々の活動に敬意。今後も応援します。
- ②先生がとても親切でありがたい。
- ③緊急の時に診てくださり嬉しかった

→感謝のお言葉ありがとうございます。職員一同とても励みになります。今後も気持ちのいい対応を心掛けていきます。よろしく願います。

★事務職員への感謝の手紙がはいりました。

ありがとうございました。このような投書をいただくと仕事の励みになります。

職員一同気持よく診療所を利用していただくために引き続き努力していきます。



所沢地域

くらしコーディネーター募集!

くらしサポーターのコーディネーターは、“くらしサポーター”を利用したい方とくらしサポーター(支援したい人)をつなぐ役割を行う方です。

利用のご依頼があった際に、登録している“くらしサポーター”の手配を中心に、依頼の内容や日程などの調整をおこないます。

活動地域は所沢市内です。

- 謝礼 月1万円(基本保障)
基本保障とは別に、コーディネート行動の実件数ごとに1件1,000円を支給します。
- 交通費 実費支給、1年登録制 ※採用面接があります。



くらしサポーターとは...

ちょっとした“くらしの困りごと”に対応できる“有償ボランティア制度”です。

くらしサポーターさんも大募集中です!

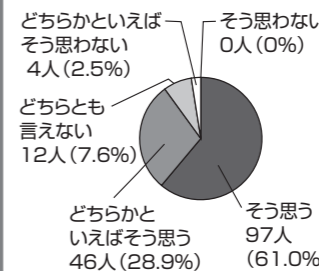
お問い合わせ・応募先
医療生協さいたまくらしコーディネートセンター
☎.048-296-8692(担当 松本・山内)
所沢診療所 ☎.04-2924-0121(担当 清水)
埼玉西協同病院 ☎.04-2942-6099(担当 茂木(もてぎ))

待合室アンケート パート2

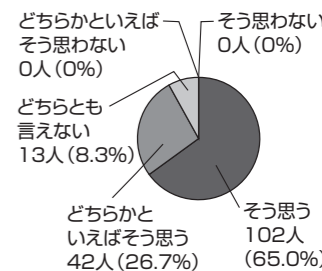
9月号に続き、残りの設問についての結果を報告させていただきます。

健康診断を受けられたことのある方

健診の検査の流れはスムーズだったですか?

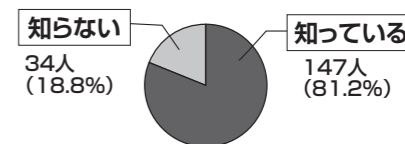


職員の説明はわかりやすかったですか?



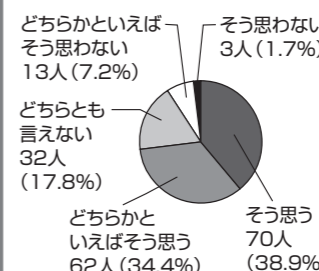
設備について

胃カメラやエコー検査が出来ることを知っていましたか?

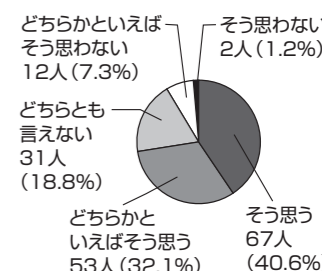


待ち時間について

診察までの待ち時間は適当でしたか?



会計までの待ち時間は適当でしたか?



アンケート結果について

健診に関しては評価が昨年より上がっていました。今後もスムーズなながれ、解りやすい説明に心がけて行きます。また、追加検査の希望なども受け付けております。是非ご相談ください。

診療所において、可能な検査に関しては多くの方がご存じでしたが、今後も随時お知らせして行きます。

待ち時間に関しては“どちらともいえない”“そう思わない”と答えた方が昨年よりやや多くありました。いつもご迷惑をおかけしております。なるべくお待たせしないように工夫していますが、順番や待ち時間に関してのお問い合わせは、随時お気軽にお声掛けください。

※次回はパート3を報告させていただきます。



事業所利用委員会 坪井 恵美

こんばんは!! ケアセンターとこしんです。

スポーツの秋、読書の秋、芸術の秋、そして食欲の秋です! さんまの美味しい季節がやってきました。さんまは良質のたんぱく質を多く含み、特に中高年の方は積極的に摂りたい魚です。缶詰を使って簡単に季節を感じてみませんか。

ヘルパーさんからのおすすめメニュー!

さんまの洋風おじゃ

- 【材料】(2人分)
サラダ油.....小さじ1
しょうが(みじん切り)...少々
玉ねぎ(みじん切り)...1/4個
しいたけ又はまいたけ(みじん切り).....100g
さんま蒲焼.....1缶
水.....1カップ
コンソメ(顆粒).....小さじ1
ご飯.....茶碗1杯
- 【作り方】
1、フライパンにサラダ油、しょうが、玉ねぎを入れ炒める。
しいたけ(まいたけ)、さんま缶詰をほぐし加える。さらに水、コンソメを加え煮立てる。
2、1の中に、ご飯を加え混ぜ、器に盛りつける。
※ お好みで、あさつきを加えてもOK!



ケアセンターとこしんホームページ
<http://nishikaigo.mcp-saitamawest.jp/tokoshin/>
★介護全般のご相談は **ケアセンターとこしん**
☎.04-2924-1119 までお気軽にどうぞ