

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。

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	
午前 8:30 11:30	内科 1診	中村	中村 第5(8/31)は休診	松村(次) 第2(8/11)は休診	福庭 第4(8/26)は休診	松岡	竹内
	内科 2診・3診	武内 第5(8/30)は休診	三輪	松村(祐) 第2(8/11)は休診	塚本	堀川	第1・4 中村 第3 武井 (専門外来)
	内視鏡(胃カメラ)		西川				
	栄養相談			第2・4 齊藤			
午後 14:00 16:30	内科	武内 第5(8/30)は休診		松村(次) 第2(8/11)は休診	塚本		
	往診	中村	坂本 中村 第5(8/31)は休診	中村	福庭 第4(8/26)は休診	中村	
夜間 18:00 19:30	内科			山名		松村(次) 武井	

※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。

8月9日(振替休日)、14日(第2土曜日)、日曜日は休診です。

連絡便運行表のご案内



車はグリーンのトヨタ「ルーミー」です。

①診療所	②新所沢駅	①診療所	③元町	④所沢駅	⑤西所沢駅	⑥下山口駅	⑦大六天 交差点そば
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)		

* ()内の時刻の便は、利用者がいない場合は
運休となります。

* 道路状況により、時間がずれる場合があります。
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
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

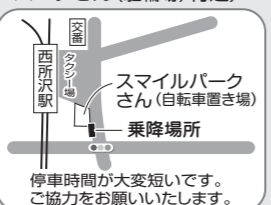
新所沢駅 西口ロータリー
(ミナミプラザ、ポスト前付近)

所沢駅 (三井住友並び(駅より)付近)

西所沢駅(スマイル
パークさん(駐輪場)付近)

下山口駅(クリーニング店
ラビット21さん先)

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

✉ toko-soshiki
@mcp-saitama.or.jp



No.330 2021年 8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

気軽に立ち寄って相談ができる…学校の保健室をイメージ

**6/23 とこ地区 まちかど保健室を
開催しました。**

様々な団体や社協・地域包括が構成員を担う所沢地域ケア会議が主体となって、地域の困りごとや相談に対して支援や対応をおこなう総合相談会「まちかど保健室」を開催しました。

当日は、所沢診療所・ケアセンターとこしんから医療・介護の専門職として看護師とケアマネジャーを派遣し医療分野や介護予防など、それぞれの相談事の解決に向けた対応を行いました。今後は、各町内会館での開催を検討しており、次回は10月に予定されています。



組合員同士の
助け合い

募集します 暮らしサポーター

例 サポートして下さる方 ← 1時間700円 サポートを依頼したい方

- ◎ 定年退職後の地域デビューとして
- ◎ すきま時間のお仕事として など
- ◎ 家事支援(ゴミ出しや買い物代行など)
- ◎ 蛍光灯や電球の取り換え
- ◎ 通院同行
- ◎ 子育て支援
- ◎ 話し相手 など

(実際の事例)

- 退院後、身体も弱くなり通院同行をお願いしました。高齢で既に一人暮らしですが、行き帰りの何気ないおしゃべりも楽しく、不安もなく通院することが出来ました。
- 腰を痛めて特に風呂場の掃除が出来なくなりをお願いしました。気持ちよく入浴出来ています。など、嬉しいお声をいただいています。

【お問い合わせ・ご利用先】

- 医療生協さいたま
暮らしコーディネーター(本部)
☎048-296-8692 担当:本戸
- 所沢診療所
☎070-2154-7355 担当:清水

通所リハビリテーション「結」通信 No.7



【PD café 結】～思いを分かち合う～

6/19(土)「PD café 結」という企画を初めて開催しました。

「PD café 結」は、パーキンソン病を抱える利用者様・ご家族様にお集まりいただき、日頃感じていることや、疾患に対する悩みや不安・対処法などを共有する場です。今はコロナ禍のため、各自飲み物を持参していただきましたが、カフェと呼び名を付けているように、参加者には気軽に自己紹介も兼ねて、自由に発言をして頂きました。

「自分自身がパーキンソン病であることをなかなか受け入れられない」「今後、自分がどうなるのか不安」「薬が効いている間はいいが、切れてしまうと動きが鈍くなってしまう」など、様々なご意見を頂きました。最初は、皆様緊張したご様子でしたが、時間と共に、自然に言葉が溢れるようになってきました。

今回3名のスタッフが参加しましたが、皆様と活気溢れる時間を共に過ごせたことに喜びを感じる一方、専門職として何をすべきか、日頃心から寄り添った対応が出来ているかなど、省みる機会を頂きました。



また、当事者同士が語ることの大切さも実感しました。自身が経験しているからこそ、伝えられることがある。その言葉が相手の境遇に触れ、気持ちに寄り添うことができる。1時間半という短い時間ではありましたが、当事者の言葉の重みは深いものでした。「PD café 結」は、これからも定期開催を行えるよう検討をすすめていきます。この輪を更に広げ、幅広いニーズにお応えできるようなcaféを目指します。

通所リハビリテーション「結」 直通電話 ☎04-2923-3697



ウォーキングに参加してみませんか!

8月のウォーキング予定

開催支部名	日程	場所
三ヶ島支部	8月12(木)	高幡不動
山口荒幡支部	8月24(火)	荒幡富士

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。

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



8月のスケジュール

- 3日(火) 桂ん家サマーランチ② テイクアウト
- 7日(土) グリーンボランティア 9:30~
- 10日(火) 桂ん家サマーランチ③ テイクアウト
- 20日(金) Bブロック支部長会議 9:30~
桂の食卓~桂ん家 定例テイクアウト
- 24日(火) みんなのカフェ ホッとこしん 13:30~

虹の箱WEBはじめました



診療所へのご意見は
←こちらまで
お寄せください。



または、toko-soshiki@mcp-saitama.or.jp まで

あつたかい生活
ここ3つなげるホーム

介護付
有料老人ホーム

桂の樹

7月7日 セタ&夏まつり開催

7/7の当日に向けて、事前準備もみんなで楽しみました。午後のひと時、おしゃべりを楽しみながら笹飾りを作り、ひとりひとりが短冊に願いを込めました。例年通り、笹竹に飾りが揺れます。

そして待ちに待った当日は、縁日気分を味わっていただこうと、盛りだくさんのメニューを取り揃えました。職員も法被を着て準備万端、お祭り気分です。

野球の始球式のように“スイカ割りセレモニー”を実施。全員で力を合わせたスイカ割です。大きく立派なスイカも、あつという間に入居者の皆さんのお腹の中に消えました。スイカの香りの中で「初物だ」「甘いね～」と喜ぶ声が聞こえます。

スイカに続き、綿あめやお好み焼きも平らげました。「いっぱい出てくるね」「綿あめなんて初めて食べた。砂糖は贅沢品だったのよ~!」と、笑顔が弾けます。

縁日コーナーは、輪投げと射的です。雲が切れお日様が顔を出してくれたので、2階テラスでは水鉄砲を使った射的となりました。童心にかえり楽しみながらも、狙いを定める眼差しは、真剣そのものです。ゲットした景品を手にそれぞれのお部屋に戻りました。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、引き続き入居者の活動の制限が続いていますが、職員・入居者みんなで久しぶりに“非日常”を感じながら、楽しい時間を過ごすことができました。



願いを込めて短冊飾り



スイカ割り



景品当てよう! 輪投げ・射的ゲーム



桂の樹
ホームページ

〈お問い合わせ〉桂の樹(かつらのき) ☎04-2923-3695

とんにちは!! ケアセンターとこしんです。

梅雨が明け、本格的に熱くなってきました。
ケアセンターとこしんの夏対策の紹介です!!

猛暑の中、車以外に自転車で訪問することも増え、毎年職員は工夫を凝らしながら利用者様の体調管理をしています。今年度は、写真のような冷却スプレーや飴、時には虫対策として虫よけスプレーも持参して出掛けています。

おうちの中にいても、熱中症になる危険があります。風通しを良くして、水分を忘れずに! あつ~い夏を乗り切りましょう!



《職員募集》

ケアセンターとこしんでは職員(ヘルパー・看護師)を募集中です。お気軽にお問い合わせください!



〈介護全般のご相談は〉ケアセンターとこしん ☎04-2924-1119

ケアセンターとこしん
ホームページ