

新潟医療生活協同組合機関紙

2019



新潟医療生協

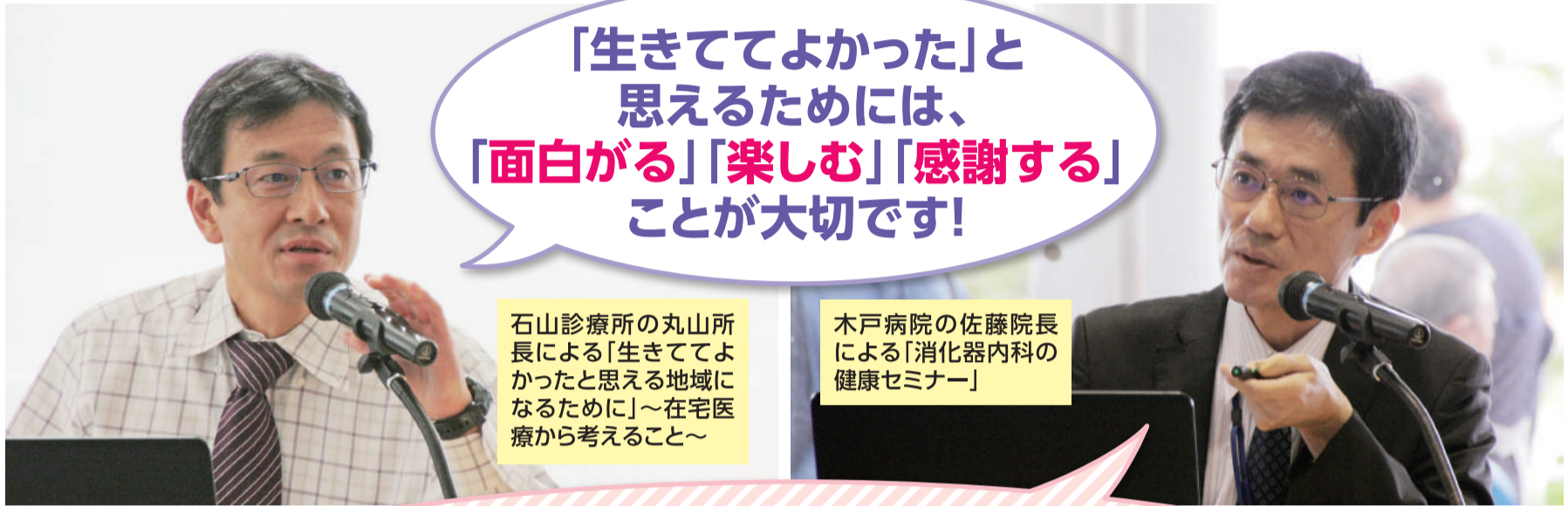
11月号

Vol.515

http://niigata.iryo-coop.com

新潟医療生活協同組合 〒950-0862 新潟市東区竹尾4-13-3 ☎025(273)2151

発行責任者 鈴木克夫 毎月1日発行(月間)定価20円 機関紙「新潟医療生協」の購読料は出資金に含まれるものとする。



「生きててよかった」と
思えるためには、
「面白い」「楽しむ」「感謝する」
ことが大切です!

石山診療所の丸山所長による「生きててよかったと思える地域になるために」～在宅医療から考えること～

木戸病院の佐藤院長による「消化器内科の健康セミナー」

地域医療には医療と介護が必要で、 私たちにはその全てがあります。 それらをこれからも発展させていきます!



先日、木戸病院を会場に第39回健康まつりが開催されました。天候の心配がありながらも、多くの方からご来場いただき、大変ありがとうございました。毎年恒例の健康講演会は木戸病院の佐藤院長による消化器疾患、石山診療所の丸山所長からは在宅医療についての講演でした。佐藤院長の講演スライドの中には内視鏡の動画があり、来場者は「自分の体はたいじょうぶかなあ」と真剣に聞き聞いていました。

聴講された方から、こんなお声が寄せられました。「何となく自分の身体が心配になり、その心配をなかに相談しました。なかまはその相談を職員さんにつなげてくれました。病院に受診する運びとなり、安心しました。新潟医療生協の強みは医療・福祉の専門家と地域で暮らす組合員が力をあわせ、安心でくらしやすい地域づくりや健康づくりを設立当初より取り組んでいるところにあります。地域とともに歩んできた私たちに皆さま一人ひとりの心配事を相談してください。」

相談することは 解決への第一歩です — 私たちには、相談力があります —



9月25日から始まった生協強化月間では、11月末までの間に多くの総支部で健康セミナーやまちかど健康チェック・訪問活動など、皆さまとお顔を合せる機会となる地域活動が目白押しで予定されています。

また、11月23日にはなじいもを会場にした食の陣(本年名称を「収穫祭」から変更)があります。(関連記事6面に)

健康まつりではコープ健康づくりクラブwith(ウィズ)にて、津田晶子医師、濱ひとみ医師による健康相談も実施されました



早いもので今年も残り2か月。振り返りますと個人的なニュースの第一位は「健診で異常発見」です。木戸病院健診センターで年に一回の健診を受診。大腸がん検診で内視鏡検査の再検査になりました。木戸病院で検査をし、後日1泊入院となりましたがスムーズに運び、病院併設の健診施設はさすがだと改めて感心しました。▼父は大腸がんで62歳のとき亡くなっており「自分も」という心配がありました。検査結果が出るまでは不安で暗い気持ちになりましたがポリプを切除して幸い大事には至らず胸をなでおろしました。▼田舎暮らしの父は仕事一筋で帰りは遅く、がんになるまで病院にかかったことはほとんどありませんでした。その我慢強さが災いしたのかもかもしれません。父の苦しうな入院生活を思い出しながら、身近に医療生協があれば早期発見し命を落とさずにすんだのではと思いましたが医療が近くにあることは人生にとって大きな差になります。11月末まで医療生協組織強化月間が行われています。多くの方へ新潟医療生協をお知らせし、これからも健康で長生きしてほしいと思います。(M.M.)

芦沼

2019年保健委員基礎講座 5回コース

全5回中4回参加で修了証授与(5回全て参加で皆勤賞)

「地域まるごと健康づくり」の第一歩として、新潟医療生協の健康づくりについて一緒に学びましょう。

対象者: 健康づくりに関心のある組合員

定員: 30名(先着順)

参加費: 2,000円(テキスト代、実習代)
(再受講でテキストをお持ちの方は1,000円)

会場: なじよも3号館3階 多目的室(住所:東区上木戸5丁目2番1号)

申込先: 地域活動部 ☎025(274)7139

日時	主な内容
11月7日(木) 午前9時30分から11時30分	開講式 / 医療福祉生協と健康づくり お薬の飲み方
11月14日(木) 午前9時30分から11時30分	8つの生活習慣と2つの健康指標 検査結果の見方 / 尿チェック
11月21日(木) 午前9時30分から11時30分	食事の話「すこしお」 / 歯と健康について やってみよう「あいうべ」体操
11月28日(木) 午前9時30分から11時30分	健診の重要性について 実践!フレイル予防運動
12月5日(木) 午前9時30分から11時30分	健康ステーション体験 / 茶話会 (保健委員との交流~閉講式・修了証授与)

2019

けんこうチャレンジ 参加者1,200名を突破!

チャレンジの報告カード提出締め切りは**11月30日**です。目標達成した方は忘れずに報告カードの提出をお願いいたします。

ハワイ大学、インドネシア大学から来訪 なじよもの施設見学

新潟県立大学主催の「国際シンポジウム」が開催され、招へいされたハワイ大学及びボゴール農科大学の栄養学科をはじめとした一行が、なじよもの施設見学に来訪されました。

はじめに管理栄養士から高齢者施設における食事に関する話を聞いていただき、その後は学童クラブ、なじよもガーデン、通所リハビリを見学していただきました。同じ建物内に子どもから高齢者までが利用できる様々な形態の事業所があることにとっても感心された様子でした。

海外でも介護について見直される中、予防面にも注目が集まりました
(通所リハビリにて)



子どもからお年寄りまでが集まるなじよもに興味津々でした
(学童クラブにて)

認知症になっても安心して 住み続けられるために

「おたがさまのまちづくり実行委員会」からの活動報告

子どもからお年寄りまですべての住民が安心して外出できるまちづくりの取り組みとして、9月21日(土)に「出あい・助けあい・声かけあいシミュレート(3あいシミュレート)」を開催しました。今回のテーマは「声を掛ける勇氣」です。100名の参加者が10グループに分かれ、エリア内を移動している認知症行方不明者役への声かけ練習を行いました。

「今後もこういった取り組みをしていきたい」「実際に検索できる仕組みづくりが地域で必要」といった声も聞かれました。今回は自治会、東区役所、東警察署、近隣介護施設など多くの方々からの協力で行いました。

今後も、地域で検索できるネットワークづくりを踏まえて「3あいシミュレート」を継続していきたいと考えております。誰もが、どこの家でも起こりえる身近な問題でもあります。地域全体で、防災訓練と同じような感覚で取り組める企画となれば幸いです。



新任医師紹介

新潟市民病院の内科専攻医プログラムで10月より勤務となりました中野賢治と申します。
内科の中でも特に循環器内科を専攻しており、当院でも循環器内科を中心に幅広く内科診療を行っていただけたいと思います。また動悸・息切れ・胸の圧迫感等でお困りのことがございましたらご気楽に相談頂けますと幸いです。



内科
なかの けんじ
中野 賢治 医師

新潟大学医歯学総合病院から参りました、初期臨床研修医の小南亮と申します。
この度、木戸病院で皆さまの健康を守るお手伝いをしながら、研修医として学ぶことができます。機会を与えていただき感謝しております。まだ至らないところの多い未熟者ではございますが、少しでも皆さまのお役に立てるよう努めて参ります。
どうぞよろしくお願いいたします。



初期臨床研修医
こみなみ まこと
小南 亮 医師

10月3日(木)下記議題にて第5回理事会が開催されました

理事会報告

【承認事項】

- ① 8月分組織状況報告の承認の件
・関連委員会からの報告
- ② 8月分事業所報告の承認の件
・医師確保対策の進捗状況について
- ③ 8月分経理状況報告の承認の件

【議決事項】

- ① 自由料金の設定の件

【報告事項】

- ① 短期借入金報告の件
- ② 関信越ブロック組合員活動交流会への参加報告の件
- ③ 介護職員等特定処遇改善加算への対応の件
- ④ 理事会議事録(第3回)修正内容確認の件
- ⑤ 第4回理事会議事録確認の件
- ⑥ 健康まつり実行委員会報告の件
- ⑦ 専門委員会報告の件
- ⑧ その他

運動と休憩はごまめに!



内科 安藤 麻理

みなさんは、一日どのくらいの時間座っていますか。デスクワークやテレビに夢中になって長い時間立ち上がらない生活をされてはいませんか。糖尿病の治療のひとつに運動療法があります。血糖値を良くしようと運動に力を入れる方は多くいらっしゃいますが、足腰の問題や、お仕事を育児などで、「運動する時間がない!」という方も多いのではないのでしょうか。

糖尿病の運動療法

一般的に中等度の強度の有酸素運動が勧められます。中等度の強度の運動とは、最大酸素摂取量の50%前後のものを指し、運動時の心拍数が1分間に100~120拍(50歳以降は100拍以内)ほどになるものです。心拍数が判断できないときは、「ちょっときついで大丈夫」といった体感が目安になります。できれば毎日、少なくとも週に3~5日、20~60分の運動が勧められ、そのうち数回は筋力トレーニングも行うとよいとされています。

ちょこちょこ運動

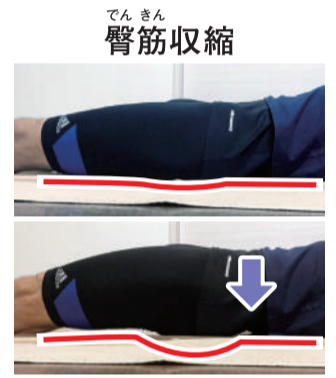
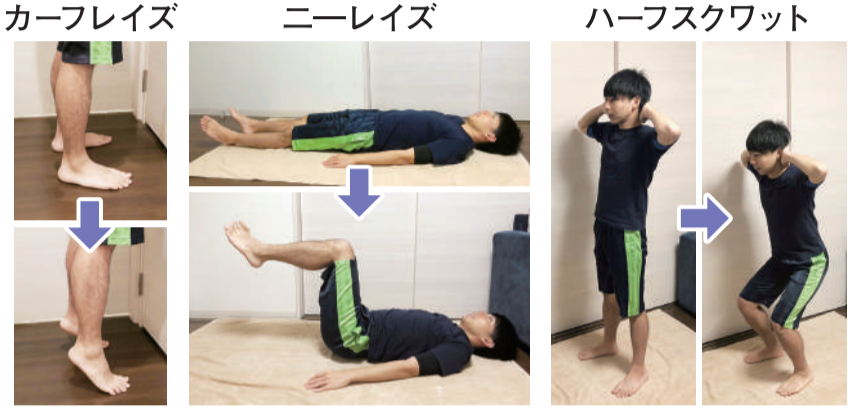
運動療法の説明をきくと、「なんだか難しいなあ」と感じます。3日坊主になったり、明日からや

ろうと思いつつ何日も経ってしまったりもしますよね。そこで「30分座っていたら2~3分間歩きましょう」という運動をご紹介します。歩く速度は時速3キロほどで、ゆっくりと散歩する程度です。これを繰り返して、1日で30分の運動時間を目標としてください。そんな運動で効果があるのかと疑わしいですね。研究結果では、食後のインスリン分泌が少なくなると血糖値が上がりにくい状態、つまりインスリンが効きやすい「感受性の良い体」になるのだそうです。家の中やお仕事場など

で繰り返してできる運動ではないでしょうか。もうすこし余裕のある方は、ハーフスクワット、ニーレイズ(仰向けで足がおなかに近づくように膝を曲げ伸ばしする)、カーフレイズ(立位で壁に両手を付き、つま先立ちになる)、臀筋収縮(お尻の筋肉に力を入れて肛門を閉めるイメージ)といった筋力トレーニングはいかがでしょうか。これらの運動は20秒で1種類を9回、全部で3分間行います。主に下半身の筋肉を使うことで、インスリン感受性をよくするだけでなく中性脂肪を低下させる効果もあるとのこと。テレビをみながらでもできそうですよね。

運動も休憩もごまめに!

糖尿病の方もそうでない方も、座りっぱなしは体によくありません。小さなことでも積み重ねて大きな成果を得ることが出来ます。日常生活の中で、ちょこちょこ運動を取り入れてはみませんか?



写真協力:下島里音医師 (現 新潟大学医師)

…ほほえみだより…

ほほえみの里きどで介護教室を開催しました! 9月29日(日)

矢田施設長の講演後に、88歳の参加者さまが「今日の話聞いて、もう少し長生きしようと思いました」と涙ながらに感想を述べられていた姿が印象的でした。

バイキング形式でお出しした施設のおやつは大好評で、おやつのお力??矢田施設長や職員も交り、和やかな中で「介護者も体力が必要であり、自分の健康を維持できるような催しがあれば参加したい!」等々多数の意見を聞かせて頂く事ができました。

最後に、機械浴槽やリハビリの機械等の介護体験を行いました。今後も地域の皆さまとの交流を増やせる企画を続けて行けたらと思います。ぜひ参加して、長生きの秘訣『十笑』の機会にしませんか。

元気で長生きしたい!
一読・十笑・百吸・千字・万歩

日本医師会ニュースに「高齢者の健康法」として紹介されていました。(健康ぶらざNo.481より)

- 「一読」いちどく：一日に一度はまとまった文章を読む
- 「十笑」じゅっしょう：一日に十回位は笑う
- 「百吸」ひゃっきゅう：一日に百回位深呼吸をする
- 「千字」せんじ：一日に千字位文字を書く
- 「万歩」まんぽ：一日に一万歩を目指して歩く

これらは認知機能低下の防止、自律神経の安定、免疫力の向上などが期待できると言われています。

結いの花 開設!! 曾野木地区でサービスを開始!

百の花なじもは、現在「なじも」内に事業所を構え、地域の皆さまにサービスを提供しています。レッドコードを中心に身体を動かしての体力づくり・健康づくり以外にも、産直でのお買い物、大浴場での入浴などを楽しみ、気分のリフレッシュも出来るという事も多く、皆さまに大変好評をいただいております。



「そこに行けば、元気になれる」といった地域の皆さまが楽しんで集まれる場所にしていきたいと思っております。

11月18日 結いの花オープン!!

営業時間
月・火・水曜日の午後(予定)

サービス内容
運動を中心とした内容

11月16日(土)10時からオープニングイベントを開催します。内覧会や、運動体験(無料)があります。

令和元年の健康まつり

横越総支部 鈴木 美津子

開催前の雨を一瞬心配しましたが時間と共に増える来場者にまずは一安心。

横越の新鮮かつ、おいしい野菜・果物・米にぽっぽ焼きが今年も午前中で完売しました。

場所よし、売り子よし、来年も健康と笑顔でまつりに参加出来るように感じた楽しい一日でした。



第39回

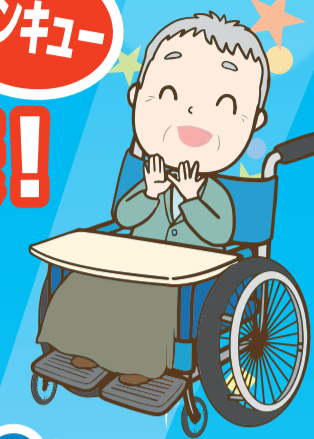
健康まつり

39 健康!



健康づくりはしあわせづくり

— 若いも若きも、レッツエンジョイ! 健康まつり —



総支部のみんなも笑顔がいっぱい

ラムネも球根も完売御礼! 悪天候!?!の健康まつり

木戸総支部 苅部 恭二

健康まつり前々日の金曜日から天気が優れず、どうなる事かと緊張しながら迎えた健康まつり当日でした。朝は大雨、大風の吹き荒れる中、外で作業をしていた職員が忙しく動き回るのを見て「暑い日ならまだしも、こんな大雨じゃラムネの売れ行きはまずまずかな…」と感じていました。

ところが、時間が経つにつれて天候は回復し、少々汗ばむほどの天気となりました。木戸総支部のブースには、出口常務の元気のいい声につられ続々と人が集まり、活気のある出店となりました。

毎年恒例であった上木戸第二支部からの出店ですが、昨年度「今年は球根無いのですか?」という声が多く聞かれたため、支部長の三膳正蔵さんより、忙しい中にも関わらず出店いただきました。球根のブースには、新潟医療福祉大学の学生2名がボランティアに参加してくれました。組合員と学生との和気あいあいとした雰囲気が出店を盛り上げることができ、大変良かったと感じております。

ラムネも球根も売り切ることができ、無事まつりを終えることができました。当日協力して下さったボランティアの皆さま、職員の皆さま、大変お疲れさまでした。ありがとうございます。



価格破壊セールで大賑わい!

大形総支部 赤澤 富美子

大形総支部では今年の健康まつりに「わた菓子機」と津島屋保健委員会から手芸品「雨傘シュシュ(傘の雨を除去くシュシュタイプのタオル)」と「袖口クリップ(腕カバーの半分を切ったような手芸品)」で参加いたしました。

わた菓子は小さいお子さま連れのご家族に非常に人気で、天気もイマイチながら、行列ができる状況でした。当初価格も300円としたのですが、お子さま相手ではと考えると、急ぎよ100円という価格破壊を行って赤字覚悟で取り組みました。

行列はその影響から飛ばずに売れ10時10分には完売!!「袖口クリップ」も午前中で完売しました。わた菓子の入場者数は約100名程。天気が良かったら?来年に期待です。全体的に活気のあるブースでした。



山ノ下ポップコーン店

山ノ下総支部 笠原 紀子

山ノ下総支部では毎年恒例のポップコーン店を開きました。ポップコーンを作る人、売る人など4人で役割分担をして販売しました。午前中は雨の影響でお客さんも少なかったのですが、お昼ごろから賑わってきて80個売れました。

健康まつりで楽しい思い出づくりができました。来年もポップコーン店をがんばります。



石山フリーマーケット in健康まつり

石山総支部 高橋 美枝子

朝早く石山診療所へ集り、倉庫から商品を運んで健康まつりの準備に取り掛かりました。午前中は雨でお客さんも少なく感じましたが、天気が回復してからは多くの方で賑わいました。

商品も良いものを厳選して値段をつけたので、昨年よりも売上げを伸ばし17,760円も売上げました。反省点としてはスペースが狭くお客さんが品々を見るのに大変そうだったので来年は2区間に広げて販売したいと思います。



また来年も会いましょう!

濁川総支部 堀 富慈子

今年の健康まつりは朝から時々雨で残念…と思いましたが、開催の挨拶が終わる頃には雨も上がり曇り空に。私たちの総支部は米・野菜・加工品・手芸品など色々とお品。お陰さまで完売に近い状態で終わる事ができました。

特に場所が隣だった木崎総支部の方々には、早く完売したので場所も売るのもお手伝いを頂き、最後には「また来年も会いましょう」と約束。楽しい一日をありがとうございました。



楽しんで笑った健康まつり

木崎総支部 大越 芳子

木崎総支部では今回久しぶりに農産物の出店をしました。

大勢の方々との交流ができ、お手伝いのみなさんもすごく楽しかったと喜んでくれました。

「笑顔がいっぱいなのは嬉しいね」や「来年もぜひ参加したい」との感想がありましたので、来年も今から楽しみにしています。



第39回健康まつりにてリハビリテーション科合同体カテストが行われました

～体力増進はぜひwithへ!!～

今回初めてリハビリテーション科と合同で行いました。

当日は140名以上の方にご来場いただき、誠にありがとうございました。

体カテスト4項目と津田晶子医師、濱ひとみ医師によるテスト評価と健康相談を実施し、これを機に入会いただいた方もいらっしゃいました。

今回は体カテストを受けなかったけど、ご興味のある方や体カテストをやってみたい方や班はぜひお声がけください。

〈お問合わせ先〉コープ健康づくりクラブwith ☎025(278)3876



11月23日 なじよもとあしぬま荘に、おいしい食べ物が大集合!!

「なじよも×あしぬま 食の陣」開催!!

今年の秋まつりは、たくさんの食事コーナーや産直市場の詰め放題、鮮魚の販売やフリーマーケットにけんこう体操など盛りだくさんで皆さまのお越しをお待ちしております。(入場は無料。一部有料の催し物がございます)

会場:なじよも・あしぬま荘

催し物の予定

- 振る舞い(おしるこ)
- 焼き鳥
- 肉まん
- シフォンケーキ
- タピオカドリンク
- チョコバナナ
- 玉こんにゃく
- 軽食コーナー (揚げダコ、サンドウィッチ、アメリカンドックなど)
- ピザ(ドミノピザ)
- キッチンカーコーナー
- 縁日コーナー
- 健康チェック、血糖チェック、栄養相談
- けんこう体操、レッドコード体験
- マジックショー
- 抽選会
- 木戸クリニック 八木先生によるギター演奏、煎じ薬の試飲会
- ハーバリウム制作体験 ※先着20名
- フリーマーケットコーナー など



当日、大浴場は組合員以外の方もご利用可能となります。内容は変更になる場合がございます。予めご了承ください。

抽選会(無料)では東京ディズニーリゾートまたはUSJ(ユニバーサル・スタジオ・ジャパン)のペアチケットや、松坂牛すき焼き300グラムなどの豪華景品を準備しています! ぜひ、ご家族の皆さんでご参加ください!!

抽選会の会場:なじよもカフェテリア(13:45開始予定)



なじよもで親子カフェをはじめます

12月4日(水) 10:00~13:30なじよもカフェテリアで開催します。子育て中(0歳~未就学児のお子さま)のパパさんママさん、顔を出してみませんか?

同じ子育て中の親同士、悩みや情報の共有・仲間づくり、くつろぎの場として気軽にご利用ください。開催時間中は、スタッフがお子さまのご面倒を見ますので安心しておくつろぎください。

参加料は300円です。(保育料、お茶代を含みます)

*親子カフェは、子育てサロン事業として新潟市社会福祉協議会の助成を受けて運営いたします。



なじよも health co-op niigata

通 信

第76号

◆なじよも総合事務 ☎025(250)7251



11月の催し物

- 11月2日・12月7日(土) 13:30~ なじよもうたごえ喫茶(参加費500円) 2号館1階カフェテリア
- 11月8日(金) 14:00~ りんごの会 3号館3階多目的室
- 11月10日(日) 13:30~ ひばりの会(合唱・参加費300円) 2号館1階カフェテリア
- 11月16日(土) 13:30~15:00 懐かしの昭和歌謡広場(参加費300円) 3号館3階多目的室
- 11月20日(水) 10:00~ 楽笑会(お茶の間) 2号館1階カフェテリア
- 11月27日(水) 13:00~ カラオケ 3号館3階多目的室
- 11月28日(木) 10:00~ コープお茶の間 2号館1階カフェテリア
- 12月12日(木) 10:30~ なじよもカフェテリア コーラス桑の実のクリスマスコンサート

各種教室のご案内(有料)

教室名	開催日時	会場	料金
おのれしよわらくどうじょう 己書輪楽道場 なじよも幸座(筆文字)	11月2日(土) 13:00~15:00 (1コマ90分)	4号館3階 コープケアカレッジ研修室	受幸料2,000円 (初回の方は1,000円)
笑いヨガ	11月12日・26日(火) 10:00~	学童プレイルーム	材料費300円
生け花(小原流)	11月18日(月) 13:30~15:00	2号館1階カフェテリア	材料費1,000円
なじよもあーとサロン(臨床美術)	11月25日(月) 13:30~15:00	3号館3階多目的室A	材料費1,500円 (お茶代込み)
リフレッシュ&リラックスヨガ(ヨガ教室)	11月29日(金) 19:00~20:00	学童プレイルーム	レッスン代700円

2019年度 冬季 オプション検査半額キャンペーンのお知らせ

木戸病院 健診センター

年に1回、健診を受けましょう!

組合員の皆さまは、年に1回、健診を受けていらっしゃいますか?ご家族の方はいかがでしょうか。健診は、経年的に受診することが重要です。1月~3月に健診を受診いただくと、一部対象外となる方を除き、オプション検査をいくつでも半額でお受けいただけるキャンペーンを実施いたします。さらに、**木戸病院1階売店の焼きたてパンもしくはお飲物をひとつプレゼント!!**

お足もとも悪く寒い時期ですが、例年1月~3月は比較的待ち時間が少なく、予約も取りやすくなっております。「今年度まだ健診を受けていない」という方は、ご家族やお友達とお誘い合わせの上、ぜひこの機会に木戸病院健診センターで健診をお受け下さい。スタッフ一同、心よりお待ちしております。



料金(税込) オプションは、いくつでもお選びいただけます

※次の方は、本キャンペーンの対象外となります。(オプションのみのご利用/採用時健診/がん検診)

キャンペーン期間
2020年1月~3月末

骨密度検査 組合員.....1,100円	動脈硬化度検査 組合員.....1,100円	ピロリ菌検査 組合員.....1,100円	前立腺腫瘍マーカー 組合員.....1,100円
甲状腺エコー 組合員.....550円	喀痰検査 組合員.....1,100円	胸部レントゲン 組合員.....825円	ヘモグロビンA1c 組合員.....243円

! 腹部超音波検査を受け
る方のみ追加可能です

〈お問い合わせ先〉 木戸病院 健診センター ☎025(270)1831

減塩でおいしい **すこしおレシピ** 少しの塩分ですこやかな生活

塩と上手におつきあい

パプリカとひじきの炒め煮

●1人分:62kcal ●塩分:0.6g ●カリウム:150mg

材料(4人分)

- ひじき(乾)・・・12g(大さじ4)
- 油揚げ・・・1/2枚 ●しめじ・・・40g
- パプリカ 赤・・・40g ●オリーブオイル・・・8g(小さじ2)
- パプリカ 黄・・・40g ●白いりごま・・・2g(小さじ1)

だし汁・・・120g(2/3カップ)
酒・・・8g(小さじ2)
砂糖・・・8g(小さじ1)
醤油・・・14g(小さじ2と1/2)

管理栄養士より

海藻はカリウムの宝庫。オリーブオイルで炒めると、オレイン酸を摂取することができます。オレイン酸は、LDL(悪玉)コレステロールを上昇させない働きがあります。いつものひじきをパプリカで彩りよくすることで、見た目が鮮やかになります。かつお節でとったダシを使うと、とってもおいしく出来上がります!

作り方

- ① ひじきは水につけてもどし、水気を切る。パプリカは5mm幅に切る。しめじはほぐす。それぞれゆでて水気をきる。
- ② 油揚げに熱湯をかけるか、熱湯にくぐらせて油抜きをする。短冊切りにする。
- ③ 鍋にオリーブオイルを熱し、ひじき、しめじ、油揚げを炒める。油がまわったら④を加えて煮立て、汁気がなくなるまで弱火で煮る。
- ④ パプリカを加えてひと煮立ちする。器に盛り、ごまをふる。

インフルエンザ流行の季節がやってきます 予防接種で備えましょう!

	木戸病院	石山診療所	木戸クリニック
接種日	10/31(木) 11/7(木) 11/21(木) 12/5(木) 12/12(木) 12/19(木) 12/26(木)	10/7(月) から 12/30(月)	10/15(火) から 12/28(土)
接種時間	15:00~16:00 (受付は14:30)		9:00~16:30
予約方法	集団接種日は事前予約 電話予約可 ☎025(273)2175 ☎0120(432)472 (固定電話専用) *小児予防接種については、小児科外来にお問い合わせ下さい。	受付にて事前予約 電話予約可 ☎025(276)5111	受付にて事前予約 電話予約可 ☎025(274)7960
接種料金	65歳以上 1,650円	60歳未満 組合員以外	3,850円 4,950円

Information

— 職員募集 —

【木戸病院】 医師・看護師・助産師・理学療法士・作業療法士・看護助手・介護支援専門員
保育士(登録アルバイト)・トレーナー(アルバイト)・薬剤師・
歯科衛生士(産休代替)・医師事務作業補助者(パート)

【なじも】 医師・訪問看護師(パート)・介護員(アルバイト)
訪問介護員(ヘルパー)

【介護老人保健施設 ほほえみの里 きど】 看護師・入浴介助

【法人一括採用(配属先は採用後に決定します)】 介護福祉士・介護員・技能員

※採用状況により、募集を締切っている場合があります。最新情報はホームページをご覧ください。
〈お問い合わせ先〉 総務課 ☎025(273)2151

まち 都会のオアシス—風の笛—

~特別養護老人ホーム風の笛~

こんにちは、東区下木戸にあります特別養護老人ホーム風の笛です。ショートステイもあり、合わせて140名の方がご入居・ご利用可能です。介護士と看護師を合わせて約80名、生活相談員、ケアマネジャー、管理栄養士、機能訓練指導員、事務員、送迎員、宿直員など、約100名の職員が皆さまの生活のお手伝いをさせていただいております。

施設西側にはとても素敵な遊歩道があり、敷地内には多くの植物があります。季節には様々な草花に彩られ、ご家族様と散歩を楽しまれる方も多くいらっしゃいます。周囲は工場地域ですが、その中での緑や心地よい風は都会の中のオアシスのようです。

風の笛のお部屋の様子、雰囲気、外観など併せてぜひご見学にいらっやしませんか。職員一同、心よりお待ちしております。

診療案内

※赤字表記部分が前月と変更となっております。

木戸病院

外来予約

ご家庭などの
固定電話からは

☎0120-432-472

携帯電話・
公衆電話からは

☎025(273)2175

☎025(273)2151代

休診日：日曜、祝祭日、第1・3・5土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土
内科	AM 8:00~11:00 新患	濱ひとみ	岸由美子	市川紘将	大学医師	猪俣繁	三井田孝	内科医師
		成田淳一	河辺昌哲	阿部孝洋	山田/安藤	岸由美子	内科医師	内科医師
	AM 専門 (予約制)	大学医師	中野賢治	高村麻子	摺木陽久	樋口宗史	内科医師	塙晴雄
池主裕子		山崎美穂子	横山恒	五十嵐登	増子正義			
PM (予約制)	五十嵐登(循)	矢田省吾(腎/糖)	猪俣繁(腎)	河辺昌哲(呼)	大学医師(循)	丸山公男(水俣)	丸山公男(水俣)	
	佐藤秀一(消)	横山恒(消)	山口利夫(循)	山口利夫(循)	摺木陽久(消)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	
	津田晶子(糖/内)	安藤麻理	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	山崎美穂子(腎)	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	
		荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	濱ひとみ(腎/糖)	阿部孝洋(糖/内)	重沢立郎(水俣)	重沢立郎(水俣)	
		斎藤恒(水俣)(1・3・5週)	斎藤恒(水俣)	大学医師(循)	池主裕子(循)	矢田省吾		
		荻原智子(糖/内)	矢田省吾(腎/糖)	成田淳一(呼)		津田晶子(糖/内)		
		長谷川隆志(呼)	山田絢子(糖/内)	大学医師(循)		大学医師(循)		
		猪俣繁(腎)	濱ひとみ(腎/糖)					
		大学医師(循)						

※糖：糖尿病、内：内分泌、腎：腎臓、呼：呼吸器、循：循環器、消：消化器

神経内科	AM9:00~11:00(予約制)	高橋俊昭	小野寺理	伊藤岳	高橋俊昭	北原真紀子		
産婦人科	AM 8:00~11:00	産科 工藤久志	工藤久志	工藤久志	工藤久志(予約制)	工藤久志	工藤久志	工藤久志
	婦人科 PM(予約制)	菊池真理子	菊池真理子	菊池真理子	大学医師	菊池真理子		
小児科	AM8:00~11:00	樋浦誠 村山ゆり恵	熊倉俊一 村山ゆり恵	樋浦誠 村山ゆり恵	熊倉俊一 村山ゆり恵	樋浦誠 村山ゆり恵	熊倉俊一 樋浦誠(生活習慣病・診察AM10:30~)	熊倉俊一
	PM2:30~4:30	樋浦誠 村山ゆり恵	樋浦誠/熊倉/村山 (乳児健診・ 受付PM1:00~)	樋浦誠 村山ゆり恵		樋浦誠/熊倉/村山 (予防接種・ 受付PM1:00~)		
外科	AM8:00~11:00	阿部要一	山田明(AM11:00~1:00)	阿部要一(1・3・5週)	阿部要一	山田明(AM11:00~1:00)	山田明	阿部要一
		渡邊智子	花井彰	山田明(2・4週)	渡邊智子	花井彰		
整形外科	AM8:00~11:00(予約制)	所澤徹 高橋直樹	所澤徹 高橋直樹	所澤徹	高橋直樹	所澤徹 高橋直樹	高橋直樹	所澤徹
皮膚科	AM8:00~11:00	河井一浩	河井一浩	河井一浩	河井一浩	河井一浩	河井一浩	河井一浩
		木村浄土	木村浄土	木村浄土	木村浄土	木村浄土	木村浄土	木村浄土
耳鼻咽喉科	AM8:00~11:00	岩井玄樹	岩井玄樹	岩井玄樹	岩井玄樹	岩井玄樹	大学医師	大学医師
	PM(予約制)	大学医師						
泌尿器科	AM8:00~11:00	北村康男	北村康男	北村康男	大学医師	北村康男		
眼科	AM8:00~11:00(予約制)		長谷部日	松田英伸	長谷部日	松田英伸	大学医師	大学医師
緩和ケア科	(予約制)	長谷川聡			長谷川聡			
歯科 口腔外科	AM 8:30~11:00	星名由紀子 藤田孝子 鈴木博	星名由紀子 藤田孝子 鈴木博	星名由紀子 鈴木博	星名由紀子 藤田孝子 鈴木博	星名由紀子 鈴木博	星名由紀子	藤田孝子
	PM1:30~4:00	星名由紀子 藤田孝子 鈴木博	星名由紀子 藤田孝子 鈴木博	星名由紀子 鈴木博	星名由紀子 鈴木博	星名由紀子 藤田孝子 鈴木博		

※緩和ケア科は当院に入院中もしくは他医療機関より紹介で事前に了解がとれた方のみ対象です。お問い合わせは地域連携室へ ☎025(256)6700

第2、第4土曜日の受付時間はAM8:00~10:30(歯科を除く) / 歯科の受付時間はAM8:30~10:30

木戸クリニック

☎025(274)7960

休診日：日曜、祝祭日、第1・3・5土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土
内科 (漢方内科)	AM 8:30~11:30	須永隆夫 金子香 飯田久貴 村山直也	須永隆夫 金子香 飯田久貴 村山直也	須永隆夫 八木寛朝 飯田久貴 村山直也	須永隆夫 飯田久貴 村山直也	須永隆夫 八木寛朝 飯田久貴 村山直也	八木寛朝 村山直也	須永隆夫 村山直也
	PM 1:30~4:30	須永隆夫 八木寛朝 岸由美子 飯田久貴(2・4週)	須永隆夫 飯田久貴 村山直也	八木寛朝(予約のみ) 飯田久貴 村山直也		須永隆夫 八木寛朝(1・3・5週) 飯田久貴 村山直也		

※村山医師は随時 禁煙診療を受けております。

石山診療所

☎025(276)5111

休診日：日曜、祝祭日、土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金
内科	AM8:30~11:30(診察は9:00~)	丸山貴広	丸山貴広	丸山貴広 金子香	丸山貴広 金子香(9:30~)	丸山貴広
	訪問診療・往診	丸山貴広 丸山貴広	丸山貴広 丸山貴広	丸山貴広 丸山貴広 金子香(2:30~)	丸山貴広 丸山貴広	丸山貴広 丸山貴広
皮膚科	AM8:30~11:30(診察は9:00~)	佐藤信輔	佐藤信輔			佐藤信輔

風の笛クリニック

☎025(271)7755

休診日：日曜、祝祭日、木曜(午後)、土曜日(午後)

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科・麻酔科	AM8:30~12:30(診察は9:00~)	穂刈環	穂刈環		穂刈環		穂刈環
	PM3:00~5:30(診察は3:30~)	穂刈環	穂刈環	穂刈万季子(内科・神経内科)		穂刈万季子(内科・神経内科)	
				穂刈環		穂刈環	

木戸病院 健診センター

☎025(270)1831

電話受付時間：AM11:00~PM4:30
休診日：日曜、祝祭日、第1・3・5土曜日

人間ドック・特定健診

…………… 各種健診承ります ……………