

新潟医療生活協同組合機関紙



新潟医療生協

2023
VOL.556
4月号

https://niigata.iry-coop.com

基本理念「人間を大切にすることがすべての根元である」

組合員の現勢(2023年2月28日現在)

- 組合員数………45,130名
- 出資金総額…24億8,102万円

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

2023年度スタート Change 健康づくり



2030ビジョン学習会で、フレイル・オーラルフレイルの体操を発表した時の様子(木戸保健委員会)

私たちのウェルビーイング 「より自分らしく生きるために」

保健委員会が行ってきた健康チェックが「フレイル予防健康チェック」へChange(チェンジ)します。これまで保健委員会は、健康チェックで多くの経験を積んできましたが、自分たちの現状に合わせてフレイル予防中心の健康チェックにアップデートさせます。そこで、新しい健康チェックの挑戦に向けて一歩踏み出し、皆で考えた「Change」を紹介します。

2022年11月、3年ぶりに石山保健委員会で健康チェックを開催しました。

どんな健康チェックを行うか相談していた時のことです。「ペットボトルの蓋が開けられない。お茶も飲めない」と、嘆く声が聞かれました。皆が口々に「開けられない事情」を話し始めます。

「私は醤油の小袋が開けられないの」「私はいちごジャムの蓋が開かなくて、温めても、包丁の背でたいたいても開かなくて食べられなかったのよ」と、手の力が弱くなると生活に不便を感じることを話していました。

「私の握力、どのくらいあるのかしら?」他愛もない話にヒントがありました。これだ!私たちが今求めていることは、自分の握力を知ることなんだ!と気付くことができました。

握力は全身の筋力の指標にもなることから、この度の健康チェックは握力測定を中心にやってみようという話が始まりました。皆で考えた健康チェックの準備が進みます。内科の津田晶子医師にアドバイスをいただき、測定結果の報告の方法も工夫しました。



後日、参加者から「握力が弱いことが分かり、ショックを受けたの。そこで、ゴムボールでトレーニングをしてみたいところ、ある日ペットボトルの蓋が楽に開けられるようになったの」と感想をいただきました。その喜びの声を聞いて、保健委員会は感じ取りました。自分たちで考え、自分たちで決めた健康チェックこそが楽しく取り組めることを。そして、私たちが求めている健康づくりはここにあるということ。

Changeすることは、自分自身のためだけではなく、周りの人々にとっても良い影響をもたらすことができると信じています。そして、組合員の皆さんにも新たな刺激を与え、人生をより良く生きることができるようになると考えています。

今月号のオススメ記事

- 2面…「つながる力」シリーズvol.3
- 3面…医療記事「事務部紹介」
- 4～5面…新年度スタート!
健診を受けましょう!
- 6面…なじも通信/みらいレター
- 7面…くみトクお店紹介!
- 8面…診療案内

芦沼

今年には新潟医療生協が設立して49年目になります。あと1年でなんと150年(半世紀)。先輩の方たちが知恵を出し合い、そして大きな法人へと変わっていききました。新潟医療生協が設立して1年後に木戸病院が開院し、社会福祉法人亀田郷芦沼会を設立。生協法では夢かなわぬ特別養護老人ホームが開設されました。17年前には介護老人保健施設ほえみの里きどが開設、12年前には新木戸病院の移転。そして、その翌年には旧木戸病院を全面改修してなじもを開設し、医療と介護があるまちづくりを行ってきました▼あれから49年。新潟医療生協は大きく生まれ変わる時期にきています。地域医療構想が動き始め、3月には新潟市内に大きな救急センターの計画など、医療・介護業界は大きな変動の時代へと入っていきます▼しかし、新潟医療生協の最大の強みである地域組合員の活動は、年々大きな力となっています。今年度は残念ながら健康まつりは中止ですが、各総支部でイベントを行い、組合員の力を再結集したいと考えています。翌年2024年度は、その力で医療生協50周年健康まつり計画と一緒に作り上げていきたいと思います。(M.S)

健康診断を受けないのはなぜですか

健康診断を受けない人の理由は様々ですが、一般的には以下のようなものが挙げられます。

- 時間の制約……… 忙しさや仕事の都合などで、健康診断を受けるための時間を確保できない。
- 費用の問題……… 健康診断は無料または一部負担のものもありますが、全額自己負担の場合もあります。そのため、経済的な理由から健康診断を受けない人もいます。
- 病気に対する恐怖…… 健康診断を受けることで病気が発見される可能性があるため、その結果に対する不安や恐怖心がある場合には、健康診断を受けることをためらうことがあります。
- 無 関 心……… 自分の健康についてあまり関心がない場合や、病気にかかっても自分で治療するつもりがある場合には、健康診断を受けることを意識しない場合があります。
- 通院中の場合……… 通院中の人は、定期的に医師による診察や検査を受けているため、自分の健康状態を把握していると思込みがちです。しかし、健康診断では、通院で診察されない領域や、病気の早期発見・予防につながる検査も行われるため、通院中であっても受けることが重要です。

厚生労働省が実施した調査によると、2019年度の全国健康・栄養調査において、20歳以上の日本人のうち、健康診断を受けていない人は男性で18.6%、女性で24.6%でした。また、がん検診を受けていない人は男性で35.7%、女性で36.2%でした。これは、すべての人が健康診断やがん検診を受けることができるようになってきているにもかかわらず、まだ多くの人が受診していないことを示しています。健康診断やがん検診は、病気の早期発見や予防につながるため、積極的に受けることが望ましいです。



新潟医療生協の
つながり紹介!

「つながるカ」 シリーズ

= vol.3 =



活発な活動が
地域の“つながり”を
ささえています!



保健委員会会長会議拡大
健康ステーション会議の様子

保健委員会会長会議拡大健康ステーション会議

健康づくりに向けた会議が開催されました!

木戸・大形・石山の保健委員会の皆さんと、健康ステーションで健康チェックをお手伝いして下さっていた方々に参加していただき、これからの保健委員会の活動と、健康ステーションについて会議を行いました。

まずはじめに、健康づくりの重要性について話し合いました。健康とは、身体的・精神的に健やかであることだけではなく、社会的なつながりや生活の質の向上も含まれるということを確認しました。そして、フレイル・オーラルフレイル(※)は、高齢者にとって深刻な問題ということを知りました。そこで、フレイル・オーラルフレイルになるリスクを減らすため、地域の組合員とともにフレイル予防に取り組むことを決めました。

フレイル予防には、適切な食生活(すこしお生活)、運動、社交活動、脳トレ

などが効果的です。これらを習慣化することで、健康づくりをすすめられると考えました。一人ひとりができることから始め、地域全体で取り組むことで、フレイル・オーラルフレイル予防につながることを信じています。自分自身のためだけではなく、大切な人たちのためにも活動を開始します。

また、保健委員会総会や学習会を検討し、そのために保健委員会で力を合わせようと、つながりを深めます。そして、この会議を通じて、多くの仲間とともに健康づくりが一層進むことを期待し、「健康づくりはしあわせづくり」 ●日々の健康チェック ●生活習慣の見直し ●健診受診の運動をすすめます。

※フレイル…心と体の働きが弱くなってきた状態。
オーラルフレイル…口腔機能が衰えること。
フレイルのひとつ。

理事会報告

3月2日下記議題にて第9回理事会が開催されました

【承認事項】

- ① 1月の組織状況報告 承認の件
・専門委員会からの報告
- ② 1月の事業所状況報告 承認の件
・各事業所状況報告
- ③ 1月の経理状況報告 承認の件
- ④ 総代選挙管理委員会の設置の件
- ⑤ 全体区分役員推薦委員会の設置の件

【議決事項】

- ① 亀田郷地域センターとの健康管理助成協定締結の件
- ② 総代会の日程の件
- ③ 総代選挙区定数の決定の件
- ④ 規程・規則改定の件
・就業規則及び介護関連施設就業規則の改正

- ⑤ 規程・規則改定の件
・給与規程及び介護関連施設給与規程及び医師給与規程の改正
- ⑥ 規程・規則改定の件
・文書管理規程の改正
- ⑦ 規程・規則改定の件
・健康管理規程の改正
- ⑧ 懲罰委員会からの結果を受けての対応の件

【協議事項】

- ① 2022年度事業と運動のまとめと2023年度事業と運動の方針(案)の件

【報告事項】

- ① 4月からの病棟運用変更の件
- ② 木戸病院1階エントランス改修工事の件
- ③ セントラルキッチン報告の件
- ④ 経営コンサルタントとの進捗状況の件
- ⑤ 理事会議事録(第7回)修正内容確認の件
- ⑥ 第8回理事会議事録確認の件
- ⑦ 第3四半期監事監査報告の件
- ⑧ その他

事務部紹介

病院事務部は、医事課、診療事務課、庶務課の3つの部門で構成されています。

医事課

患者さま対応として、院内のご案内、初診・再来の受付と事務処理、入院手続きの説明、診療終了後の会計などを担当しています。他にも診療に関わる様々な業務を担っています。また、コールセンターや検査予約センターでは、診療や検査の予約を電話および窓口にて担当しています。

診療事務課

資格を取得した医師事務作業補助者が多数おり、医師の代行として診断書の文書作成や、診



医事課は病院の中で一番患者さまと接する機会が多い部署です。職員一同、患者さまの身になって、思いやりの心と明るく笑顔で心がけ、適切な対応となるよう努めています。

療時の電子カルテ代行入力を担当しています。

一般的には「医療クラーク」とも呼ばれ、医療機関における医師の事務作業を補助し、医師が本来の診察業務を円滑に行えるように日常的なサポートをしています。

庶務課



他部署と異なり、直接患者さまと接する機会が多くありませんが、小さなことから大きなことまで院内の幅広い業務を担っています。一般の庶務課業務とともに他部署のサポート、病院内行事や各種届出、補助金の申請など、官公庁との折衝や重要文書管理なども担当しています。円滑な病院運営と、安心かつ働きがいのある職場環境の実現に向けて取り組んでいます。



木戸病院事務部長
田中学

病院事務部では、職員だけでなく、委託職員、派遣職員も多く所属しています。また、通常業務以外にも、業務改善や新たな取り組みについての協議など、院内外の多くの会議に参画しています。医療制度・各種書類申請・接遇など、業務知識を深める学習会等を定期的に開催して、各部門の事務系職員が同じ目標・目的を見据えながら、患者さまに対して同じ対応ができるよう努めています。

事務系職員は直接的に医療行為を行うことはありませんが、患者さまが来院されてから帰宅されるまでの多くの場面で関わっています。病院事務部内での連携はもちろんのこと、院長を中心とした診療部の医師や看護部、他多くの院内各部署との連携を密に行います。縦横のつながりの仲介役となり、患者さまへ安全で適正な医療の提供ができるように努めてまいりますので、よろしくお願いたします。

ほほえみだより 介護老人保健施設 ほほえみの里きど

楽しくて皆が笑顔に 通所リハビリのレクリエーション

1階の通所リハビリテーションでは入浴とリハビリを行っており、集団体操も1日に3回行っています。昼食後の軽いストレッチ体操をした後は、レクリエーションの時間です。

節分では恵方巻ロールケーキを作りました。ホットケーキミックスを使って生地を焼き、生クリームやいろいろなフルーツをのせ、くるくると巻きました。ご利用者さまは「すごく美味しいね」と喜んでいらっしゃいました。

ひな祭りの時は用紙をひな壇に見立て、点数の書いてある箱にお手玉を投げ入れて点数を競い合いました。皆さまとても楽しそうです。「普段は家の中でじっとしているので、ここに来るのが楽しみだよ」と話される方もいます。

ご利用者さまの笑顔に職員も元気をもらっています。



レクリエーションで楽しいひな祭り♪



お好みのフルーツを乗せて…皆で恵方巻ロールケーキ作り★

2023年度 新潟医療生活協同組合 第49回 通常総代会公告

総代会日程及び会場

日時：2023年6月25日(日) 午前9時30分～

会場：新潟市東区プラザ・ホール 新潟市東区下木戸1-4-1

総代選挙公告

新潟医療生活協同組合定款第45条および総代選挙規約に基づき、総代選挙を下記のように公告する。

1. 総代選挙区および定数について

第1ブロック 定数64名	第5ブロック 定数30名	第6ブロック 定数50名
木戸総支部	松浜総支部	横越総支部
東区-木戸地区ほか	北区-松浜地区ほか	江南区-横越地区ほか
中央区-本馬越ほか	濁川総支部	亀田総支部
	北区-濁川地区ほか	江南区-亀田地区ほか
	岡方総支部	大江山総支部
	北区-岡方地区ほか	江南区-大江山地区ほか
	木崎総支部	両川総支部
	北区-木崎地区ほか	江南区-両川地区ほか
	村上市	曾野木総支部
	関川村	江南区-曾野木地区ほか
	粟島浦村	鳥屋野総支部
	新発田市	中央区-鳥屋野地区ほか
	阿賀野市	山潟総支部
	胎内市	中央区-山潟地区ほか
	聖籠町	秋葉区
	五泉市	南区
	阿賀町	西蒲区
		燕市
		弥彦村
		長岡市
		三条市
		柏崎市
		加茂市
		見附市
		田上町
		出雲崎町
		刈羽村
		小千谷市
		十日町市
		魚沼市
		南魚沼市
		湯沢町
		津南町
		糸魚川市
		妙高市
		上越市

2. 候補者登録受付期間および受付方法について

受付期間 2023年4月14日(金)より2023年4月20日(木)

受付方法 各ブロックのブロック長または生協事務局の地域活動部 ☎025-274-7139) まで

3. 総代選挙における選挙権、被選挙権を有するものは2023年3月31日に組合員資格を有する組合員とする。

2023年4月7日 新潟医療生活協同組合 総代選挙管理委員会 ※公告日は4月7日です。

脳トレで頭シャッキリ! **4月号 クロスワードパズル** 提供元:クロスワード.jp

1	2		3	4
F				
			5	
6		7		
D				B
		8		9
10			11	12
13				C

春のぼかぼか陽気に気が緩んでうっかりミスを起こさないよう、クロスワードパズルで頭をシャッキリ整えませんか?
タテ、ヨコのカギをヒントに解きます。黄色のマスをAからFの文字を並べ替えてできる言葉が答えです。今回の答えは、春ならではの光景ですよ。

タテのカギ
2 胸や腹の中であって、呼吸や消化などはたらきをしている器官をまとめていう呼び名。
3 利益を失うこと。また、失ったもの。
4 耳の奥にある、音を聞き取るための膜。
5 一番古いこと。
7 研究の業績や結果を書き記したものの卒業○○○○。
9 物の中の方。内部。家。
10 腰かけ。座る物。
12 水中にすむ動物の呼吸器。○○呼吸。

ヨコのカギ
1 大豆を炒って皮をむき、ひいた粉。
3 一番下の面。一番奥の方。「お金が○○をつく」
5 体が細長く、口先がとがっている秋の魚。
6 そろっていないこと。大きさ・形・種類などがまちまちであること。
8 電車やバスなどが決まった路線をたどって行くこと。「電車は平常通り○○○している」
11 どうすればいいかを考え、物事をうまくやっていく頭の働き。「三人寄れば文殊の○○」
13 印章。郵便物などに押す消印。

締め切りは4月28日(金)です。

昔の機関紙を探しています

昭和51年(1976年)8月に、新潟医療生協の機関紙第1号「機関紙『木戸病院』」が発行されました。

新潟医療生協は2025年2月で50周年を迎えます。そこで、記念すべき50周年に向けて過去の掲載内容を整理し、これからの未来につなげるために昔の機関紙を探しています。

皆さまのご自宅に昔の機関紙はありますか?ご協力いただける方は、地域活動部までご連絡ください。

クロスワード応募方法

官製はがきのウラ面に下記を記入の上、地域活動部までお送りください。各事業所に設置してある「クロスワード回収箱」への投函も可能です(切手不要)。

- 氏名(ペンネームの掲載を希望する場合はペンネームも)
- 解答の6文字 ●住所 ●年齢 ●電話番号
- 一言メッセージ

「2030年、こんなまちになっていたらいいな」
例)子どもから高齢者まで安心して暮らせるまち

正解された方の中から抽選で5名の方に景品をお送りします。
今回の景品は500円分の図書カード!ぜひ、ご応募ください!

応募先 〒950-0862 新潟市東区竹尾4-12-16-2 新潟医療生協 地域活動部

自分のまちの未来について考えてみましょう

新潟医療生協の組合員向け **「スマホ教室」開催のお知らせ**

木戸エリアでの教室

■日時と講座の内容
4月20日(木)
●13:30~
【初心者向け】アプリの使い方

■開催場所 東区プラザ 講座室3

参加費 無料
※参加には事前の予約が必要です。

石山エリアでの教室

■日時と講座の内容
5月8日(月) お申し込み締切:4月21日(金)
●14:30~ 【初心者向け】ゼロから始めるスマホ教室

■開催場所 石山診療所2階 地域交流スペース
※石山会場にご参加される場合、施設の基準により健康観察表が必要となります。詳しくは予約時にご確認ください。

※本教室は、新潟医療生協の組合員のみ参加とさせていただきます。 感染症対策を実施して開催しております

お申し込み・お問い合わせ先 地域活動部 ☎025(274)7139

3月号のクロスワードの答え

答え (百の花、桃の花)
モモノハナ

1	ニ	モ	ノ	キ	ソ		
		カ					
6	ハ	シ	オ	キ	ゼ		
		デ	モ	カ	イ		
		9	ナ	イ	10	メ	ン
11	ミ	ゾ		12	ド	ナ	ー

読者の声

いつもたくさんのご感想ありがとうございます。クロスワードパズルを解いて応募していただいた皆さまのご感想の一部をご紹介します♪

「検脈のすずめ」がとても参考になりました!自分の指でやってみようと思います。

春にむかって居場所づくり、良いですね。

地域のことが良くわかり毎月楽しみにしています。

「すこしおレシピ」毎号楽しみにしています。

クロスワードパズルは頭の体操に最適なコーナーです。長く続けてください!

くみトク利用してみました。新しい組合員証をドンドン使って楽しみたいと思います。

皆さまのご感想が励みになります。いただいたご意見をもとに、これからもより充実した紙面を目指していきます!

受診券をご確認ください

すべての検診が終了するまで、大切に保管しましょう。受診券がないと新潟市の各種検診が受けられません。

この台紙全体が受診券です。受診時に必要な情報が記載されていますので、切り取らずにお持ちください。保管しやすいよう折っていただいても構いません。

受診券に記載されている年齢は2024年3月31日現在の年齢です。

あなたが今年度受けられる各種検診です。受診時に検診実施機関が受診日・実施機関名を記入します。

【肝炎ウイルス検査】一度も検査を受けたことのない方が対象です。

※職場等で健診の機会がある方は新潟市の健診対象にはなりませんのでご注意ください。

お問い合わせ先 木戸病院健診センター 電話予約受付 ☎025(270)1831 (8:30~17:00)

減塩でおいしい **すこしおレシピ** 塩と上手におつきあい 少しの塩分でずこやかに生活

赤魚のバター焼き
●1人分:143kcal ●塩分:0.8g

材料(4人分)
●赤魚(切り身)…4切
●塩…2g(小さじ1/3)
●無塩バター…20g

付け合わせ
●じゃがいも…200g
●塩…1.2g(小さじ1/5)
●乾燥パセリ…適量

作り方
〈赤魚のバター焼き〉
① 魚に塩をふる。
② フライパンを熱し、バターを溶かす。
③ 魚の皮面を下にしてフライパンに並べ、中火で焼く。
④ 焼き色が付いたら裏返して蓋をし、中までしっかり火を通す。
⑤ 皿に盛り付け、フライパンに残ったバターをかける。

〈付け合わせ〉
① じゃがいもの皮をむき、食べやすい大きさに切って水にさらす。
② 水を捨て、耐熱容器に入れて電子レンジ(600w)で4分加熱する。
③ 熱いうちに塩とパセリをかけ、全体に混ぜる。

管理栄養士より
赤魚はクセがなく、どんな味付けにも合いやすい魚なので、バターとの相性も抜群!皮はパリッと身はふっくらと仕上がります。スーパーなどで比較的手軽に購入できるのもおすすめポイントです。

つながる力で、やさしいまちをつくる
新潟医療生協の2030ビジョン/ 大学習会開催報告

2月28日に日本医療福祉生協連の片山忍代表専務理事、利根保健生協の原澤裕専務理事を講師にお迎えし、2030ビジョン大学習会を開催しました。

片山専務理事より「医療福祉生協の2030年ビジョン」について、原澤専務理事より「利根保健生協の事業と運動」についてご講演いただきました。平和をめぐる情勢や、貧困と格差の拡大・人口減や高齢単身世帯の増加など、これから直面する社会問題と、それに対して医療生協が果たすべき役割を教えていただきました。

近い将来必ず訪れる社会問題を、一人ひとりが自分のこととして受け止めることが大切です。そして、人とのつながりを大事に行動していくことが「このまちに住んでよかった」と思えるまちづくりに繋がります。

写真:大学習会開催の様子

サービス付き
高齢者向け住宅

CO-OPなじよもガーデン(3台)
CO-OPなじよもガーデン2(2台)に

空気清浄機Airdogを設置!

今年度の生協強化月間は、「入居者さまが安心して食堂を利用できるよう各食堂に空気清浄機の設置」を目標に活動しました。

多くの入居者さまよりご協力いただきました。心よりお礼申し上げます。

すでに各食堂に空気清浄機を設置し、フル稼働しています。

CO-OPなじよもガーデンでは、感染対策として施設内の消毒、換気に力を入れていますが、強力な助っ人の導入(空気清浄機Airdog)でさらに安心できる空間を目指していきます。



なじよも
health co-op niigata
通 第114号 信



ヘルスローカス
with



実施
内容

さあ、春だ体を動かそう!!

ヘルスローカスwithでは、スタジオプログラムお試しキャンペーンを実施いたします。会員以外の方を対象として、毎月第2・4金曜日の16:00~16:30の間でスタジオプログラムを開催します。ワンコイン(500円)でどなたでも参加できますので、この機会にぜひ体験していただき体を動かす気持ちよさを実感してください。定員15名で先着順となります。



- ヨガ&ストレッチ
- リズムボクシング
- リズム体操
- ストレッチポール
- 体幹トレーニング

また、体質改善モニター会員も募集しております。

「運動を定期的実施したいがきっかけがない。」「運動を進められているがどのようなことをしたらよいか分からない」などなど、運動に興味のある方、ヘルスローカスwithで定期的に運動してみませんか?

スタジオプログラムお試しキャンペーンと体質改善モニター会員の詳細については、新潟医療生協のホームページやLINEでご確認ください。

新潟医療生協 ヘルスローカスwith 検索

新潟医療生協
LINE公式アカウント



スタジオプログラムお試しキャンペーンの予約は、下記の電話にてご連絡ください。

ヘルスローカスwith <お問い合わせ先> ☎025(250)6702 (12:00~17:00)

サービス付き
高齢者向け住宅、
即入居できます!

現在、数部屋の空きがございます。
見学希望など、
お気軽にお問い合わせください。

<お問い合わせ先> ☎025(250)6137

長い間、霧の中を歩いていました。その中とはとても不安で、多くの方に支えられて歩くことができました。ようやくその霧は晴れ渡り、新しい景色を見せてくれました。

この春、あしぬま荘施設長という重責を仰せつかりました。あしぬま荘の歴史を背負って、歴代の施設長と同様に地域に目を向けます。次は私が皆さまを支える番です。

来春、あしぬま荘は大形駅前に移転新築します。今まさに建築工事の真っ最中です。老人ホームらしくない、地域に開けた施設を目指します。おたがいさまの支え合いを一緒につくっていきたいと思います。

人と人が関わり支え合い、得るもの、失うもので織り成される人生。介護からも得られる人生の豊かさを、心で感じ続けたい。私たちは大切な人を介護しながら、実はいつか必ず訪れる自身の老いの生き方を見つめ、学んでいます。その見つめる先が陽だまりであることを願います。



新あしぬま荘を支える杭を打っています。

みらいレター vol.27
社会福祉法人 亀田郷芦沼会
高齢福祉部あしぬま拠点部長
特別養護老人ホームあしぬま荘施設長 本間博基

<お問い合わせ先> 社会福祉法人 亀田郷芦沼会 ☎025(271)1016
ホームページ http://ashinuma.com/

お店に行っ 組合員証を見せよう! “おトク”な特典 が使えます!!

くみトクお店紹介!

ゆっくり湯船に浸かって日常を忘れよう!②
— 疲れを癒しに、銭湯に行こう! —

抗酸化陶板浴 ここゆ

過ごしやすい季節になってきましたね～。バリバリ仕事をこなしたり、思いっきり楽しんで遊ぶ身体は、あなたの宝物です。過ごしやすい季節こそしっかりと、心と体のメンテナンスをお忘れなく～!ほんのひと時だけ、ぼ～っと横になって癒す時間を作ってみませんか? 身体の疲れ、疲労回復のお手伝いに大変喜ばれております。

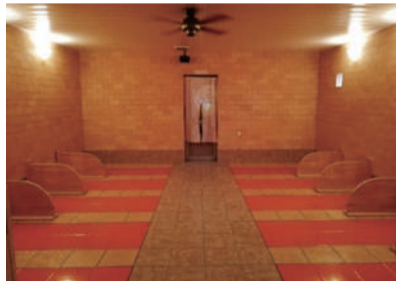
組合員さまには入館料100円引きの特典をご用意しております。さらに、次回ご利用できる20%割引券を差し上げます!(一度限りとなります)

ぜひご来店ください。お待ちしております!

- 電話番号 ☎025 (270) 0660
- 住所 〒950-0012 新潟市東区有楽2-3-1



エステ・ホットヨガ・占い
靈気療法は予約にて
受付中です。



金の湯



各種浴槽で1日の疲れを取っていただけます。

男湯には「露天風呂」女湯には「塩サウナ」を用意。その他に、スチームサウナや超音波風呂などが楽しめます。

組合員証を提示していただくと「現金でご入浴の場合牛乳1本サービス」とさせていただきます。

ぜひご利用下さい。

- 電話番号 ☎025 (273) 3251
- 住所 〒950-0861 新潟市東区中山3-1-16



チケット
絶賛
販売中!

社保・平和委員会より



ドキュメンタリー映画 「ちむぐりさ 菜の花の沖縄日記」 映画鑑賞会 開催のお知らせ

「ちむぐりさ」とは、誰かを思って胸を痛めるという意味のウチナーグチ(沖縄の言葉)です。

15歳の少女のまなざしと言葉を通して、リアルな沖縄の問題と県民の抱える思いを感じ、考えてみませんか?

日時

4月15日(土)
開場 9:30 / 開演 9:45

会場

東区プラザ ホール
(新潟市東区下木戸1丁目4-1)

内容

ドキュメンタリー映画
「ちむぐりさ 菜の花の
沖縄日記」上映(106分)

チケット代 800円

お申し込み方法 下記の電話番号にて
お申し込みください。

お早めに
お買い求め
ください!



お申し込み・お問い合わせ先
社保・平和委員会(地域活動部内) ☎025(274)7139

令和5年3月13日以降も

マスク着用をお願い

木戸病院をはじめ、医療・介護施設では、重症化リスクの高い方がご利用をされています。周囲、またご自身の感染予防のために
施設内では引き続きマスクを着用していただきますよう
ご理解とご協力をお願いいたします。



木戸病院

石山診療所

木戸クリニック

マイナンバーカードの 健康保険証利用が はじまりました

4月1日
より

4月1日よりマイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになりました。また、マイナンバーカードを提示した際と、従来の保険証を提示した場合は医療費の窓口負担金が変わる予定です。



●マイナポータル
マイナンバーカード
健康保険証申請ページ

木戸病院、石山診療所、木戸クリニックにおいては、4月時点では従来の保険証、マイナンバーカードのどちらの提示であっても負担金の変更はありません。現行の負担金のままとなります。

4月1日以降の
窓口負担金例
(一般的な医療
機関の場合)

	マイナンバーカード	1割負担		2割負担		3割負担	
		現行	4/1~	現行	4/1~	現行	4/1~
初診料	提示する場合	280円	280円	560円	570円	850円	850円
	提示しない場合		290円		580円		860円
外来 診療料	提示する場合	70円	70円	150円	150円	220円	220円
	提示しない場合		80円		150円		230円

※4月1日以降も、これまで通りの健康保険証で受診ができます。
※マイナンバーカードでの健康保険証利用には申請が必要です。申請については各区役所にお問い合わせください。

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

対応可能時間：月～金曜日 AM8:00～PM4:30、第2・第4土曜日 AM8:00～10:30(歯科はAM8:30～10:30) ※午前8時から30分程度は電話回線が大変混雑いたします。

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土
内科	新患 8:00～11:00	濱ひとみ	岸由美子	大学医師	中野恵輔	矢田雄介	三井田孝	内科医師
		大学医師	河邊昌哲	阿部孝洋	摺木陽久	岸由美子	内科医師	内科医師
	AM 専門 (予約制)	成田淳一	山口利夫(循)	安樂匠	横山恒	大学医師	内科医師	塙晴雄
池主裕子		山崎美穂子(膠)			五十嵐登	増子正義	増子正義	
五十嵐登(循)		矢田省吾(腎/糖)	矢田雄介(腎)	大学医師(血)	摺木陽久(消)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	
佐藤秀一(消)		横山恒(消)	山口利夫(循)	河邊昌哲(呼)	山崎美穂子(膠)	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	
PM(予約制)	大学医師(血)	中野恵輔(糖/内)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	阿部孝洋(糖/内)		
	津田晶子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	濱ひとみ(腎/糖)	池主裕子(循)		
				大学医師(循)				
		長谷川隆志(呼)	矢田省吾(腎/糖)	成田淳一(呼)		津田晶子(糖/内)		
		大学医師(循)	安樂匠(糖/内)	大学医師(腎)隔週		大学医師(循)		
		荻原智子(糖/内)	濱ひとみ(腎/糖)					
		矢田雄介(腎)	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		
婦人科	AM8:00～11:00	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	師田和宗	樋浦誠	師田和宗	樋浦誠	師田和宗	師田和宗
		相馬規子	相馬規子	相馬規子	相馬規子	相馬規子	樋浦誠(生活習慣病・診察AM10:30～)	
	PM2:30～4:30	樋浦誠	樋浦/師田/相馬(乳児健診時)	樋浦誠		樋浦/師田/相馬(予約接種時)		
		相馬規子	師田和宗	相馬規子		師田和宗		
外科	AM8:00～11:00	渡邊智子		大学医師	福田卓真	福田卓真	福田卓真	
		阿部要一	山田明	阿部要一(1・3・5週)	阿部要一	山田明	山田明	阿部要一
				山田明(2・4週)				
整形外科	AM8:00～11:00(予約制)	所澤徹		所澤徹		所澤徹		
皮膚科	AM8:00～11:00	高橋直樹	高橋直樹		高橋直樹	高橋直樹		
		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
		寺尾香菜	寺尾香菜	寺尾香菜	寺尾香菜	寺尾香菜	寺尾香菜	寺尾香菜
耳鼻咽喉科	AM8:00～11:00				大学医師		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(1・3・5週)	北村康男		
					北村康男(2・4週)			
眼科	AM8:00～11:00(予約制)		坂上悠太(大学)	小林直太(大学)	坂上悠太(大学)	小林直太(大学)	大学医師	大学医師
歯科 口腔外科	AM 8:30～11:00	予約制	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子
			鈴木博	鈴木博		鈴木博	鈴木博	
	PM 1:00～4:00		星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	
			鈴木博	鈴木博		鈴木博	鈴木博	

※診療案内は変更される場合がございます。

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	AM 8:30～11:30	須永隆夫	須永隆夫	須永隆夫	須永隆夫	須永隆夫		須永隆夫
		村山直也	村山直也	村山直也	村山直也	村山直也	村山直也	村山直也
	PM 1:30～4:30	金子香	金子香	八木寛朝	金子香	八木寛朝	八木寛朝	
		須永隆夫	須永隆夫			須永隆夫		
		村山直也	村山直也	村山直也	村山直也	村山直也		
		八木寛朝	金子香	八木寛朝(予約のみ)				
		岸由美子						

※村山医師は、4月22日(土)は休診となります。

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		佐々木知明	佐々木知明		佐々木知明
	PM2:00～4:40		佐々木知明	佐々木知明		佐々木知明
皮膚科	AM8:30～11:30	佐藤信輔	佐藤信輔		黛真理子	佐藤信輔
	PM1:30～4:00				黛真理子	

※診療案内は変更される場合がございます。詳細はお問い合わせください。

木戸病院 健診センター

☎025(270)1831

電話予約受付時間：月～金曜日 AM8:30～PM5:00、第2・第4土曜日 AM8:30～12:30

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 ……

風の笛クリニック

☎025(271)7755

休診日：日曜・祝祭日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科・麻酔科	AM8:45～12:30	穂苅環	穂苅環	穂苅環	飯田久貴(内科)	穂苅環	飯田久貴(内科)
	PM3:45～5:00	穂苅環	穂苅環	穂苅環		穂苅環	