

# 健康ディ

【内 容】健康チェック・体操・ウォーキング  
 【実施日】毎月第4水曜  
 【時 間】10:00~11:20  
 【場 所】コーププラザ所沢  
 所沢市若松町826-7  
 【参加費】無料

# 健康マージャン

【内 容】健康的マージャン  
 【実施日】毎週月曜・木曜  
 【時 間】13:00~17:00  
 【場 所】「杏」あんず  
 所沢市こぶし町21-29  
 【参加費】100円  
 問合せ先：畑中 繁（2998-5065）  
 ※初めての方も手ほどきします。覗いてみてください。



# ふれあい喫茶《スマイル》

【内 容】美味しい料理とデザートを食べながら交流  
 【実施日】毎月第2土曜  
 【時 間】11:00~13:30  
 【場 所】コーププラザ所沢  
 所沢市若松町826-7  
 ※お食事代は実費（料理300円等）になります。



# 健康相談

【内 容】健康についての相談会  
 毎月テーマを決めて学習会も開催  
 【実施日】毎月第3土曜  
 【時 間】13:30~15:00  
 【場 所】「杏」あんず  
 所沢市こぶし町21-29  
 【参加費】無料

# ランチ会

【内 容】美味しい料理とおしゃべり  
 【実施日】毎月第3土曜  
 【時 間】11:30~13:30  
 【場 所】「杏」あんず  
 所沢市こぶし町21-29  
 【費用】500円

# サークル 太極拳・ストレッチ

【内 容】太極拳・ストレッチ  
 【実施日時】太極拳:毎週水10:30~  
 ストレッチ:毎週水14:00~  
 【場 所】わかば  
 【費用】無料



# 男のキッチン

【内 容】料理教室とお食事会  
 【実施日】毎月第4金  
 【時 間】16:00~料理作り  
 18:00~会食  
 【場 所】コーププラザ所沢  
 所沢市若松町826-7  
 【参加費】実費  
 問合せ先：白戸（☎2998-7340）



# 支部活動拠点 「杏(あんず)」

支部活動拠点

「杏(あんず)」は気軽に誰でも立ち寄れる場所です。  
 健康マージャン、健康相談ランチ会、おしゃべり会、趣味の会、こどもたちの勉強会などがおこなわれ多世代で楽しい時間を過ごしています。  
 「あんず」に立ち寄ってみませんか♪

住所:こぶし町21-29

私たちが松井支部の運営委員です

- ◆八木 多美代（こぶし町☎2998-6809）
- ◆吉橋 幸江（こぶし町☎2998-7826）
- ◆海東 道子（こぶし町☎2998-7343）
- ◆久保 ミナ子（こぶし町☎2998-4071）
- ◆飯塚 克巳（こぶし町☎2998-6406）
- ◆藤田 良子（若松町☎2992-9524）
- ◆畑中 繁（牛沼☎2998-5065）
- ◆金野正和（こぶし町☎2998-5284）
- ◆河村フクエ（こぶし町☎2998-4165）
- ◆三橋美代子（こぶし町☎2998-7076）

医療生協さいたまは医療と介護の事業を通じて「健康づくり」「まちづくり」をおこなっている生活協同組合です。  
 埼玉県内に4病院・8診療所・3歯科・2老人保健施設・17ケアセンターがあります。  
 組合員は23万人を超え、県内に153の支部があります。  
 各地域で「けんこうと平和の配布」「健康まつり」や「学習会開催」「ボランティア」等さまざまな組合員活動をおこなっています。

くらしの中の困りごとを  
組合員どうして助け合う有償ボランティア  
**くらしサポーター**

【利用料金】60分700円

【利用時間】月曜から金曜  
10時~16時



お問い合わせ・お申込み先  
くらしサポーター事務局  
☎048-296-8692



医療生協さいたま  
松井支部は  
“ところ見守りネット”に  
登録しています

ご近所の見守りボランティア  
をしてくださる方を募集して  
います！

問合せ ☎04-2942-6099  
埼玉西協同病院 地域連携課 茂木

私たちの**医療・介護**相談・利用事業所



**埼玉西協同病院**  
04-2942-0323(代)



内科 外科 眼科  
皮膚科 整形外科 禁煙外来  
もの忘れ外来 訪問診療  
入院50床 各種健康診断  
通所リハビリテーション科  
無料低額診療事業

〒359-0002  
所沢市中富1865  
<http://nishikyoudou.mcp-aitamawest.jp/>



**所沢診療所**  
04-2924-0121(代)



内科 循環器科  
通所リハビリテーション科  
訪問診療  
各種健康診断  
無料低額診療事業  
在宅支援診療所

〒359-1143  
所沢市宮本町2-23-34  
<http://tokoshin.mcp-saitamawest.jp/>



**老人保健施設 さんとめ**  
04-2942-3202(代)



介護サービス入所・ショート  
ステイ・通所リハビリ・訪問  
リハビリ・富岡地域包括支  
援センター・居宅介護支援・  
介護予防居宅介護支援

〒359-0002 埼玉県所沢市中富1617  
<http://santome.mcp-saitamawest.jp/>

**医療生協さいたま生活協同組合**

**松井支部**  
のご案内

—支部担当地域—

所沢市(牛沼・こぶし町・下新井  
東新井・若松町・北原町)



詳細・参加などのお問い合わせ先

埼玉西協同病院  
地域連携課 茂木  
04-2942-6099