

西協同だより

埼玉西協同病院 〒359-0002 所沢市中富1865 Tel 0570-010-323

■ホームページ <http://nishikyoudou.mcp-saitamawest.jp/>

発行責任者 吉野 肇



6月号

基本理念 “一人ひとりが大切にされる医療から、すこやかなまちづくりへ”

当院では在宅訪問診療や個別送迎も行っております。お気軽にご相談ください。

6月よりスタートします！

所沢市特定健診 個別送迎（無料）のご案内

病気予防と早期発見のため、年に1回定期健診をうけましょう!!

期 間：2021年6月1日～2022年2月28日

健診料金：後期高齢者（75歳以上）無料（歯科相談含）

40歳以上75歳未満 800円（歯科相談含）

こんな方は
是非ご利用ください

- ・来院する交通手段が無い方
- ・ご家族が送迎できない場合

NEW

歯科衛生士による
歯科相談を追加できます！

歯科相談は約15分程度のお口の
チェックになります。

（所沢市の歯科検診ではありません）



一お申込みから受診の流れ一

- ① 所沢市から届いている「受診券」を確認。
- ② 下記の申込先に電話で、
下記についてお伝えください。
 - 健診受診希望日時（第1希望と第2希望まで）
（申し込みから7日程度余裕もってご予約ください）
 - 歯科相談の希望の有無
 - 自治体がん検診の希望の有無
 - 医療生協のオプション健診の希望の有無
〈健診実施曜日と時間〉 ※日・祝日休み

	月	火	水	木	金	土
午前 8:30～ 10:30	○	○	○	○	○	○
午後14:00～ 15:00	○	○	○	○	○	×

- ③ 折り返し確定のお電話でご連絡します。
- ④ 問診表・健診グッズをご自宅に郵送します。
- ⑤ 健診前日までに迎車時間の連絡をお電話で
ご連絡します。
- ⑥ 健診日に送迎車で来院。
健診終了後、送迎車でご自宅へご帰宅。

※ご不明な点は当院健診担当までお問合せ下さい。

申込先

健診担当 坪内・土田

申込時間

8:30～16:30

TEL

地域連携課 山内

（月曜日～金曜日）

0570-010-323

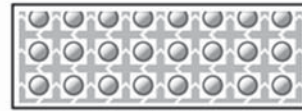
歯肉がやせて歯が長くなった
と感じたら？
それは「歯の根」むし歯の
危険信号！

「歯の根」むし歯はフッ素を塗布することで予防できます。フッ素塗布は自費診療で1本あたり約600円～1,300円です。
自分でケアできる「フッ化物配合歯みがき剤」を通常の50円引きで販売します。くわしくは歯科窓口にお問い合わせください。

お口の中に露出した**歯の根**は
むし歯になりやすい。

歯の根のむし歯の特徴

歯冠がミネラルでできているのに対して、歯の根はミネラルとコラーゲン繊維でできています。歯の根のむし歯はこのミネラルが溶け出し、コラーゲン繊維が壊されて進行します。



★ コラーゲン繊維 ● ミネラル



①むし歯



②コラゲナーゼ酵素

- ①プラーク中の細菌が糖分から酸をつくり、ミネラルを溶かし、
- ②細菌が出すタンパク質分解酵素コラゲナーゼがコラーゲン繊維を破壊して進行します。



部 門 紹 介 「地域包括ケア病棟」とは？

急性期の治療を終えたあと、退院においてリハビリや在宅の調整が必要な方や、事情により一時的に在宅生活が困難となった方の療養のため、地域包括ケア病棟があります。「家に帰ったら自分でできるようになってほしい」「在宅で介護をするために、サービスを整えたい」など、いつでもお気軽にご相談ください。多職種のスタッフが、患者様の生活をサポート致します。

たべもの通信 野菜たっぷり簡単メニュー

～香味野菜と香辛料で美味しくいただきます～

ジャージャー麺風 エネルギー約440 kcal 塩分約2.2g

材料(1人分)

中華麺 120g(1玉)、ひき肉 50g、玉ねぎ 20g、長葱 5g
おろし生姜、おろしんにく各少々、醤油、味噌、みりん、酒各小さじ1/2杯、ごま油小さじ1杯、水20cc、片栗粉小さじ1杯
トマト中1/4個、きゅうり、1/4本、セロリ1/3本、みょうが1こ
麺つゆストレート大さじ1杯、コチジャン小さじ1/2杯

※野菜はご自宅にあるものでOKです。

(作り方)

- ①ねぎ、長葱をみじん切りにする。
- ②鍋にごま油、おろし生姜とにんにくを入れて火にかけ、香りが出たらひき肉、玉ねぎ、長葱を炒める。水溶き片栗粉でとろみを付ける。
- ③トッピングの野菜は食べやすい大きさに切っておく。
- ④茹でた麺にトッピングの野菜と②を盛る。最後に麺つゆをかけて、コチジャンをつけて出来上がり(山椒や七味とうがらしをかけても美味しいです)。



初期研修医の 地域研修がスタート！



小山 麻美 医師

今年度も埼玉協同病院(川口市)から初期研修医を迎えます。外来・訪問診療・病棟で研修を行うほか、地域で連携している施設訪問や組合員活動にも参加する予定です。

支部紹介

西富岡支部

支部長・久保征子

西富岡支部は2004年準支部立ち上げ準備会を経て、2005年5月に誕生しました。担当地域は所沢新町・神米金・岩岡町・北中で、組合員数約1,050人、「けんこうと平和」約350部を20人で配布しています。運営委員4人、ひと役さん2人の小さな支部ですが、健康チェック・学習会などを重ね、病院送迎バス（虹の風号）の「郊外マンション前停留所」開設などを通して、病院・医療生協を知ってもらう活動をしてきました。



※写真はコロナ前のものです。

2007年から2009年まで毎月開催していた「健康を考える会」が参加者減少で一時中断しましたが、2015年4月「健康ひろば」「お弁当の会」を開催してきました。「健康ひろば」は毎月第2火曜日、認知症やフレイル予防にラジオ体操・ストレッチ・脳トレ（各種カルタ・トランプ・ゲームなど）、「お弁当の会」は第4火曜日にワンコイン500円でお弁当を買い、10人前後でおしゃべりをしながらの昼食を楽しみました。コロナ禍の2020年3月からすべて中止していますが、コロナが終息次第、再開したいと考えています。それまでの活動として地域を歩く「歩こう会」を開始したところです。

新型コロナウイルスのお知らせ

6月から当院でワクチン接種が始まります。

Q1：病院でワクチンの予約はできますか？

- 当院に定期通院されている75歳以上の方で、1回目の予約が取れていない方は、病院にお電話（0570-010-323）ください。

以下の接種日の予約をお取りします。

1回目：6月27日（日）10～15時

2回目：7月18日（日）10～15時

予約開始 6月14日（月）午前9時～（先着300名）

※当日は連絡便（虹の風号）を運行します。
（個別送迎はありません。）

- 74歳以下の方は、準備が整いしだいご案内いたします。

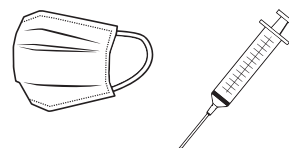
接種をお急ぎの方は、大変申し訳ありませんが、予約は「所沢市のコールセンター」（0570-005527）へお電話ください。ご自分のインターネットやLINE（ライン）でもご予約できます。お近くの「まちづくりセンター（公民館）」に行くと、予約のお手伝いをしてもらえます。

Q2：ワクチン接種当日の持ち物は？

- ①クーポン券 …… 接種券のシールは、はがさない
- ②本人確認書類 …… 運転免許証・健康保険証等
- ③予診票 …… 事前に記入する

計3点を持って接種場所へ

- ・当日は肩を出しやすい服装で、マスクをして出かけましょう
- ・発熱など体調が悪い場合は無理をせず、キャンセルの連絡をしましょう



『3・11フクシマを忘れない学習交流会』開催のお知らせ

日時：2021年7月12日（水）14：00～16：00

※各会場を Zoom でつないで行います。講師はふれあい会館（川口市）から配信します。

定員：20名（感染防止対策のため、定員を設けています）

講師：小出 裕章 氏

原子工学者。京都大学原子炉実験所（現・複合原子力科学研究所）で41年助教を務め、原子力の危険性を世に問う研究に取り組み、2015年定年退職。現在は長野県在住

東京電力福島第一原子力発電所事故から10年 改めて原発の問題点と事故の被害について考えましょう！

～6月～

診療のご案内

	月	火	水	木	金	土
午	内科	佐藤	佐藤	佐藤	大澤	吉野
	内科	青木	★松村綾	木村	山本	川島
	内科	★喜多村 (糖尿病 専門外来)	岡田	吉野	★十束	笠巻
	内科			渋谷	工藤 (糖尿病 専門外来)	福庭
	眼科	平出	播本		佐藤	
	外科				井合	
	歯科	荒木	★大関	荒木	第1・3 荒木 第2・4 ★大関	第1・3 荒木 第2・4 ★大関
	歯科往診	★大関			第1・3 ★大関 第2・4 荒木	第1・3 ★大関 第2・4 荒木
	皮膚科				吉澤学	
	胃カメラ	高		水村	大城戸	第1・3 大城戸 第2 福嶋
前	栄養相談 (管理栄養士)	吉田	吉田	吉田	吉田	吉田
	土曜 常勤輪番	5日	12日	19日	26日	

	月	火	水	木	金
午	内科	青木	関口	渋谷	★十束
	内科	★喜多村 (糖尿病 専門外来)	谷		工藤 (糖尿病 専門外来)
	内科				野田
	眼科	平出		手術	
	往診	山本	岡田	木村	大澤
	歯科	★大関		第1 荒木 他 ★大関	第1・3 ★大関 第2・4 荒木
	歯科往診	荒木		荒木	第1・4 ★大関 第2・3 荒木
	整形外科	★丸木			遠藤
	看護外来		12:00～13:30 保健師 看護師		
	大陽 カメラ	高		水村	井合
後	栄養相談 (管理栄養士)	吉田			吉田
	夜間 内科		永島		吉野 川島

★女性医師

来院の際は、お電話でご連絡ください。

在宅で療養する患者様への往診もおこなっています。

入院患者様への面会は全面禁止しております。

入院患者様への荷物の受け渡しは総合受付で行っています。

オンライン面会を希望されるかたは事前に電話でご予約ください。

【医師体制の変更】

※6月より毎週火曜日午後内科 松村綾医師にかわり 関口由希公医師が担当します。

患者さまにはご迷惑をおかけしますがご理解とご協力をお願いいたします。

連絡便(虹の風号)時刻表



*時刻はすべて、それぞれのバス停を発車する時刻です。*土曜日は午前の便のみとなります。*日曜・祝日は運行しません。

1号車 新所沢コース(月曜日～土曜日運行・土曜日は午前のみ)

土曜最終便

病院 発	正面玄関前	8:15	9:05	9:50	10:35	11:20	12:05	12:50	13:35	14:25	15:15
ネオポリス	柳野公園前	8:30	9:15			11:30					
並木通り団地	降車のみ								降車時お知らせください	降車時お知らせください	降車時お知らせください
郊外マンション	管理事務所前	8:35	9:20	10:00	10:45	11:35	12:15	13:00	13:45	14:35	15:25
たつみそばや	店舗駐車場No41	8:40	9:25	10:10	10:55	11:40	12:25	13:10	13:50	14:40	15:30
新所沢駅(東口)	やきとりにした場付近	8:50	9:35	10:20	11:05	11:50	12:35	13:20	14:00	14:50	15:40
所沢北高校前	正門向スィミングクラブ 駐車場前	8:54	9:39			11:54					
ニュータウン	飯能信用金庫付近	8:57	9:42			11:57					
航空公園駅(東口)	駅前ロータリー 展示飛行機前								14:05	14:55	
こぶし団地(東)									14:15	15:05	
病院 着	正面玄関前	9:05	9:50	10:35	11:20	12:05	12:50	13:35	14:25	15:15	15:55

2号車 航空公園コース(月曜日～土曜日運行・土曜日は午前のみ)

土曜最終便

病院 発	正面玄関前	8:30	9:20	10:10	10:50	11:30	12:15	13:00			
こぶし団地(東)	ミニコープこぶし店舗 自治会館前	8:40	9:30	10:20	11:00	11:40	12:25	13:10			
こぶし団地(西)	マルイ美容室前	8:43	9:33	10:23	11:03	11:43	12:28	13:13			
航空公園駅(東口)	駅前ロータリー 展示飛行機前	8:50	9:40	10:30	11:10	11:50	12:35	13:20			
所沢診療所		9:00	9:50			12:00					
並木通り団地	西武バス停出口付近	9:10	10:00	10:40	11:20	12:10	12:45	13:30			
病院 着	正面玄関前	9:15	10:05	10:45	11:25	12:15	12:50	13:35			



写真は航空公園停車場

東所沢コース(月曜日～金曜日運行)

病院発	正面玄関前	13:40	14:20	15:00
①こぶし団地(東)	自治会館前	13:50	14:30	15:10
②安松中学校	校門前	13:55	14:35	15:15
③JR東所沢駅	ロータリー内 新倉不動産前	14:00	14:40	15:20
④ところバス	東所沢2丁目	14:02	14:42	15:22
⑤東所沢3丁目レクセルガーデン	東所沢前	14:04	14:44	15:24
⑥中富南エスデシティー	センタースクエア入口	14:11	14:51	15:31
⑦中富南エスデシティー	道傍公園	14:13	14:53	15:33
病院着	正面玄関	14:16	14:56	15:36

個別送迎(無料)
行っています。
午後の送迎
も開始しました。
受付にお申し
込み下さい。



*①こぶし団地(東)に停車します。

※運行ルート上でしたら降車はどこでもできます。(道路交通法上、停車出来ない所もあります。) 運転手にお伝えください。