

無料法律相談会のお知らせ

弁護士による無料の法律相談会を定期的に実施しています。ご相談は事前予約制です。医療福祉問題に限らず、ご相談が可能です。ぜひ多くの方にこの機会をご利用いただければと思います。ご相談お待ちしております。

日程	時間	担当者
9月13日(金)	13時~	早稲田の杜法律事務所

※相談終了時間は相談希望者の人数等によって異なります。

- ◆会場…熊谷生協病院
- ◆予約…熊谷生協病院 医療福祉相談室
- ◆電話…048-524-3841 (松本・山口・松島)

フレイル予防 <口腔体操>

言語聴覚士：藤井 三枝子

お口からフレイル予防！
加齢とともに低下していく嚥下能力。健康な体を作るためには食べ物をしっかり噛んでしっかり飲み込むことが大切です。
年齢を重ねてからは意識的に能力を維持していきましょう。
パタカラ体操で口腔・嚥下の機能を保ち、口の衰えを定期的にチェック！

パ くちびるを破裂させるように
弱ると… 吸う・飲むが難しくなる

タ 舌の先を歯切れよく
弱ると… 食べものを押しつぶせなくなる

カ 舌の奥をのどに押しつけるように
弱ると… 飲み込みが難しくなる

ラ 舌の先をくくるまわして
弱ると… 食べものを丸められなくなる

9月 外来診療のご案内 電話(総合案内) 048-524-3841

当院は予約優先となっております。予約なしの受診を希望される方は、来院前にご連絡下さるようお願い申し上げます。
訪問診療は随時行っております。詳しくは病院までお問い合わせください。

受付時間	月	火	水	木	金	土	
内科	午前(8:15~11:30)	宮岡 伊東 増崎	田中 鶯塚 須田	鶯塚 内野 遠井	宮岡 鶯塚 岡本 本田	田中 古市 高野	大塚 高野 (第1・3・5) 伊東 (第2・4) 新井 てんかん外来 (第1・3)
	午後(13:30~16:00)	鶯塚 頭痛・めまい 外来 増崎	須田	鶯塚 もの忘れ・ 小刻み歩行外来 内野	岡本 本田	高野	
小児科	午前(8:15~11:30) 火曜日と 第2・4金曜日は 受付11:00まで	小堀	新井	遠井 受け付け時間 8:45~11:30	小堀	小堀	小堀 (第1・3・4) 早川 (第2)
	午後(13:30~16:00)	休診 予防注射 (14:00~ 15:00) 乳児健診 (第4)	休診	休診 アレルギー 外来 (第4)	休診	休診	1歳6ヶ月 健診 (予約制)

●休診日/日曜日・祝祭日・土曜日午後

内科 休診案内
9/3(火)、6(金)…田中医師 休診
9/12(木)PM…本田医師 休診
9/13(金)…田村医師 休診
9/18(水)AM…内野医師 休診
9/19(木)、24(火)
……………鶯塚医師 休診
9/28(土)…伊東医師 休診

小児科 休診案内
9/28(土)…早川医師 休診

	月	火	水	木	金	土
介護相談	月~土いつでもご相談をお受けします 生協ケアセンター 048-524-0030					
デイケア	○	○	○	○	○	○

無料送迎をご利用ください。
受付に時刻表がございますので、ご利用ください。

※岡本、早川、伊東、田村は女性医師です。

2019年、笑顔ではじまる健康づくり……………

ほほえみ

第318号
9月号

http://www.kumagaya-hospital.coop/

医療生協さいたま 熊谷生協病院
診察・訪問診療・健診・デイケアのことは、お気軽にご相談ください。
048-524-3841

医療生協さいたま 熊谷生協ケアセンター
介護のことは、お気軽にご相談ください。
048-524-0030

発行 熊谷生協病院広報委員会
住所 〒360-0012 埼玉県熊谷市上之3854

病院理念 県北地域に安心と協同の創造を いくつかの時にも利用者の権利を尊重し、そのニーズにふさわしいサービスを、保健・医療・福祉の事業を通して、誠実に提供します。

健康診断はお済みですか？

健康管理は定期的な健康診断から始まります。すでに自治体の健診を実施された方も、国保ドックコースでさらに詳しい健診をお受けになってはいかがでしょうか？

対象者 ○熊谷市国民健康保険加入の30歳以上の方
○熊谷市在住の75歳以上の方

実施期間 2020年3月31日まで

料金 国保ドック
税込 2,400円 (税率8%価格)

※胃の検査は胃バリウムです。プラス1,600円で胃カメラに変更できます。

※税率価格変更に伴い、料金が増加予定です。

当院で健診の予約をとった後、熊谷市役所保険年金課に印鑑と保険証を持参し、申し込みます。(妻沼・大里・江南の各行政センターでも手続きができます)



国保ドック検査項目一覧			
医師診察	問診・血圧測定		
身長・体重・腹囲測定・視力・聴力検査	尿一般検査		
胸部レントゲン検査	心電図検査		
眼底検査	胃レントゲン検査または胃内視鏡検査		
腹部超音波検査(エコー)			
血液検査	血液一般	白血球	赤血球
		ヘモグロビン	ヘマトクリット
		血小板	
	肝機能	TP(総蛋白)	A/G比
		GOT	GPT
		γ-GTP	LDH
		AL-P	ChE
		LAP	総ビリルビン
	脂質	HDLコレステロール	LDLコレステロール
		TG(中性脂肪)	
炎症		CRP	
腎		クレアチニン	BUN(尿素窒素)
痛風		UA(尿酸)	
糖	BS(血糖値)	HbA1C	
リウマチ	RF		
感染症	HCV抗体(C型肝炎検査)	HBs抗原(B型肝炎検査)	
	梅毒検査	ASO定量	
便検査	便潜血2回法(大腸癌検査)		

医師離任挨拶

9月18日を最後に離任される内野医師より挨拶文を頂いております。
<内野慶人医師>

熊谷には10年近くにわたって通わせて頂きました。その中で、通常の外来の他に往診や健診、時に救急外来など様々な仕事をさせて頂き、医師として幅広い経験を積むことが出来ました。

常勤・非常勤の先生方、コメディカルや事務の皆さん、そして何より熊谷の患者さん達には本当にお世話になりました。長く診ている患者さんもあり、離れるのは大変心苦しいですが、後任の先生の元で引き続き定期的な通院を続けて、食生活や運動習慣に徐々に気を配りながら健康的な生活を送って頂ければと思います。

またチャンスがあれば熊谷で仕事をさせて頂きたいと思っておりますのでその際はよろしくお願ひ致します。

最後になりますが、研修医上がりの若輩者の頃から自分を育てて下さった病院のスタッフの皆様、患者さんや御家族の皆様、長い間ありがとうございました。新任地でも皆様のご健康をお祈りしております。

医師着任挨拶

<増崎亮太医師>

この8月から内科外来を担当します増崎亮太です。専門は肝臓内科です。微力ながら地域医療に貢献していきたいと思っております。よろしくお願ひいたします。

※増崎先生は毎週月曜日午前・午後内科外来を担当します。40歳代で経験も豊かな医師です。

生協強化月間のお知らせ

美味しく楽しくて、みんなあつかくて、感動しました

いつも熊谷生協病院をご利用くださり、ありがとうございます。

医療生協さいたまは9月24日(火)～11月30日(土)を生協強化月間として、まだ組合員でない方には加入を、すでに加入されている方には出資金の積み立てをお願いしております。

皆様からお預かりする出資金は、より良い医療・介護の提供と地域活動の実践などに活用されます。病院では、入院時に一切の差額ベッド代を頂いておりません。インフルエンザ予防接種などのワクチン接種料金、文書料金や健康診断オプション料金の一部が組合員価格でご利用できます。治療費の支払いに困った際の無料低額診療事業や、今年4月に開始した多世代食堂(写真①)にも出資金は大きく貢献しています。また、フレイル(虚弱体質)予防体操や健康づくり教室といった組合員活動などにも出資金は役立てられています。

病院1階の待合に「組合員になって良かった」という組合員の皆様からの声「いとこ川柳」(写真②)を掲示しております。ぜひ一度ご覧下さい。

(組織まちづくり委員会：松本 浩一)



◀写真① 多世代食堂「HAPPYくまここ」毎月開催!

写真② いとこ川柳病院1階待合に展示中▶



生協強化月間に10千円以上で加入した方、または20千円以上で増資頂いた方に、ささやかなプレゼント(写真③)を差し上げております。この機会にぜひ医療生協への加入と出資金の積み立てにご協力ください。



▲写真③ 加入・増資でココロンウェットティッシュプレゼント!

心肺蘇生法講習会を開催しました。

2019年7月18・19日に心肺蘇生法講習会を熊谷生協病院にて開催しました。成人に対する講習会は5施設、合計21名(法人外7名)が参加しました。さらに今年度は小児・乳児に対する講習会も行い、保育士を含む5名が参加しました。



AEDの使用やシミュレーションと振り返りを行うことで、心肺蘇生への理解が深まりました。今後も多くの人が知識と技術を習得できるよう、定期的に講習会を開催していきたいと思っております。

～参加者の声～

- 今回参加したことで、分かっていると思っていたことが実は忘れていたことに気づくことができました。
- 実践すること、仲間とフィードバックを行うことで理解が深まりました。
- 回数を重ねることで、実際にやってみようという心構えができました。AED込みでリアルな実習ができたことがよい経験となりました。
- 小児・乳児は成人とは違うアルゴリズムで、意識を改められました。いざという時に必要なので、今回学べてよかったです。



社保まちづくり委員会主催

市政宅配講座

どなたでも参加できます。ご参加をお待ちしています。

日時 **9月24日(火)**
10:00～11:00『後期高齢者医療のしくみと現状』
11:00～12:00『参加者と社保まちづくり委員会との交流』

場所 **4階会議室** 参加費 **無料**

※資料の準備が必要なため、事前のお申し込みをお願いします。
(組合員サポート課：加藤 048-523-8705)

組合員ニュース

お申し込み・お問い合わせは、
組合員サポート課(加藤・曾田) 048-523-8705

ボランティアしてみませんか?

①くらしサポーター(募集地域 熊谷市)

医療生協さいたまの組合員同士が助け合う有償ボランティアです。

②多世代ふれあい食堂「HAPPYくまここ」

月1回(定例毎月第4金曜日)多世代ふれあい食堂を開始しています。当日の食事作り、お片付け、レクリエーション披露など。



原水爆禁止世界大会の報告

8/7～8/9に行われた原水禁世界大会in長崎へ職員2名が参加しました。職員と組合員が平和の想いを込めて折った千羽鶴も持っていきました。以下、参加報告が寄せられています。

原水禁世界大会に参加させてもらった事で、自分の平和の考え方が整理されたように思います。平和を脅かす核兵器や原発があり、核兵器禁止条約や自然エネルギーがその解決策になるのだという事を知りました。大会に参加した3日間は、他ではできない貴重な体験だったと思います。この体験を受けて平和活動として何ができるのかはまだ分かりませんが、署名や選挙など、今自分の前にあるものに誠実に向き合う事が大切なのだと考えています。(3階病棟 看護師：宮原 正和)

74年前、長崎の町は一瞬にして破壊的な被害を受け、多くの命が奪われました。何とか生き残った方たちも、心と身体に癒えることのない深い傷を負い、今もなお苦しんでいます。この悲惨な体験をした方々は「同じ体験を誰にもしてほしくない」、「長崎を最後の被爆地に」と願い、訴え続けています。私たちは、原子爆弾投下を過去のこととせず、直視しなければならないありのままの事実を語り継ぐことが平和につながるのだと思いました。(熊谷生協ケアセンター 看護師：田中 順子)



熊谷生協ケアセンター(だより)

介護のご相談窓口
電話 048-524-0030

オレンジカフェ熊谷「よってきな」のご案内

オレンジカフェとは認知症に関心のある人もない人も、誰もが集いお茶を飲みながら気軽におしゃべりできる交流サロンです。相談コーナーも設けています。どなたもお気軽にご参加ください (^_^)

場所：緑化センター2階(市役所隣、中央公園内)

時間：午前11:30～午後3:00 毎月第4火曜日開催

参加費：100円(飲み物代)

今後の日程とミニ講座内容予定(ミニ講座は午後1:30～)

- 9月24日(火) 『頭と体に良い体操』
リハビリケアサポートセンター 飯塚理学療法士様
- 10月29日(火) 『呼吸器の病気の話～誤嚥性肺炎を起こさないために～』宮岡啓介医師

※10月は祝日の関係で第5週目に開催予定です。

●熊谷生協ケアセンター【ケアプラン作成・訪問ヘルパー・訪問看護・訪問リハビリ】

〒360-0012 熊谷市上之3851-1(介護複合施設くまここ内) TEL:048-524-0030 FAX:048-524-9667
お気軽にご連絡・ご相談お待ちしております!(^^)!

ロコモ健康体操のご案内

どなたでもお気軽に参加お待ちしております。熊谷生協ケアセンター職員がインストラクターとしておじゃまします。

開催予定日時・開催場所のご案内

- 9月 6日(金) はなぶさ中央デイサービスセンター 10:00～11:30
- 9月17日(火) 星宮公民館 10:00～11:30
- 9月19日(木) 雀宮団地集会所 10:00～11:30
- 9月27日(金) 老人憩の家 妻沼荘 10:00～11:30
- 9月30日(月) 熊谷市スポーツ・文化村くまびあ 10:00～11:30