

## 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9日(金)	13時~	深谷駅前法律事務所
10月7日(金)	13時~	けやき総合法律事務所

※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・佐藤)

## 原水禁オンライン視聴 感想

原水爆禁止世界大会2022に参加してきました。コロナの影響で現地参加とはいきませんでした。いろいろな国や地域の方々のお話を拝聴してきました。実際に原爆被害に遭われた方は、当時の様子やその後の人生での苦悩をお話されており、核兵器の非人道性や残虐性を改めて認識する事が出来ました。原爆投下から77年経った今、原爆被害者の生の声を聴ける最後の世代として今、何が出来るか考えさせられました。

原爆禁止運動が始まり65年と月日が経過していますが、継続して核兵器廃絶の声を上げ続けることはとても大切だと感じるとともに世界で唯一の被爆国として核廃絶の先頭に立ち、働きかけることは大きな意味があると思いました。



今回学んできたことは、ここで終わりにするのではなく自分たちの後の世代・後世にしっかりと伝えていき、二度と核兵器の使用や戦争が起こらないよう、世界の人々と歩み寄り考えていければと思います。

## 9月 外来診療のご案内 電話(総合案内) 048-524-3841

受付時間	月	火	水	木	金	土	
内 科	午前(8:15~11:30)	宮岡 須田	鶯塚 杵渕 田中	鶯塚 遠井 渡邊	宮岡 鶯塚 岡本 渡邊	古市 田中 金子 大館 (第1・3)	土佐 大館 (第1・3) 草野 (第2・4) 新井 (てんかん外来 (第4))
	午後(14:00~16:00) ※第2・3水曜日は 14:00~15:00	須田 (発熱外来)	休診 (発熱外来)	休診 (発熱外来)	休診	休診 (発熱外来)	
専 門 外 科	午後(14:00~16:00)	鶯塚 (頭痛・めまい 外来)	鶯塚 (もの忘れ・ 小刻み歩行外来)	岡本 (糖尿病外来)			
小 児 科	午前(8:15~11:00) ※第1・3土曜日は 9:00~診療開始	小堀	新井	遠井	荒熊	小堀 松本 (第1・3) 小堀 (第2・4)	
	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) 3歳児健診 (予約制)	
胃 カ メラ	午前		○	○	○		

※担当医師は都合により変更することがあります。ご了承下さい。

### ●休診日/日曜日・祝祭日・土曜日午後

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。

#### 内科 休診案内

9/6(火)、9/9(金)  
……… 田中医師 休診  
9/8(木) …… 宮岡医師 休診  
9/28(水)、9/29(木)  
……… 鶯塚医師 休診

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。

発熱やカゼ症状等のある患者様は、感染対策のため一般外来と時間・場所を分けて診療していますので、必ず事前に電話でご連絡頂きますようお願いいたします。

# ほほえみ 9月号



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

病院理念 県北地域に安心と協同の創造を

いついかなる時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、保健・医療・福祉の事業を通して、誠実に提供します。

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。

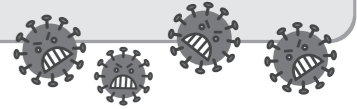
048-524-0030

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

## 新型コロナウイルス感染症(COVID-19)

2019年末に世界で最初の患者が報告されてから瞬く間に世界中にパンデミックが広がった新型コロナウイルス感染症は、現在もお私たちの生活に大きな影響を及ぼしています。ようやく有効で安全とされるワクチンの接種もはじまり、状況は変わりつつあります。まずは現在の第7波を引き起こしている『オミクロンBA.5株』の特徴についてお伝えします。



- ① 感染力：BA.2株の1.4倍と感染力は高くなっています。
- ② 主な症状：以前の株より無症状者は少なく以下のような症状が出るようになってきました。倦怠感(76%)、咳(58%)、発熱(58%)など。また、鼻水(51%)を伴う率が上がっています。
- ③ 症状が続く期間：フランスの報告では平均7日間とされており従来のオミクロン株の4日間より長くなっています。
- ④ 重症化率：以前のオミクロン株とほぼ同程度と考えられています。ただし60歳以上になると重症化率は上がりますので高齢者は注意が必要です。
- ⑤ 再感染率：以前にコロナに感染していても再感染を起こしやすいと報告されています。
- ⑥ ワクチンの有効性：ワクチン3回目接種後3ヶ月経過すると感染予防効果は37%まで低下しますが、重症化の予防効果は79%と優秀な成績です。さらに4回目を打つと感染予防効果は49%へ、重症化予防効果は86%まで上昇します。
- ⑦ 治療薬の有効性：ラゲブリオ、パキロビッド(いずれも抗ウイルス薬)という2種類の内服薬が日本では承認されており、他のオミクロン株と比較しても同等の有効性が確認されています。

以上の特徴をふまえ、まず予防注射を4回目までしっかり打つことをお勧めいたします。さらにマスクの着用、手洗いうがいの励行、人混みを避けるなどの一般的な予防対策をしっかり行いましょう。そして発熱や咳、倦怠感などの症状が出現した際には早めに検査を受け適切な治療を受けて下さい。60歳以上の方、及び60歳未満の方でも糖尿病や高血圧などの持病のある方は内服薬(抗ウイルス薬)での治療をお勧めいたします。

皆さん一人一人の身を守ることが身近な方々の命を守ります。

コロナウイルスという自然界の脅威を前にして、しっかりと科学的根拠に基づいた予防と治療を行なっていきましょう。





## 家庭でできる食中毒予防



暑い夏、食中毒にも気をつけたいものです。今回は、家庭でできる6つの食中毒予防のポイントをご紹介します。

### ①食品の購入

肉・魚は分けてビニール袋に入れ、できれば保冷剤(氷)などと一緒にして、購入後は速やかに家へ帰る。

### ②家庭での保存

• 帰ったら冷蔵品はすぐに冷蔵庫へしまう。  
• 肉・魚は汁が漏れないようにビニールに入れて保存する。

### ③下準備

• 肉・魚は生で食べる物から離しておく。  
• 肉・魚を切った器具は熱湯消毒をする。  
• こまめに手を洗い、タオル・布巾は清潔なものを使う。

### ④調理

• 加熱は中心部まで十分に。  
• 電子レンジを使う時は均一に加熱されるようにする。

### ⑤食事

長時間室温に放置しない!

### ⑥残った食品

• 保存するときは清潔な器具・容器を使い、早く冷えるように小分けして冷まし、すみやかに冷蔵庫へ。  
• 時間が経ちすぎたり、ちょっとでも怪しいと思ったら思い切って捨てる。  
少しの気遣いで健康を守ることができます! ぜひ上記を意識してみてください。(食養科:松本)



## マンモグラフィ装置導入の工事が始まりました。

熊谷生協病院では、地域住民の皆様の要望と、がん検診に対する受診率向上を図るためにマンモグラフィ撮影装置を導入することとなりました。これにより、2022年の秋から当院でもマンモグラフィ検診を行えるようになります。7月から部屋の改修工事も順調に進んでおり、8月下旬には装置が搬入され、9月から順次稼働予定です。

外来や健診でのご案内を含め、今後改めてお知らせいたしますので、乳がん検診を受けていない方は、これを機に当院で受けていただくと幸いです。



## 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

### 【くまここ日記】梅干しづくり～健康パワーがあります～

日本人にとって馴染みの深い「梅干し」とても素晴らしい健康効果があります。

- ①疲労回復 - 夏バテの予防になります。
- ②血行促進 - 動脈硬化の予防は冷え性の改善になります。
- ③カルシウム吸収量の増加 - 骨粗しょう症の予防になります。
- ④食欲増進 - 梅干しを見ただけでヨダレが出ます。
- ⑤整腸作用 - 腹痛や下痢にも効果的。
- ⑥血糖値の上昇を抑えます - 糖質の吸収を穏やかにします。

ことわざ「梅はその日の難のがれ」をご存じでしょうか?

朝、梅を食べれば、その日一日、災難から逃れることができる、という意味があります。

そんな梅干しですが、先日1ヶ月塩漬けにした梅干しの天日干し作業を行いました。

一週間毎日、くまここのご利用者様が一つひとつ丁寧にひっくり返してくれ完成!!

パック詰めが大量にできました。8月末の納涼祭でお持ち帰って頂く予定です。



●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・小規模多機能くまここ】  
〒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

## 2022年度 内科インフルエンザ予防接種のご案内

当院内科定期通院中の患者様を対象に、10月22日~12月中旬までの日程でインフルエンザ予防接種を行います。9月5日(月)より電話にて予約受付開始予定です。ほほえみ次号にて確定した日時をお知らせ致します。

混雑緩和のため今年度も定期受診と同時の接種は出来ません。予めご了承下さい。



## くまのまち 組合員活動ニュース

熊谷生協病院  
地域総合サポートセンター  
くまのまち



30周年記念サイトの予告ページ、30周年事業のインスタアカウントが開設しました! まだまだ少ない情報ですが、HPへのアクセス、そして30周年事業のインスタのフォローをお願いします!! 組合員・地域の方が楽しめる企画を用意しております! 詳細は下記QRコードよりアクセスください。

①30周年事業サイト  
予告ページ



②30周年事業  
インスタ



## ●ドコモスマホ教室



ドコモ以外のお客様でも無料で参加いただけます。  
場所：熊谷生協病院4階会議室

日時 9月12日(月)  
完全予約制

- ①10:30~11:30 『カメラを使おう』
- ②14:00~15:00 『マップを使いこなそう』

参加費 無料 定員:8名



※感染症対策を実施しております。

午前・午後通し参加は  
お断りさせていただきます。



定員になり次第締め切ります。  
新型コロナウイルス感染拡大状況により  
中止することがあります。

【ご予約・お問い合わせ先】 熊谷生協病院 地域総合サポートセンター 担当:平澤  
048-524-3841 平日9時~16時 y-sota@mcp-saitama.or.jp

※受講にはdポイントクラブ入会、dポイントカード利用登録、dアカウント発行が必要です。

## ●秋のクリーンウォーク ※事前申し込みの企画です。

春に続き、第2回のクリーンウォークを計画しました。病院周辺を歩きながら環境整備を一緒にしませんか。皆さんからのお申込みお待ちしております。

日時 10月11日(火) 10:00~11:00  
(終わり次第終了)

集合場所 熊谷生協病院 正面玄関

持ち物 軍手 ゴミ袋 トングがある方はご用意ください。

※新型コロナウイルス感染状況によって中止または縮小して行う場合があります。



以前の様子

【申し込み・お問い合わせ先】 地域総合サポートセンター まちづくりネットワーク推進課 担当:曾田  
070-2154-7357 y-sota@mcp-saitama.or.jp