# 西都保健生協の 組織現勢

(2023年9月30日現在)

●組合員数-----

O

問診からあなたの元気度を点数化

問診の回答を確認 表紙に記載された

も結果に載せて栄養状 特に「アルブミン値

後期高齢者健診では

- 13,532人
- ●出資金総額 ── 4億7,524万円

清瀬 花子 84

- ※一組合員平均35,120円
- 生協だよ No.623 2023年10月号

日常生活の簡単なアドバイスも掲載

- 編集・発行 西都保健生活協同組合 機関誌編集委員会 毎月第3水曜日発行1部50円
- 生協事務所 〒204-0013 清瀬市上清戸2-1-41 **1**042-493-6129 **20**042-493-6155 http://www.saito.coop

# 健康の社会的決定要因(SDH)の視点から

えてきた健康の社会的決定要因について考えてみました。 える」をご紹介しました。今月からSDHの視点からの実践をご紹介していき 先月のきずなでは、「健康の社会的決定要因(SDH)から広く健康について考 価した元気度チェック結果表(左図)をお配りしています。今回はそこから見 たいと考えています。清瀬診療所では市民健診の問診票から独自に元気度を評

元気度チェック」

載せています どを個別に得点化 動・心」「健康観」 の結果とともにお渡 作成して、、市民 「元気度チェック」 簡単なアドバイスも ています。 健診結果と問診票か )療所では、みなさん 2019年から清瀬 日常生活 健 した 診 を な

部も紹介の地域の支

態の指標としています。

# アルブミン値とは

下がる理由

の障害、 どの恐れがあります。 逆に高い場合は脱水な 栄養不足、 学会の判定基準は左 ン値が低下する原因 の通りです。 です。日本人間ド 中のタンパク質の アルブミンは、 瘍 病などがあります。 、炎症 肝障 消化や吸 性 アルブミ 害 0) 疾 íц. 悪 'n 患 性 収 ク は 図 種

# アルプミンの基準値

3.9g/dL以上 正常值 3.7~3.8g/dL 要注意

3.6g/dL以下 異常値

> がある」「週に1回以 の項目では「運動習慣

上外出している」

高くなっていました。

ン値の平均が高くな

ました。

『運動

5.3g/dL以上

高值

てみま ない方に比ベアルブミ 関する項目 と答えた方は、そうで る」「なんでも噛める\_ ブミン値の差を確認 名の生活習慣からアル 齡者健診対象者645 療所で受診した後期高 固 2022年度に当 3 回いもの 食 いした。 食べ が食べられ では、 てい 『食』 . る



△ 受け取ってじっくり見てくれる方も

# 1面の続き アルブミン値に着目 元気度チェック」から

清瀬診療所 (SDH)の視点から

調が悪く『食』『運動 付けられます。逆に体 いうわけではありませ ての方が当てはまると 考えられるため、すべ 値が低いということも がままならないために 態をよくする一つと裏 食事と運動は栄養状

# 付き合いでの変化 意外だった、人との

る方が栄養状態はよい ではないかと予想し 人とのつながりがあ

> う結果でした。 た方の方が、アルブミ 談相手がいる」と答え あ や家族とのつきあ ていましたが、「友 ン値の平均が低いとい る」「困った時の相

せん。 きあいにそれほど頓着 景があるのかもしれま していない…そんな背 元気なので人とのつ

うなるのでしょうか? 方々が困ったときはど ここに、私たち診療 では、そのような

ます。 があるのではな いかと感じてい 所としての役割



と、笑ってしゃ ンターがありま は外来だけでな はもちろんのこ く健康づくりセ 、ってお口や頭 清瀬診療所に そこで運動

7"

できる場所になること うちからお付き合いさ ンなども含めて元気な ています。 が役割の一つだと思っ せていただくことで困 った時にいつでも相談

康のためのよい要因の つになれればと思い みなさんにとって健

(清瀬診療所 髙江洲 智穂 看護 師

体操、健診やワクチ

下は4カ ます。 だったと 報じてい 月連続で、

神宮外苑

ます。 明らかに

記までメールでお寄せください

# 仔続に向けて声を広げよう マイナ保険証一体化で紙の健康保険証廃止

月に利用した割合は ろがマイナ保険証の8 以上になります。とこ は6900万件と7割 保健証利用の登録件数 たマイナカードのうち 9600万枚交付され きが強まっています。 保険証存続を求める動 東京新聞によれば 各地域で現行の健

4 6 7 %

ルが続発しています。 が起きたりするトラブ なったり、高齢者を中 使い勝手が悪いことの 利用件数が減っている を強調すればするほど 窓口負担割合の誤表示 ったん10割負担」や 心に「無資格によるい 証し」と指摘します。 会は「政府がメリット 口の顔認証でエラーと いますが、医療機関窓 全国保険医団体連合

> 心に『一度作ったマイ 問い合わせが増えて を解除したいがどうし ナ保険証の保険証機能 る、と言います。 たらよいのか』という

すでに全国で90%近く

厚生労働省によると

ステムの運用を始めて の医療機関・薬局がシ

らない真意は政権の維 ず延期、廃止に踏み切 考えられません。 持に対する固執とし いているにもかかわら これだけの混乱を招 か

の延長のような小手先資格確認書の有効期間 きましょう。 回し、健康保険証をこ 保険証廃止を中止・撤 の対策ではなく、健康 として、政府に対し するよう強く求めてい 民に政府の責任で交付 れまで通り、全ての国 国民のいのちの問

# 紙上文化祭の作品を募集中

また「後期高齢者を中

文化祭を企画します。組合員のみなさんが日ごろ行っている 活動や作品を写真にして交流しようと考えています 自作のモノなら何でも構いません。作品を写真に撮って左 きずな11月号では組合員のひろば(7面)を拡大して紙上

【メール】soshiki@saito.coop また、作品に込めた思いをコメントとして添えてください

【お問い合わせ】 042-493-6129

まんが・波来土

某中古事販売会社

東伏見

ことは

耐

物

原が

かな

V

菌

を に

つくる 抗

因

となり、本当



# 般的に「かぜ症状」というけれど… ってなあに?

熱が出た、のどが痛い、咳が出る、鼻水が出る、頭が痛い、お腹の調子が悪い …。このような症状が出ると「受診しなきゃ!」「薬を飲まなきゃ!」と慌てて しまいます。新型コロナウィルス感染症が流行してから、みなさんの風邪症状 への対応の仕方が変わったように感じます。"風邪"について考えてみましょう。

サ以邪ッ上ウ 冬に を検 スは R す る 夏 インフルエンザウ きませ S ウ とい ウ ユ か に 上 スにはコロ ŧ は 1 1 査 5 2 V イ が多かったと思い 0) は L れ は、 ルス イ L すべての わ 0 つつ様子を見て ル モ 「インフル れ ウィ ルス、 て調 0 h<sub>o</sub> れて ウ 風 が 種類以 0 ĺ イ 邪 あ 有 ナウ 原 べることは ル ル ル を ウィ ます。 0) 因 0 表 名 ス ウィ 0 卜 なウ エン 的 イ イ Ê か ライ 種 メ ル ル ŧ な ル イ ス、 タ ス、 1 ザ ス であ ル 類 風 V 1)

出 す 秋津 清瀬 東久留米 東村山 ひばりヶ丘 久米川

# 風邪の治療は

があげられます

原

が因ウィ

ル

ウィ とす であ ま る患者さんも で自 1) は せ ま により ん。 り、 質の処方を希望さ ルスには効果は 然に軽快し 本 す 「細菌」 的に、 が、抗 ウィ なぜなら抗 般的 通常 に ル いら な 1 生 スを原 に対する芸 します。 分 風 物 0) つ 2 邪 質 免 生 あ L 週 因 薬 物 り は B れ 抗

個 1 頭結 <u>S</u> アデ 膜熱=プー ノウ イ ル

ス ス

0)

りとり、ゆっくり休み あるときは、 しょう。

鷹の台

花小金井

療が困難となってしまう

質が必要な感染症

0)

治 生

発熱などの風邪症状 完全に回復するま 水分をしっか ま が

応が必要になります 性の の

なった後にまた

さまし、たんを切る薬など 療法としてせき止め 配する必要はありませ ているのであれば過剰に 症状を軽くする薬を使 症状がつらいときは、 時 症状が徐々に改 間 がかかる B 対 も

# 0 清瀬診療所でパンフレット続々作製中

か

な

から

っです。

用

す

"かぜ"ってなあに? 発熱、のどが痛い、咳がでる、鼻水がでる、頭が痛い、お腹の調子が悪い ほとんどがウィルス性の感染症であり、 一般的に「風邪(かぜ)」「感冒(かんぼう)」といいます 風邪ウィルスは200種類以上 もあるといわれています 自分の免疫力により通常1~2週間で 自然に軽快します 抗生物質は、細菌川、対する薬であり、ウィルス を原因とする一般的な風邪には効きません。 対抗生物質を無意味に使用することは 動性菌(抗生物質が効かない塩)を作 る原因となり、本当に抗生物質が必要な な感染症の治療が困難となります。 水分をしっかりとり、ゆっくり休みましょう。 ・完全に回復するまでに時間がかかる人もいます。 症状が徐々に改善しているのであれば過剰に心配する 必要はありません。

め声

な

首

0) 飲

痛

がでない、

み

み込

激

いのどの痛

み

で

発疹など皮膚の症 引く症状、息苦 状がぶりかえす)、

強

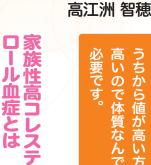
穂 苅 万 李子 瀬 診 療 所 医

か。 療所にご相談 配な時はいる 受診して医 うろうとする…など 症状がある場合 仰ぎまし () 頭 (痛、意識) よう。 つでも 師 の判 が ŧ 師 は

健康サポート室より

管で心臓自体に酸心臓を取り巻く血

いるとても大切な 素と栄養を与えて 生活習慣病シリーズ Part



清瀬診療所 保健師

筋梗塞を引き起こします。 影響が大きく、狭心症や心 れますが、家族性高コレス 常、肝臓で大部分が処理さ に心臓の血管 (冠動脈) まったりする病気です。 若いときから動脈硬化が進 ロールが血液中で高くなり、 LDLコレステロールは通 み、血管が細くなったり詰 家族性高コレステロール 症とはLDLコレステ 特 に

師に相談しましょう。 あるいは生協の診療所の医 を中心とした動脈硬化性疾 特に症状がなく、心筋梗塞 方、心配な方は、かかりつけ 患を起こすのが特徴です。 ステロールが高いこと以外 若いころからLDLコレ 左記の特徴が当てはまる

処理する能力が低いため、 血液中に多くなり血管壁に たまって動脈硬化が進みま テロール血症の方は肝臓で

どの薬物療法を行い、定期 です。しかし、家族性高 吸っている方は禁煙も重 酸素運動、そしてたばこを 的に血液検査を受け治療の 場合が多いです。内服薬な 活習慣の改善だけではコン げない食事と無理のない有 うに、コレステロールをあ トロールすることは困難な レステロール血症の方は生

# うちから値が高い方がいらっしゃいます。「症状がないので……」「前から高いし、家族も 高いので体質なんです」と言われる方も……。しかし、若いうちから高い方は特に注意が 年齢と共にLDLコレステロール(悪玉コレステロール)が高くなる方がいる一方、

# こんな方に

- ●未治療でLDLコレステロールが180m g/dl以上
- 皮膚にコレステロールが沈着した黄 色っぽい隆起(まぶた・手の甲・膝・ ひじなど) がある
- アキレス腱などの腱が分厚くなってい る
- 血縁家族にLDLコレステロールが180 mg/dl以上の人がいる
- 血縁家族が若いうちから狭心症や心 筋梗塞を診断されている

# **冶療について**

基本は前回ご紹介したよ

あります。

よっては、専門医療機関で

の治療が必要になる場合も

必要になります。

場合に

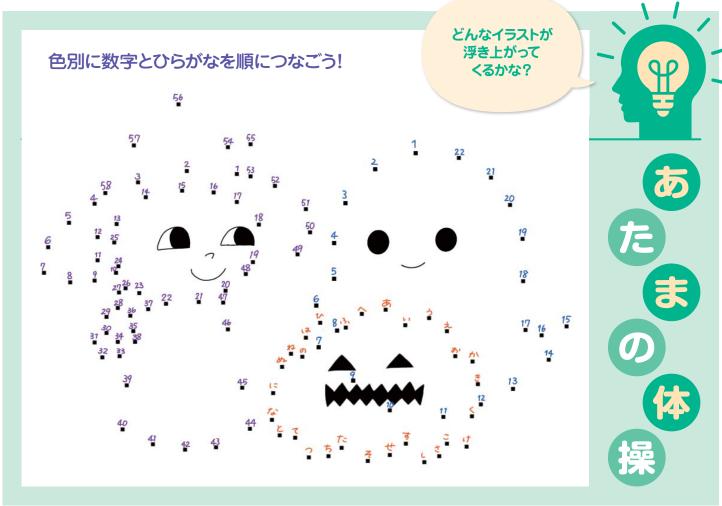
効果と副作用のチェックが

監修 医師 大亀路生

動脈硬化性疾患予防ガイド ライン2022年版

参考:日本動脈硬化学会 るようにしましょう。 の対応で動脈硬化症の予防 ること、動脈硬化症のリス す。毎年の健康診断を受け をすることが何より大切で 気が付くのではなく、早め クが高い方は医師に相談 重篤な病気になってから





イラスト・MISORA

# 猿渡トレーナーの体操ワンポイント

最初は小さく 少しずつ大きく していきましょう

# 体幹捻り

今回のワンポイントは「体幹捻り」のエクササイズです。 姿勢改善や腰痛予防に効果的です。 痛みの出ない範囲で行いましょう!!



●腕を真横に上げる(肩の高さ)肘を直角に曲げ親指を後ろに向ける。

**②**肘や肩を動かさず、背骨を中心に後ろに 捻る。

3秒キープして戻る。(左右3~10回ずつ)









※柔軟性は個人差がありますので、初めは小さい動きから、徐々に動きを大きくしていきましょう。

# 西都

# 2023年度組織強化月間

# 集会を開催

西都保健生協では全国の医療生協のなかまと共に10月~11月は組織強化月間と称し、いっしょ 動する仲間を増やす月間としています。 今年の月間は「組合員15,000人への挑戦」 げて中長期計画を策定するための第一歩と位置付けています。その展望を持つために9月26 員がつどい「2023年度ビジョン」 について学び、私たちの 在りたい姿を語り合うスタート集会を開催しました。

の「私たちの未来宣言」へと 医療福祉生協の2030年 題して講演いただいた片山 ビジョンから西都保健生協



東村山会場

各支部代表の決意報告

統一しました。

り、それが医療福祉生協の大きな魅力 るやかなつながりが健康への近道であ だと語りました。西都保健生協には衛 持ち、班会という集まる場がある。 ゆ 医療生協は組合員という社会資源を ただきました。

# いっしょに学び合おう!組合員も職員もなかまと

けからお話が始まりました。

まちづくりをするのか」という問いか

務理事に「2030年ビジョン」につ

や献身的な医療・介護の事業などたく 生リーダーという職員と組合員の協同

さんの魅力があります。その魅力を大

ていきましょう、とエールを送ってい いに宣伝し、この月間で仲間を増やし 最初に日本医療福祉生協連の片山専

いて講演をいただき「なぜ医療生協は

組合員も職員もなかまといっしょに学び合おう!

参加した組合員と職員は行政区ごと



各支部代表の決意表明月間でがんばりたいこと

強化月間を元気よく取り組もうと意思 仲間を増やしていきたい!」という想 ちゃうくらい嫌いだけど…達成しま す!」という宣言も飛び出しました。 やして加入につなげたい」「自らが いを参加者全員が共有し、今年の組織 などの他、「仲間増やしと聞くとしびれ 楽しい班会を入口にしてたくさんの しんでいきたい」「増資をがんばる!」 各支部代表の決意表明では「班を増

員の広場が欲しい」「若い人とのつな そして2030年には「自前の診療所 悪い人も参加できる工夫をしてきた\_ と!」「たくさんの班会がある」「足の 協のいいところは友だちができたこ ンしました。話し合いのなかでは「生 委員会で課題として取り上げることに やってきたことに自信をもって続けて がりを持ちたい」など夢が語られまし が欲しい」「自由に出入りできる組合 にグループに分かれてディスカッショ た。そしてそのためには「これまで など医療生協の特徴を確認できました。 しています。 いくこと」が重要だとし、中長期構想 医療介護の専門家と友だちになれる」

たブローチです

この可愛い花々は、牛乳パックと布で作

では、 れる取り なごやかカフェ」 健 、こころも元気にな 康づくりセンター 組みとして を開

9月は「おいしいコー

外来に来られた患者

さ

h

も

いかがで

たコ ヒー 1) 広がります。 ンターから診 ま 1 0) ヒー 飲み 豆から 0) 比 療所 香り 挽 を行 中 が 1

先生に誘 て 緒

CLIMBING

加 か? してく ح



れました。

りの した! ごやかカフェになりま ギター演奏もあって、 たたかくて香ばし 笑顔と、サプライズの コーヒー なかで、素敵 -と参 ななな  $\langle \cdot \rangle$ 香 あ

元気になる取り組みを こんな風にこころが

# 加 者 0)

▲ 診察室や外来以外で交流できるのは医療生協の「魅力」です

日時・9月27日 (水) 55期第4回定例理事会

組合員のひろば

かわいいお花のブローチ 上水中支部ちくちく班のみなさん

9月の 組合員 9月の出資金 出資金 支 部 数 加入者 総 人数 額(円) 総 額 575 9,516,000 ф 0 0 0 ф 0 7,275,000 0 0 277 小 花 0 449 0 0 22,916,000 四 中 0 213 0 0 6,850,000 五 中 11,525,000 0 198 0 0 4  $\vdash$ 水 121 9,760,000 部 0 0 0 大沼天神 平 0 10,340,000 0 499 0 48,654,000 美園萩山 4 816 4 20,000 ع 事業所 272,500 0 30 0 清瀬 東 2,035 23 267,500 79,751,000 4 組 西 7 1,234 29 341,000 68,380,500 織 32,489,000 3 央 890 17 235,000 東 状 美住富士見 5,445,000 0 307 2 10,000 村 況 野 18,785,500 火 止 2 699 5 3,055,000 Ш 0 302 14,233,000 Ш 0 0 東 588 5 25,000 21,484,500 東久留米 中 央 0 27,023,500 1,264 12 133,000 西 2 30,148,000 0 903 15,000 西 東 京 1,096 6 40,000 21,660,000 1 29,003,000 の 他 1 1,066 9 45,000 合 計 23 13,532 144 4,464,000 475,239,000

# 薬剤師

# 株式会社 エイトライフ 小平市美園町1-2-16 電話042-349-3455

ーム医療、在宅訪問などに 関心ある方の「見学・応募」をお待ちしています。

〒187-0041 小平市 美園町1-2-16 電話 042-347-0688

# きよせ北口薬局

〒204-0021 清瀬市 元町1-3-26 電話 042-494-7055

# 上清戸薬局

〒204-0013 清瀬市 上清戸2-1-2 電話 042-494-0622

# ながふさ薬局

〒193-0824 八王子市 長房町1462番7号 電話 042-669-5644

# 市役所通り薬局

〒189-0014 東村山市 本町4-2-1 電話 042-395-5388

# **夏久留米薬局**

〒203-0053 東久留米市 本町3-3-21 電話 042-470-2051

# E崎薬局

〒192-0082 八王子市 東町2-2 電話 042-631-1350

- ●どこの病院・医院の処方せん でもお受けします。
- ●いつでも気軽に相談できる、 あなたのまちの薬局です。

用した会議としました。 清瀬・生涯学習センター7階を (報告事項) メイン会場とし・リモートを併 の黒字、予算差126万円超過 8月の経常利益は377万円 経営活動報告

超過、前年差1297万円の増 た。5か月累計では2085万 前年差900万円の減益でし

10~11月はなかま増やし月間 です。ゆるやかなつながりを 広げるため、ご協力をお願い

なかま増やしにご協力を

歯科の看板工事について、 清瀬診療所の消防設備不良交 致で承認 レブース交換、西東京生協 、北多摩クリニックの女子ト

償却資産等購入申請

全体で164万円予算を超過 イナス分をカバーし、事業収益 たことが経常利益に影響

来収益が増加、健診やコロナを 熱患者の対応が増えたため外 61万円上回り、介護収益のマ その結果医業収益が予算を4 含む予防接種、歯科の自費収 益でした。各診療所ともに発 一などが予算を超えました。

# 西東京生協歯科「西東京 電話 042-439-0071 **=**202-0001 西東京市ひばりが丘2-6-29 FAX 042-439-0085 午前9:00 午後1:30 夜間5:30 ~8:00 小石·吉川 島崎・吉川 小石 月 (訪問)飯村 [訪問]飯村・島崎 松田(月2回) 長谷川 飯村 飯村 [訪問]小石•渡邊 i訪問小石·渡邊 第1•2•4休診 小石•会沢 水 小石(第3•5) 飯村(月3回) 飯村(第3•5) 伊波•小石 木 [訪問]飯村・砂川 [訪問]飯村・砂川 小石•伊波 金 飯村(10:30~13:00) 飯村(15:00~18:00) 「訪問清川 「訪問吉川 土 飯村・小石(隔週) 飯村•小石(隔週) ●診療は予約制です。電話でお申し込みください。 ●急患は随時受け付けています。

- 月曜夜間の松田外来は月2回18:30~20:00です。

# みその診療所 小平

**〒187-0041** 小平市美園町1-2-16 042-342-7270 FAX 042-342-7361

受付 時間 曜日	午前8:50 ~11:30	午後2:20 ~4:30	
月	小野田(内)● 小松(内)	小野田(訪問) 山本(糖)●	
火	定(内) 木嶋(内1・3) 谷口(糖2・4)●	永田(糖)● 小野田(湖許前/年後) 大沼(内•呼)(2:20~	~6:00)
水	井上(内·呼) 小野田(訪問午前)		
木	松田(内)	今村(内·消)	
金	小野田(内)● 竹中(内•呼)	高橋(内·循) 鈴木(糖)● 小野田(訪問)	
土	小野田(内1·3)● 定(内)		

- ●受付時間 午前8:50~/午後2:20~/火6:00まで
- ●禁煙外来、睡眠時無呼吸外来を行っています。
- ■名前のあとの●は予約外来です。

# 富士見通り診療所 東久留米

**=203-0053** 東久留米市本町3-3-23 042-471-2291 FAX 042-472-0131

NO (ENTITION OF THE STATE OF TH			
診療 時間 曜日	午前9:00 ~11:30	午後2:00 ~4:30	夜間5:30 ~7:00
月	橋爪(内)	橋爪(内)	橋爪(内)
火	松井(内)	松原(内1·3) ※2·4·5は休診	
水	橋爪(内)	橋爪(内) ※第5は休診	
木	三輪(内)	大道寺(内) 松原(訪問) 三輪(訪問)	大道寺(内)
金	橋爪(内)	橋爪(内)	
土	橋爪(内1·3·5) 担当医(内2·4)		

- ●受付時間は診療開始の20分前からです。
- 禁煙、睡眠時無呼吸外来は橋爪医師です。
- 新型コロナワクチン接種は予約制で行っています。
- 健診は火・木・十曜でご予約をお願いします。

# みその歯科 小平

〒187-0041 小平市美園町1-2-16 電話 042-347-3680

FAX 042-342-7250

診療 時間 曜日	午前9:00 ~11:30	午後1:30 ~4:30	夜間5:30 ~8:00
月	中野•原田•久保•齋藤 [訪問]高橋	中野・原田・久保・齋藤 [訪問]高橋	
火	高橋·松田·原田·久保 [訪問]齋藤·伊藤	松田·原田·高橋 12:30~3:30·久保(隔週) [訪問]齋藤·伊藤	中野·松田
水	中野•原田•久保(1·3·5) [訪問]久保(2·4)	中野·原田·久保 (1·2·4は休診)	
木	原田•高橋 松田(1·3·5) [訪問]中野	12:30~3:30 高橋·松田·久保 [訪問]中野·原田	久保 松田
金	中野•久保(1·4)•原田(1·3) 会沢(2·4·5)•伊藤 [訪問桐原•久保(2·3)•原田(2·4)	会沢(2·4·5)·中野 久保·伊藤·原田(1·3) [訪問]桐原·原田(2·4)	
土	原田•会沢•久保 (上記各週交互)伊藤(毎週) [訪問]桐原•中野(隔週)	原田·会沢·久保 (上記各週交互)伊藤(毎週) [訪問]桐原·中野(隔週)	

- ●診療は予約制です。電話でお申し込みください。
- ●急患は随時受け付けています。

# 医療、看護、介護のご相談はお気軽に

● さいと訪問看護ステーション ------- tel.042-346-1661 / fax.042-346-1668 ● さいと訪問看護ステーション 清瀬事業所 ------- tel.042-491-1255 / fax.042-496-7004 ● さいと訪問看護ステーション 東村山事業所 ------ tel.042-393-6518 / fax.042-393-6554 ▶泉居宅介護支援事業所 -------------------- tel.042-348-8534 / fax.042-344-7155 ・ケアプランセンターきずな ------------------------tel.042-496-7815 / fax.042-496-7816 車 ▶かるがも居宅介護支援事業所 -------------------- tel.042-390-8781 / fax.042-396-9021 所 ● ヘノレパーステーションこだま -------tel.042-346-1400 / fax.042-346-1405 ● グループホーム虹の家 -------tel.042-496-7720 / fax.042-492-8811 ● 西都保健生活協同組合 -------tel.042-493-6129 / fax.042-493-6155 ●小平協議会 tel.042-346-1441 / fax.042-346-1466 ●清瀬東支部 ------tel & fax.042-495-4872 協 ● 清瀬西支部 ------tel.042-496-0302 事 ● 東村山協議会 ------tel.042-395-5786 ● 東久留米の3支部 ------tel & fax.042-470-0722 ● 西東京支部 ------tel & fax.042-465-3721 協 ● NPO法人 ぶなの樹会 -------tel & fax.042-495-2700 

# 北多摩生協診療所 東村山

〒189-0014 亩村山市木町4-2-32 電話 042-393-5903

FAX 042-395-5612

>IC 1 3 I	1112/4/11/2 22	012 333 3012		
診療 時間 曜日	午前9:00 ~12:00	午後2:00 ~4:30	夜間6:00 ~7:30	
月	徐(内)	鈴木(神経内科) 訪問診療		
火	片山(内) 訪問診療			
水	太田(内科)	太田(糖尿) 訪問診療		
木	徐(内·消化器) 三谷(糖尿)	吉田(内科·循環器) 松井(内·神経内科)	吉田(内科・循環器)	
金	徐(内) 訪問診療	古谷(内·呼吸器) 訪問診療		
土	星(内·呼吸器2) 赤羽(内·呼吸器4) 松井(内·神1·3·5)			

- ●受付時間午前8:40~/午後1:30~/夜間5:30~
- ●禁煙外来、エコー検査も行っています。
- ●訪問診療新規受付中! ご相談ください
- ●発熱、せき症状がある場合は必ず事前に電話を!

## 北多摩クリニック 清

**=**204-0013 清瀬市 上清戸2-1-41 電話 042-496-7760 FAX 042-496-7761

午前9:00 午後4:00 訪問診療 ~12:00  $\sim 6:00$ 曜日 月 保坂(肉) 火 保坂(内) 歯科訪問診療 保坂 ъk 保坂(内) 保坂(内) 木 小鳥(肉) 保坂 保坂 金 保坂(肉) 歯科訪問診療 土 保坂(内)

- ●受付時間は診療開始の10分前からです。
- エコー検査を行っています。
- ●各種健診・土建健診は診療時間内に行っています。
- ●特定・高齢者健診を実施中。ご予約はお早めに。

# 清瀬診療所

〒204-0021 042-493-2727

		<b>FAX</b> 042-493-2751	
午前9:00 ~12:00	午後2:00 ~4:30	夜間5:30 ~7:30	
穂苅(内)			
大亀(内) 相引(内)	大亀(内)	大亀(内) (17:30~19:30)	
穂苅(内) 内視鏡検査	大亀(内·予約)		
大道寺(内) 阿部(健•内)	桑木(循·予約) 阿部(内·更年期)		
大亀(内) 伊藤(内・予約のみ) 内視鏡検査	伊藤(内)	大亀(内) (17:00~19:00)	
伊藤(内) (受付は11:30まで)			
	~12:00  穂苅(内)  大亀(内) 相引(内) 穂苅(内) 内視鏡検査  大道寺(内) 阿能(健-内) 大亀(内) 大塊(内) 大塊(内) 大塊(内) 大塊(内) 大塊(内) 大塊(内)	~12:00       ~4:30         穂苅(内)       大亀(内)         穂苅(内)       大亀(内・予約)         内視鏡検査       大亀(内・予約)         大道寺(内)       阿部(は・予約)         阿部(は・予約)       阿部(内・更年期)         大亀(内)       伊藤(内・予約のみ)         内視鏡検査       伊藤(内)	

- 各種健診、人間ドック、エコー検査、内視鏡検査実施中(予約制)
- 健康相談、栄養相談を行っています。
- ●更年期症状・もの忘れ、ご相談ください。
- 訪問診療を行っています(火・水・木・金)