西都保健生協の 組織現勢 (2023年12月31日現在)

- ●組合員数
- 13,366人
- 出資金総額 -----4億7,643万円 ※一組合員平均35,645円
- 生協だよ No.626 2024年1月号
- 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 **2**042-493-6155 http://www.saito.coop

ケアマネジャーとは介護保険サービスを利用できるよう調整する仕事です。

ルパーやデイサービス・訪問看護などと連携を図り、ご利用者様と一緒にケア

ブランを作り、安心して生活が送れるよう支援をしていきます。 個別のプラン

はまずご相談を受けることから始まります。

生き方に寄り添う 利用者さまの個別 **(1)**

状態となられたあるご ンはありません。 るので、同じケアプラ わせたケアプランにな ます。一人ひとりに合 プラン作成をしていき の方の人生でもありま お話を聴き、一 人生を送れるようケア 生活というのは、 まずはじっくりと 番い

> 印象的です。 工作を意欲的に取り組 いでお話をされる姿が くれます。笑顔いっぱ と自慢の工作を見せて に「これを作ったよ_ をご利用いただきまし んでいるデイサービス 毎月訪問をする度

人の問題の深さに

それでも

生活を支える

金暮らしの方がおられ

あるご利用者様で年

時もあります。

ケアマネージャーとし

こともたくさんあり

て無力を感じてしまう

しまっている方もいま るわけではありません。 うまく生活をできてい ことや病気によりイラ に行き詰まりを抱えて いろいろな事情で生活 イラしてしまうこと になってしまっている しかし、全ての方が 身寄りがなく孤独

も満足にしていません

転倒を繰り返し食事

でした。本来年金だけ

で十分に暮らせるはず

利用者様は昔から木彫

り教室に通われていま

た。とても工作がお

好きな方でしたので

家族同士の問題や金銭

問題、 では到底解決をしな 活全般に渡り様々です 介護保険サービスだけ 住宅問題など生

△ 北多摩クリニックのフロア内にあります

対応します

まい借金をしていまし

でしたが、奥様の趣味

にお金をつぎ込んでし

のつながりだと

分を0・88%引

の本領は、人と

ケアマネジャー

師らの人件費に た。医師や看護

いってみれば

1面の続き 唯 一無一のプランを一きずな

ケアプランセンター

様にも連絡を行いチー 生活支援は必要なこと するためにはお金がか しずつ生活も安定して 具もご利用いただき少 またヘルパーや福祉用 くことができました。 ムを作ることによって 疎遠になっていた息子 した。地域包括支援セ は誰が見ても明らかで かります。この方には ンターや金銭管理事業 金銭問題を解決してい いきました。 介護サービスを利用

ケアマネジャーの

り、生活を見させてい それは決してその方だ 情で利用できない方が 険サービスを様々な事 護保険サービスの調整 みを聞くことから始ま けの責任ではありませ たもいらっしゃいます。 が仕事ですが、介護保 た理由があります。 そうした方々から悩 ケアマネジャーは介 そうなってしまっ

関への連絡など 険サービスの手 といった介護保 もって必要な機 ただき、共感を き役割だと思っ ジャーの成すべ 私たちケアマネ されない支援が 配だけでは済ま ています。

> ご家族様・他事業所・ 出していきます。 て行くことで解決を見 他機関など、つながっ

やりがいと共に、ケア 用者様にお会いすると、 笑顔になられるご利

> てきて良かったと思い マネジャーの仕事をし

(所長 ればと思っています。 生活支援を行っていけ 今後もご本人様の想 山本今日太)

2024年度予算案から

原報酬全体でマイナス改定

成されました。 代未聞の事態の元で編 され、会派の事務所に 題で4人の大臣が更迭 は自民党の政治資金問 強制捜査が入るなど前 12月22日政府予算案

命の値段10年連続で

障害といった診 費自然増抑制の なり、社会保障 定となりまし ル改定の時期と 療報酬のトリプ 施策が強まる改 医療·介護· 2024年度

> き上げる一方、「薬価 部分は、1%引き下げ 10年間下がり続けてい 続で、いのちの値段が 定で16年度以降5回 なり、2年に一度の改 12%のマイナス改定と 診療報酬全体では0

ることになります。

全産業では賃上げ

3・0%から22年度に 引き上げが必要です。 には本体部分の大幅な ます。この差を埋める すべきとしています。 間で報酬の配分を見直 ため、病院と診療所 は8・8%に上昇した 均は、2020年度の 所」の経常利益率の平 病床を持たない「診療 経営状況の調査では、 そ2%にとどまって 3・58%となる一方、医 自に行った医療機関の 療分野の賃上げはおよ 一方財務省の主張は独

今年こそ 世界から

ある税理士事務所が

年度と比べたこの主張 年で最も収益が低い20告しています。ここ数 果、2020年度は は、いかにも財務省ら 業収益で5%、医業利 前年度と比較して、事 ロナの影響のなかった 経営状況を調査した結 無床診療所355件 益は13%減少したと報 言わざるを得ません。 しい「独自の」論法と

印を守る保障を **命を奪う軍事費より**

と首相は述べました えました。「物価に負 げ対策はありません。 が、実効性のある賃上 けない賃上げの実現」 費は初めて7兆円を超 計画の2年目で、軍事 43兆円となる大軍拡 円です。5年間で総 額は112兆717億 を戻すと、一般会計総 す。今何が大切なの か、「いのちを守る施 社会保障費も圧縮しま 全世代のいのちを守る 政府予算案全体に

まんが・波来土

策」を求める声を大き

く挙げる時です。



長い夏から急に冬になり、寒くなってきました。外気温が下がると水道水 も冷たくなります。冷たい水でうがいをすると、歯がしみる…いわゆる知 覚過敏になることがあります。今回は知覚過敏をテーマに歯のお手入れに ついてお話しします。



もに少しずつ下がり、そ

歯茎の位置は加齢とと

覚過敏がおきます。

ら神経に伝わることで知 管があり、刺激がそこか いう外部に交通している

れに伴って歯の根が露出

象牙質知覚過敏」 こうして起こるの? 知 覚過敏は正

が触れたなどの刺激を受 風に当たる・甘い物など 冷刺激・歯ブラシの毛先・ といい、正確には

メル

質」は痛みを感じな

る象牙質には象牙細管と いのですが、その下にあ

歯の表層にある「エナ 痛みが特徴 虫歯

ます。 合にみられる症状をいい神経などに病変がない場 0) B



してきます(歯肉退縮)。

なります。

と思いますが、洗面

所

居間は暖かくして

柔らかい歯ブラシとぬる 過敏が起こっている歯は ご自宅でできることは を試してみよう 知覚過敏の対応として

ま湯などで歯磨きをして

い あるため、小さいヒ ショックなどの危険性も トイレ・脱衣所などが寒 るのも良いかもしれませ でゆっくり歯ブラシをす ターを活用したり、 ことも多く、ヒー

居間

1

(みその歯科 歯科衛生士 池之上沙香

が起こっているところか

するところは歯肉退縮 歯石取りの時にしみたり

Ď,

時的

な知覚過

薬剤を塗布することで改らったり、知覚過敏用の らったり、知覚過敏用 善が期待できます。

覚過敏かどうか調べても 合は歯科医院で本当に

6歯科医院で本当に知症状が改善しない場

る傾向があり、歯間 時間がいつもより短くな 寒さのため歯磨きをする シなどが省略されがち ブラシをしている方は この時期、洗面 所 で

刺激を減らすことで治敏用の歯磨き粉を使い、刺激を減らすことや、 まってくることも多い

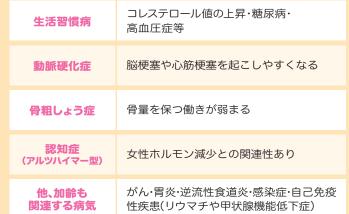
もしれません。

に、婦人科系の病気

健康サポート室より

生活習慣病シリーズ Part

といえますが、妊娠 0 期 が急に減少し、更年 閉経を迎えるころ です。50歳前後 かかりやすい時期 宮内膜症、子宮頸が なからだの変化 や出産による大き んなどの病気に あり、子宮筋腫や子 症状 は女性ホルモン すくなるととも 々な症状) ぼせ・発汗など (ほてり・ が 出 ŧ



を引き起こしやすくなりま なると、脳梗塞や心筋梗塞 なる所見があれば相談を かかりつけ医を持ち、気に こころがけましょう。 査で早期発見・早期治療を 時期でもあり、定期的な検 健康診断をうける コレステロール値が高く 生活習慣病になりやす

煙、運動不足などがさらに 化する恐れがあります。 にしておくと、病気を重 結果や体調不良をそのまま リスクを高めます。検査の また、高血圧や糖尿病、 喫

ご自分のからだと上手に付き合う手掛かりになります。ご自分のからだと向き合ってみま 「女性ホルモン」の影響を受けやすいためです。ライフステージによる傾向を知ることが 女性はある時期を超えるとコレステロール値が上昇する傾向にあります。女性のからだは



髙江洲 智穂

女性ホルモンの変化

頃は女性ホルモンの分泌が だやこころも不安定になり 出産に適した時期 最も多くなります。 やすい時期です。2~4歳 増え初潮を迎えます。 モン分泌が乱れやすくから 女性ホルモンは思春期で ホル

まります。 や生活習慣病のリスクが高

闭経後のからだの変化

年期症状だけでなく左図の 変化として、LDL(悪玉) すくなります。特に急激な ような病気を引き起こしや 女性ホルモンが減ると更

よう。

梗塞や心筋梗塞を起こしや 脈硬化症を引き起こし、脳 HDL(善玉) コレステロ すくなることに注意しまし ール値が減少するために動 コレステロール値が上昇し

気をつけたいこと

も少なくないと思います。 趣味や仲間との交流を楽し そしてリフレッシュできる 度な運動、禁煙、適度な飲酒 ます。規則正しい生活と適 の健康を支えることになり ご自身の健康が家族や仲間 健康を二の次にしがちな方 忙しさのあまりに自分の

こころとからだの健康づく

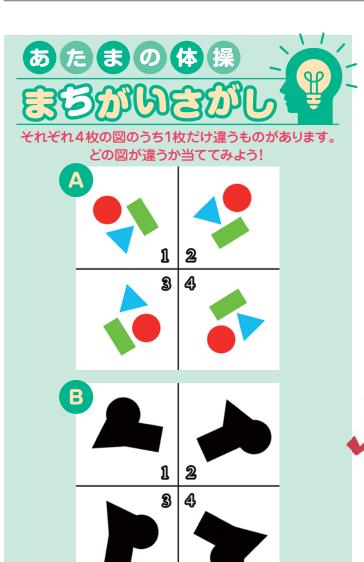


清瀬診療所スタッフがお待ちしています。 042-493-2727までお電話を。

科医 清瀬診療所 監修:阿部一 也 (写真中央) 内科・産婦

みましょう。

や生活習慣病などをご相談 話でご予約ください。 いただけます。まずは、 ※女性特有のからだの症状 雷



の場合も考えられます。 われており、ホルモンが原因 性ホルモンの減少があると言 ります。実際に年とともに男 が起こることはほとんどあり ような症状を訴えることがあ 女性のように急激な変化 更年期症状かなと 男 性 く不調を感じる」 「ほてり・発汗」 ŧ 「なんとな しか の

> 整え、 かもしれませんので、医 は何らかの病気が隠れている 思ったら、まず生活リズム 症状が改善しない場合



出題·MISORA

猿渡トレーナーの体操ワンポイント

左下のポイントを 確認しよう

脇腹スッキリ体操

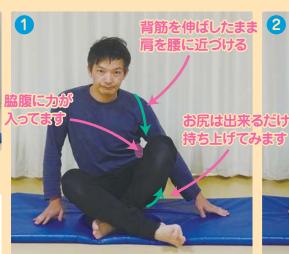
明けましておめでとうございま~す! 今回のワンポイントは脇腹を引き締めるエクササイズです 痛みの出ない範囲で行いましょう!



あぐらで座り、骨盤を起こし、 背筋を伸ばす。

注意するポイント

あぐらが苦手で腰や背中が丸くなる 場合は、踵の位置を骨盤より離した りして調節しながら背筋を伸ばして 行いましょう!!



●右のお尻を浮かしながら右肩を腰に近づける。
②左のお尻を浮かしながら左肩を腰に近づける。



(交互に10回、脚を組み替えてもう1セット)

皆さんにとって良い一年でありますように(^^)/

保健生協で 夢を語ろう

西都看護活動交流集会開催

あなたに寄り添うはちいろの看護

(8色)

12月2日土曜日に西都保健生協看護部主催の第13回西都保健生協看護活動交流集会(以下交流集会)を開催しました。コロナ禍の3年間はZoomを利用しリモートでの開催でしたが、今年は感染予防対策をしっかりとり「顔の見える交流集会」として4年ぶりに集まっての開催に踏み切りました。看護師所在の8つの事業所中心に44名の参加がありました。



のことは知っていても、病気の特徴やいただきました。私たち看護師は病気し「ハンセン病について」講演をしてンターの儀同政一先生を講師にお招きの組合員でもある、ハンセン病研究セました。今回の講演は、西都保健生協展と、各事業所の演題発表をおこない

交流集会では講師をお招きしての講

の質を高めるために実践を交流

演題発表では4つの事業所が発表を大々がいらっしゃるという現実を忘れてはいけません。皆さんもぜひ一度ハいまだに差別や偏見で苦しんでいるではいけません。皆さんもぜひ一度ハいまだに差別や偏見で苦しんでいるがない。

訪問看護が地域で暮らす人を支えたい ~介護施設でのフットケアを通して~ さいと訪問看護ST 小平

住み慣れた地域で安心して暮らすことを実現するために、訪問看護ができることを考えました。まず介護現場との支えあう環境づくりから始めることにし、フットケアを取り入れた活動の実態と今後の課題について発表しました。

認知症高齢者に対するN式老年者用尺度を 用いた利用者と家族の関わり方の一考察 さいと訪問看護ST清瀬

認知症高齢者の介護には行動・心理症状などによる特有の困難さが生じます。今回、アルツハイマー型認知症の程度や介護者の肯定感を数値で評価したことで、具体的な看護実践が行えたため、その学びを発表しました。



「伝える」と「伝わる」は違う?! コミュニケーションのずれに関する考察 〜メタ認知診断調査と学習を通しての気付き〜 北多摩クリニック

伝わるコミュニケーションにはメタ認知(自らの認知を客観的に捉える事) が深くかかわっていることを知りました。メタ認知の違いが及ぼすの影響に ついて分析・検討し、得た気づきと今後の課題について発表しました。

ヒヤリハット報告から、いつまでも安全に気持ちよく 働くことができる職場環境づくりを考える 清瀬診療所

看護師は多重業務を求められる場面が多く、安全に医療看護を提供する因子を見いだせないかと考えました。 ヒヤリハットの原因分析結果から見えた、安全に医療看護を提供する因子について発表しました。



に爰してください。 に爰してください。 続けますので、どうかあたたかい目で されるような看護師を目指して努力し ます。これらからも、皆さんに頼りに ます。これらからも、皆さんに頼りに なる内容でした。私たち看護師は、患

実行委員一同(看護部主任会)(ください。

どの事業所も大変学びに

ちりめん干支人形 たつ

清瀬市 高橋 誉志子さん

地域

今年は辰年! 昇竜の思いを込めて。

理事長からのご挨拶

しよう

2024年念頭に

理事長●村田

靖

戦争か平和かが鋭く問 られたでしょうか。 どのように新年を迎え 保法」「軍需産業支援 国会では「軍拡財源確 われた年でした。 昨年は国の内外で、 組合員のみなさんは 軍

路拡大のために武器輸 出への助成もすること よって、政府が国内の 法」などが可決されま になったことに、戦争 軍需産業支援法」に ・需産業を支援し、販 た。わたしは特に

道されています。 増やす動きについて報 知県の小銃メーカーは ばしていたり、中 どを手がける大手重 ミサイルやレーダーな 感じています。 関連する企業の投資を 設備投資を決めるなど、 小銃の増産へ24億円の メーカーでも例えば愛 が防衛事業の受注を伸 工・電機メーカー各社 加担への大変な恐怖を すでに

> き生活のために活動す 努力し、平和とよりよ 社会保障制度の確立に 業の責任を明確にする とづき国と自治体と企 合は「憲法の精神にも

る」「世界の生協や保

組合員のひろば

▶ 高校生が描いた原爆の絵展・清瀬

日時·12月27日 (水) 55期第7回定例理事会

収益の増加は小幅になりまし

た。インフルエンザワクチン

の対応が増えたましたが、感

た。各診療所ともに発熱患者

染予防の特例加算減額で外来

差1、033万円の増益でし

では4、674万円の黒字、予

益となりました。8か月累計

算差1、983万円超過、前年

西都保健生活協同組

用した会議としました。 清瀬・生涯学習センター6階を メイン会場とし・リモートを併

> 算未達が利益に影響しました。 少し、医業・介護収益共に予 も他の予防接種との狭間で減

の黒字、予算差718万円未 達、前年より786万円の減 11月の経常利益は347万円

1 経営活動報告

償却資産等購入申請

申請が通過し1/3の支出で 歯科2院所で往診用のユニッ 購入可能となり購入を承認し トとレントゲンが都の補助金

	ら大きく声をあげてい	かり掲げて、草の根かるい。	つ 矢山 戸口 ご	つ分支点に近むのへの道に進むの	近隣諸国との対立と紛定的に逸脱し、アジア	した。 道を歩み続けるの	我が国が平和主義念に掲げています。	国際連帯で、環境をと交流し
		支部	3	12月の 加入者	組合員総数		2月の出資金	出資金総額
	_	_	中	加八百	574	人数 2	額 (円)	12,431,000
		_	中	0	273	0	10,000	7,085,000
	小	Ξ	花	0	438	1	50,000	22,991,000
		四四	中	0	209	0	0	6,785,000
支		五	中	0	195	1	20,000	
部	平 清瀬	上水		1	118	1	50,000	9,715,000
ご			<u>·</u> 天神	0	489	0	0	
ح ا		美園栽	夾山	0	801	2	20,000	
0		事 業	所	3		38	402,500	
		東		2	2,008	28	332,500	
組織		西		3	1,214	18	171,000	68,089,500
織	東村山	中	央	4	885	26	225,000	32,744,000
状		美住富		2	301	5	30,000	
況		野火		1	697	4	30,000	18,720,500
		北	Ш	0	301	0	0	13,336,000
	東久留米西	東		3	581	10	245,000	
			央	6	1,248	18	238,000	
		西	_	2	897	5	30,000	
			京	3	1,079	13	245,000	
<u> </u>	そ合	<u>=</u> L	他	0	1,058	11	80,000	
	<u> </u>	計		32	13,366	183	2,179,000	476,426,000

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 火 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(月1回) 伊波•小石(月1回) 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]吉川 「訪問吉川 飯村・小石(隔週) 飯村・小石(隔週) 土 ●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 **T187-0041** 042-342-7270 小亚古美周町1-2-16 FAY 042-342-7361

יוי די ני	天国町1-2-10	PAX 042-342-7301	
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(腸件前/午後) 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 電話 042-471-2291 EAX 042-472-0131

未入田木 (1) 本町 3 3 2 3 (正元) 0 7 2 7 / 2 0 1 3				
午前9:00 ~11:30	午後2:00 ~4:30	夜間5:30 ~7:00		
橋爪(内)	橋爪(内)	橋爪(内)		
松井(内)	松原(内1·3) ※2·4·5は休診			
橋爪(内)	橋爪(内) ※第5は休診			
三輪(内)	大道寺(内) 松原(訪問) 三輪(訪問)	大道寺(内)		
橋爪(内)	橋爪(内)			
橋爪(内1·3·5) 担当医(内2·4)				
	午前9:00 ~11:30 橋爪(内) 松井(内) 橋爪(内) 毛輪(内)	午前9:00 ~11:30 午後2:00 ~4:30 橋爪(内) 橋爪(内) 松井(内) 松原(内1·3) ※2·4·5は休診 橋爪(内) ※第5は休診 三輪(内) 大道寺(内) 松原(訪問) 三輪(訪問) 橋爪(内) 橋爪(内) 橋爪(内) 橋爪(内)		

- 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・土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。
- ●予約制ですが、急患の方はご相談ください。
- ●急患の受付時間は午前11時まで。午後は4時までとなります。

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
介	●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
討	A I I	tel.042-348-8534 / fax.042-344-7155
事	● ケアプランセンターきずな	tel.042-496-7815 / fax.042-496-7816
業	O TO OTH OF PASSAGE STREET	tel.042-390-8781 / fax.042-396-9021
所	ヘルパーステーションこだま	tel.042-346-1400 / fax.042-346-1405
	● ヘルパーステーションこだま 虹・東村山出張所 ────	tel.042-399-0720 / fax.042-399-0721
	● 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
4	● 小平協議会	tel.042-346-1441 / fax.042-346-1466
協		tel & fax.042-495-4872
事	●清瀬西支部	tel.042-496-0302
矜	一 八 1 四 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	tel.042-395-5786
所	●東久留米の3支部	tel & fax.042-470-0722
	● 西東京支部	tel & fax.042-465-3721
	● NPO法人 西都虹の会	tel.042-493-6129 / fax.042-493-6155

● デイサービス なないろ -------tel.042-497-8390 / fax.042-497-8391 ● 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 東村山市本町4-2-32 電話 042-393-5903

FAX 042-395-5612

曜日	療制	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 清瀬

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

診療 時間 曜日	午前9:00 ~12:00	午後4:00 ~6:00	訪問診療
月	保坂(内)		保坂
火	保坂(内)		保坂 歯科訪問診療
水	保坂(内)		保坂
木	小島(内)	保坂(内)	保坂
金	保坂(内)		保坂 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。
- インフルエンザ予防接種は1月末まで接種可能です。

清瀬診療所

〒204-0021 清瀬市元町1-13-27 電話 042-493-2727 FAX 042-493-2751

午後2:00 午前9:00 夜間5:30 ~4:30 ~12:00 ~7:30 穂苅(内・神内) 月 大亀(内) 大亀(内) 大亀(内) 火 相引(内) 訪問診療 $(17.30 \sim 19.30)$ 大亀(内·予約) лk 内視鏡検査 大道寺(内) 阿部(健·内) 桑木(循 2·4) 阿部(内·更年期) 木 訪問診療 訪問診療 大亀(内) 伊藤(内) 大畠(内) 金 伊藤(内・予約のみ 訪問診療 内視鏡検査 伊藤(内) 土 (受付は11:30まで)

- 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。
- ●訪問診療新規受付中! ご相談ください。