

西都保健生協の
組織現勢

(2025年5月31日現在)

- 組合員数.....12,798人
- 出資金総額.....4億5,207万円
※一組合員平均35,323円

西都保健
生協だより

きずな

No.643 2025年6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
☎042-493-6129
☎042-493-6155
<http://www.saito.coop>



訪問介護におけるサービスの中には身体介護と生活援助のサービスがあります。

①身体介護 ①利用者の身体に直接接触して行う介助サービス、②利用者のADL(日常生活動作)・IADL(手段的日常生活動作)・QOL(生活の質)や意欲の向上のために利用者と共に行う自立支援・重度化防止のためのサービス、③その他専門的知識・技術をもって行う利用者の日常生活や社会生活向上

訪問介護と聞くと、炊事や掃除・整理整頓など利用者ができなくなった家事援助をしてくれる、移動などの介助をしてくれるという印象が強いと思います。それも重要な仕事ですが、できる機能を維持するための自立支援は、最期まで住み慣れた場所で生活するための大切な仕事です。

機能の維持と生活の質向上●ヘルパーステーションこだま



できることを 一緒に行うことで

のためのサービスをさします。

②生活援助 身体介護

以外の訪問介護であって、掃除、洗濯、調理などの日常生活の援助(そのために必要な一連の行為を含む)であり、利用者が独居、家族が障害・疾病などのため、本人や家族が家事を行うことが困難な場合に行われるものをさします。

今回は身体介護の中の「自立生活支援・重度化防止のための見守りの援助」についてお話しさせていただきます。

「見守り」って
日常生活のリハビリに

身体介護サービスの

の1つに自立生活支援・重度化防止のための見守りの援助(自立支援、ADL・IADL・QOL向上の観点から安全を確保しつつ常時介助できる状態で行う見守りなど)という援助があります。

要介護状態になっても「なにも出来ない」わけではありません。介助者が全てを行うのではなく、ご本人ができることをヘルパーと一緒に(見守り)行い継続することで「日常生活のリハビリ」につながり身体機能や認知機能の維持が在宅生活を過ごすことができます。



1面の続き

できることを
一緒に行うことで

機能の維持と生活の質
向上●ヘルパーステーションこだま

自立生活支援で 日常動作を思い出す

ステーションの実践
例を2例ご紹介します。

1 例目は70代男性です。双極性感情障害

(躁鬱病)のため2年間の入院を経て、退院後
独居の生活を開始しました。しかし服薬がし
つかりと行えず精神的に不安定になっていま
した。また身体の動きに問題はありますが、
ゴミの分別がうまくできません。ご本人は退
院され独居での生活に意欲的な状況で、でき
ることは自分で頑張つて生活したいという思
いを持つておられます。

着かなくなるため体調
確認がポイントになり
ます。

服薬は一緒にカレン
ダーの確認と声掛け、
傍らで見守ることでご
自身でできています。

全てのゴミが一緒に
なっているため燃える
ゴミやプラスチックの
分別を一緒に行います。
最後にもう一度精神状
態を観察・確認し終了
します。こういった訪
問を続けることで、全
てをヘルパーが代行す
るのではなく一緒に服
薬確認や室内の環境整
備を行う自立支援によ
り「できることは自分
で頑張つて生活した」
との思いをもてたこと
で、精神状態が落ち着
いた生活が保たれて
いました。

助をスタートしました。
まず体調確認を行い、
洗面・更衣などの外出
の準備を一緒に行いま
す。食事準備は一緒に
考えながら作り、食べ
たあとは食器洗いなど
後片付けを見守り、服
薬の声かけをすること
でご自身でできていま
す。認知症の進行はみ
られていますが自宅内
でできることを一緒に
行うことで、自分で行
える喜びや可能性を見
出し、日常的な動作を
思い出し

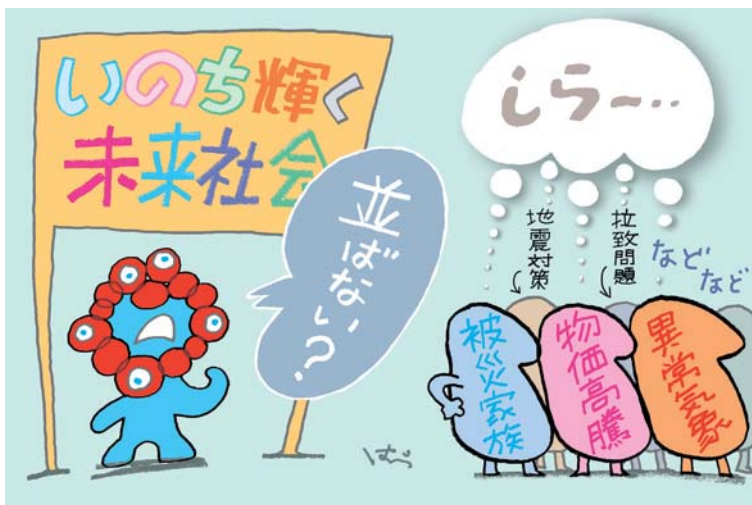
「日常生活
のリハビ
リ」を継続
し独居の生
活を送られ
ています。

住み慣れた
家で最期ま
で生活を

最期を迎
えるにあた
り病院や施
設を選択さ
れることが
多い状況で
すが、住み

慣れた自宅で最期まで
自分らしく生活するた
め「できることを増や
す」ことが自立支援介
護だと考えています。
ご本人ができることを
続けることで、身体機
能や認知機能の低下を
防ぎ、在宅生活が最期
まで続けられるよう介
護職としてできること
を続けより良い在宅生
活が送れますよう支援
を続けていきたいと思
います。

(所長 矢ノ澤誠)



まんが・波来士

被ばく・不戦80年に向けて
風が吹くとき

世界で分断と対立が
深まるなか、日本は戦
後80年を迎えます。

昨年には日本原水爆
被害者団体協議会がノ
ーベル平和賞を受賞し
ました。しかし、その
日本では映画「戦雲」
で知られたように米中
の対立の矢面に立たさ
れた南西諸島では台湾
有事、北朝鮮の脅威な
どを想定した軍事基地
化が進められています。
そうした矛盾のなか
で今年被ばく80年を迎
える原水爆禁止世界大
会が8月に行われます。
理事会平和社保委員
会は昨年に引き続き大
会への派遣を行い、私
たちの平和への願い・
核兵器のない世界への
想いを全国の仲間とと
もに共有し、さらに発
展させていきたいと考
えています。

被ばく80年に様々な
企画を考えています。
その一つに映画「風が

吹くとき」の上映会を
行います。

この映画は1987
年に日本でも公開され
2024年にリバイバ
ル上映されました。

原作は絵本「スノー
マン」で知られるレイ
モンド・ブリックスで
はのぼりとした絵柄で
すが、深いメッセージ
を突きつけられます。
「外部」で起きている
恐ろしい出来事に現実
味が感じられず、なん
となく「まあ、大丈夫
だろう」と思い日常を
続けていくことは多い。
これまでの戦争の歴史
に加え、今まさに世界
で起こっている出来事
を「知る」意義を再確
認させられる作品です。
日時・7月30日(水)
午後6時15時30分開演
夜間の部18時45分開演
会場・東久留米 成美
教育文化会館
詳細は折込チラシにて。



事業所
だより

Vol.39

新所長からのメッセージ **北多摩生協診療所**
生活背景に寄り添う医療提供を

北多摩生協診療所は2025年4月より新所長を迎え、地域医療を担うかかりつけ診療所としての役割をさらに鮮明に打ち出していきたいと考えています。今回は新所長からのメッセージをお届けします。

2025年4月1日より井上智友記医師が北多摩生協診療所の所長に就任いたしました。

井上医師とはご縁があり、北多摩生協診療所に来ていただけることになりました。

医療生協さいたまの埼玉協同病院で研修等を受けられ、民主医療機関連合会や医療福祉生協の理念を心得ていらっしゃる医師です。

井上所長を中心に職員とともに組合員の方をはじめ地域の方には安心して医療・介護を受けていただけるようにしていきます。



このたび北多摩生協診療所の所長に就任いたしました井上智友記と申します。微力ながら、これまで培ってまいりました経験と知識を生かし、地域の皆さまの健康と生活を支える「かかりつけ医」としての役割を誠実に果たしてまいる所存です。

私がかかりつけ医を目指したきっかけは医学部



4年生の時にデンマークへ福祉医療研修に行き、そこで「家庭医」の先生に出会ったことです。地域の方の医療から生活面にいるまでいろいろなことに関わることに相談にのり活躍されている姿に憧れました。

私も外来

及び訪問診療、そして予防医学の領域において地域医療の担い手として安心してご来院いただける診療所づくりを目指し患者さま一人ひとりの声に丁寧な耳を傾け、病気だけではなく生活背景にも寄り添った、あたたかみのある医療を提供していきたいと考えております。地域とのつながりや多職種との連携を大切に



し、皆さまの健やかな暮らしを支えていける体制を整えてまいります。

職員一同とともに、地域に根ざした信頼される診療所となるよう尽力してまいりますので、今後とも変わらぬご支援とご協力を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

北多摩生協診療所
井上智友記

健康サポート室より

認知症シリーズ Part

3



清瀬診療所

脳神経内科医 穂苅 万李子



認知症になっても 安心して暮らせる地域に!③

認知症の種類①軽度認知障害 ほか

軽度認知障害(MCI)

軽度認知障害(MCI)とは、認知症の状態ではありませんが健康ともいえない状態です。一般的に認知症の一手前の段階とされ、記憶力、注意力といった認知機能の低下はあるものの、日常生活への支障があるわけではありません。

令和5年度、老人保健健康推進等事業の情報では、70歳〜74歳の男性は12・1%、女性は5・9%、80歳〜84歳の男性は22・9%、女性は21・7%と、80歳になると男性も女性も5人に1人はMCIと診断されています。認知症の人も含めると40%の人がMCIないし認知症と診断できるとされています。その中でも、年に1割前後の人が認知症状態へ進行するとされています。

2回に渡り認知症の種類を紹介します。今回は、軽度認知障害(MCI)と、アルツハイマー型認知症(AD)、血管性認知症(VaD)です。認知機能の低下に気づくポイントは、「最近のことを忘れる」「同じことを聞いてしまう」「集中できない」など記憶力、注意力の低下です。認知症でなくても感じることもあります。このような状態が確認してみましょう。

一方で認知機能の低下が回復したり、進行が目立たずに年数を重ねることもありますので、気がついた時点で早めに受診して相談していただければと思います。

アルツハイマー型認知症

いたか忘れてしまうといった物忘れ症状などから始まりますが、さらにお金の管理など日常生活に人の助けが必要になった「認知症」の状態です。うつややる気がない、妄想といった精神症状も出現することもあります。基本的には年単位で進行します(図1)。

血管性認知症

認知症の中で、アルツハイマー型認知症について多いタイプです。脳の血管障害が原因となる認知症のことですが、一つの脳梗塞や脳出血が認知機能に影響することもあるれば、小さな脳梗塞が複合的に影響している場合、脳への灌流(かんりゅう)の障害など様々な病態が含まれています。

脳卒中(脳梗塞や脳出血)をきっかけに発症する場合、比較的急な症状となりますが、階段状に悪化していく経過が典型的です。(図2)ご本人やご家族で抱え込まず、気になる症状がありましたらご相談ください。

図1 アルツハイマー型認知症の進行と脳内での変化

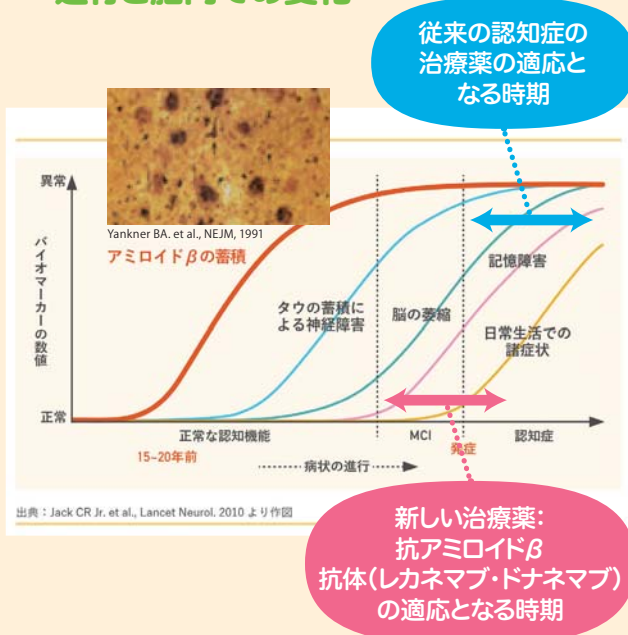
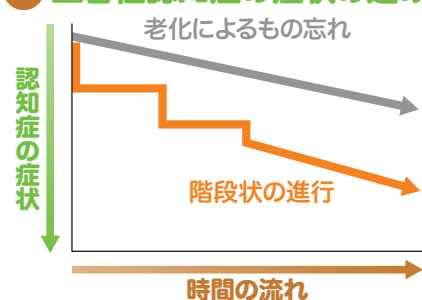


図2 血管性認知症の症状の進み方



あたまの体操

まちがいさがし

組合員のひろばとコラボ!
間違いは7つあります。

A



B



※AとBの答えはページにあります。

出題&イラスト・MISORA

いつでも
どこでも
だれでも

みんなの班会紹介

マウス班

清瀬西支部

会場●生涯学習センター集会室
日時●第2・4火・10:00-



使い慣れたご自身のパソコンで参加者のテーマにもとづいて家計簿を作ったり、絵ハガキを作ったり、ポスターを作ったりと学んでいます。時にはお互いに教えあったり、時にはおしゃべりに興じたりと楽しく活動しています。



猿渡トレーナーの体操ワンポイント

できないくらいが
ちょうどいい!

スリスリトントン体操

今回のワンポイントは手を使っての頭の体操です。左右違う動作でちょっと難しいです。できるようになったらバリエーションを変えてみてください!!



スタートの位置



- イスに座り、両手は太ももに。(片方の手はパー、反対はグー)



- パーの手は太ももを触りながらスリスリ。
- グーの手は太ももをトントン叩く

Point

バリエーションを変えて
やってみよう!

両手は太ももを触らないように3センチくらい離しながら
パーの手はスリスリ
グーの手はトントン



支部総会の 様子を 紹介します

2025年度

多彩で魅力的な支部総会

2025年度の総会が各支部で開催されました。年々、多彩な総会開催となっています。学びあり、笑いあり、感動あり!楽しい企画で、参加者も増えています。このようなつながりが「誰もが健康で居心地よくらせるまちづくり」につながるのだと実感できる支部総会。すべての支部をご紹介します!できないのが残念です!

学びあり、笑いあり、感動ありの総会

西東京支部

小平の班を招いて……

西東京生協歯科小石先生の能登支援のお話のあと、小平・大沼天神支部の小平コスモス班が来てくれて「ウクレレで歌おう」を開催。楽しく歌うことで支部間の交流にもなりました。最後はコスモス班からのリクエストで「生協音頭」をみんなで踊って大盛り上がりしました。楽しい気分のまま総会へ、おかげで話も弾みました。

東村山中央支部

生協の役割を再認識

馬場副専務理事の総代会議案説明の



西東京と小平がコラボして「生協音頭」



小平二支部「人間が人間らしく生きる街」を講演
大西美津子さん



チェロの音色にうつ
と

小平一支部 出前講座で

総会後に開いた第二部は、小平市の際に東村山市の自殺率の高さについて触れました。市内60歳までの男性の自殺率が東京や全国に比べて極端に高い、しかし高齢者の自殺率は比較的低いとのこと。要因の一つに「孤独や孤立」も挙げられ、ネットワークが重要な力ギで、生協のつながりもその一つだと再確認しました。若い世代とのつながりとなる「ふらっと食堂」の役割の大きさ、医療生協の存在の大きさを改めて感じました。



東村山野火止支部 体操も!



東久留米東支部 総会

清瀬西支部 チェロ演奏会

出前講座の「歴史を知ろう」の学習会を行いました。小平市の名前の由来はほぼ全域が平地であること。そのため古代には水を手に入れることが難しく、玉川上水が引かれて以降、徐々に発展していきました。歴史を知ること地域への親しみが増します。行政が行う「出前講座」をぜひ皆さんも活用してみたいかがでしょうか。

総会の後は「チェロ演奏会」。いつも清瀬診療所のなごやかカフェを盛り上げてくれる赤石さんに演奏をお願いし、「G線上のアリア」などの管弦楽や「見上げてごらん夜の星」では一緒に歌ったり…心に響く演奏でした。

東久留米西支部 豊かさとは?

総会での多彩な支部活動や班活動の報告の後、「豊かさとは何か(暉峻淑子さん)」視聴会でした。著書は36年前の出版ですが、現在も変わらず多忙な働き方、偏差値重視の教育など権力を持つものになびきやすいという特徴は変わっていないと。西都の理念のように「思いやる あなたをそしてわたしを」が実感できる社会になればよいと願わずにはいられません。

※5ページ「あたまの体操」の答え ①傘のしずく、②虹の色、③ポンチョの襟紐、④大きいカエルの口、⑤右側のカエルの色、⑥あじさいの色、⑦右側の岩でした。

組合員のひろば

ほんのちよつとの思いやりやさしさはあたたかいですね。



「コマ漫画ほんのちよつと」
小平市田村博正さん

支 部	5月の加入者	組合員総数	5月の出資金		出資金総額
			人数	額(円)	
小 平	一 中	1	547	20,000	7,231,000
	二 中	0	256	10,000	5,955,000
	三 花	0	419	0	21,890,000
	四 中	0	193	0	6,690,000
	五 中	0	180	10,000	4,285,000
	上 水 中	1	117	5,000	11,825,000
	大沼天神	1	455	5,000	9,455,000
	美園萩山	0	773	0	38,751,000
東 村 山	事 業 所	4		267,500	
	清 瀬	3	1,962	20	242,500
	東 西	1	1,164	10	91,000
	中 央	4	865	13	100,000
	美住富士見	0	287	0	7,551,000
	野 火 止	0	670	1	5,000
	北 山	0	286	0	12,936,000
	東 久 留 米	1	545	4	25,000
	中 央	2	1,188	10	108,000
	西	0	864	0	20,677,500
そ の 他	西 東 京	2	1,040	11	290,000
	そ の 他	0	987	4	25,000
合 計	20	12,798	113	1,204,000	452,067,000



北多摩生協診療所 経内科の鈴木健世医師が撮影した写真展を開催中です。

これらの写真は全日本山岳写真協会及び日本写真家連盟の写真展に出展したものです。

趣味の域を脱した素晴らしい作品を是非ご覧にいらしてくださいね。6月まで展示しています。

山岳写真展

みその階段ギャラリーにて

東村山子どもまつり

こどものロコモ
チェック60人

東村山協議会として5年ぶりの参加となりました。5種類のロコモチェックと握力、棒反応を行いました。

何十年も(?)参加してきたベテランの組合員も今回初参加のスタッフも楽しく子どもたちと接しました。



がらの1日でした。握力や棒反応は何度も戻ってきて再チャレンジする子たちもいて大人気！前屈で指が地面につかないなど丸がつかなくなかった子どもたちには簡単なアドバイスもしました。

薬剤師募集

株式会社 エイトライフ

小平市美園町1-2-16 電話042-349-3455

地域医療、チーム医療、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。



うさぎ薬局

〒187-0041

小平市 美園町1-2-16
電話 042-347-0688

市役所通り薬局

〒189-0014

東村山市 本町4-2-1
電話 042-395-5388

きよせ北口薬局

〒204-0021

清瀬市 元町1-3-26
電話 042-494-7055

東久留米薬局

〒203-0053

東久留米市 本町3-3-21
電話 042-470-2051

上清戸薬局

〒204-0013

清瀬市 上清戸2-1-2
電話 042-494-0622

三崎薬局

〒192-0082

八王子市 東町2-2
電話 042-631-1350

ながふさ薬局

〒193-0824

八王子市 長房町1462番7号
電話 042-669-5644

- 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。

理事会だより

第56期第13回定例理事会

日時・5月28日(水)

北多摩クリニックのデイケア室をメイン会場にリモートを併用した会議となりました。

1 経営活動報告

4月の経常利益は1160万の赤字、予算差は505万円未達、前年差815千円の赤字幅拡大となりました。事業収益は予算通りでしたが、医師が非常勤から常勤に変わったことで月遅れで支払う非常勤給与が重複

して計上されたことも含めて人件費が増加、4月からの帯状疱疹ワクチン定期接種開始による材料費が急増し、費用増で経常利益の赤字が大きく増加しました。

2 人事申請

管理者任免の承認

西東京生協歯科 馬場事務長

5月31日付で離任/猪股事務

次長 6月1日付で事務長任命

3 償却資産購入

みその診療所 通所リハビリ用

軽自動車の買換えについて全会

一致で承認。

4 組合員からの借入金

5月に3800万円規模で募集を行い、多くのご応募をいただきました。抽選の結果27名の方より借入れることが決まりました。ご協力ありがとうございました。

西東京生協歯科

西東京

〒202-0001

電話 042-439-0071

西東京市ひばりが丘2-6-29

FAX 042-439-0085

診療時間	午前9:00 ～12:00	午後1:30 ～4:30	夜間5:30 ～8:00
曜日	島崎・吉川 [訪問]飯村	小石・吉川 [訪問]飯村・島崎	小石 松田(月1回)
月			
火	飯村・吉川 [訪問]小石・渡邊	飯村 [訪問]小石・渡邊	
水	小石・飯村(月3回) 吉川(2・4) [訪問]渡邊	第1・2・4休診 小石(第3・5) 飯村(第3・5)	
木	伊波・小石 [訪問]飯村・砂川	伊波・小石 [訪問]飯村・砂川	
金	小石 飯村(10:30～13:00) [訪問]吉川	小石 飯村(15:00～18:00) [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

電話 042-342-7270

小平市美園町1-2-16

FAX 042-342-7361

受付時間	午前8:50 ～11:30	午後2:20 ～4:30	
曜日	小野田(内)● 内科医	小野田(訪問) 山本(糖)●	
月			
火	定(内)・小野田(訪問) 谷口(糖2・4)●	定(訪問) 大沼(内・呼)(2:20～6:00)	
水	井上(内・呼) 小野田(訪問午前)		
木	定(内)	定(内) 三谷(糖)●	
金	小野田(内)● 竹中(内・呼・1・3・4・5) 藤田(内2)・定(訪問)	定(内)	
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

電話 042-471-2291

東久留米市本町3-3-23

FAX 042-472-0131

診療時間	午前9:00 ～11:30	午後2:00 ～4:30	夜間5:30 ～7:00
曜日	橋爪(内)	橋爪(内)	橋爪(内)
月			
火	橋爪(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	橋爪(内)	大道寺(内) 松原(訪問)	大道寺(内)
金	橋爪(内)	橋爪(内)	
土	橋爪(内1・3・5) 小堀(内)・担当医(内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。

● エコー検査を火曜、木曜で行っています。

● 特定・高齢者健診は火・木・土曜でご予約ください。

みその歯科

小平

〒187-0041

電話 042-347-3680

小平市美園町1-2-16

FAX 042-342-7250

診療時間	午前9:00 ～11:30	午後1:30 ～4:30	夜間5:30 ～8:00
曜日	中野・原田・久保・齋藤 [訪問]高橋	中野・原田・久保・齋藤 [訪問]高橋	
月			
火	高橋・原田・久保 松田(2・4) [訪問]星野	松田・原田・高橋 12:30～3:30・久保(隔週) [訪問]星野	中野・松田
水	中野・原田・久保(2・4) 会沢(1・3・5) [訪問]齋藤・久保(2・4)	中野・久保(5)・会沢(3) 原田(3・5) [訪問]齋藤(3・5)・久保(3)	
木	原田・高橋・会沢(2・4) 会沢(1・3・5) [訪問]中野	12:30～3:30 高橋・久保・歯科医 [訪問]中野・原田	久保 歯科医
金	中野・久保(1・4)・原田(1・3) 会沢(2・4・5)・星野 [訪問]桐原・久保(2・3)・原田(2・4)	会沢(2・4・5)・中野 久保・星野・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)山本(毎週) [訪問]桐原・中野(隔週)	原田・会沢・久保 (上記各週交互)山本(毎週) [訪問]桐原・中野(隔週)※月回原田	

● 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

介護事業所

生協事務所

協力

● 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

● かるかも居宅介護支援事業所 tel.042-390-8781 / fax.042-396-9021

● 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

● 小平協議会 tel.042-346-1441 / fax.042-346-1466

● 清瀬東支部 tel & fax.042-495-4872

● 清瀬西支部 tel.042-493-2727

● 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.042-493-6129 / fax.042-493-6155

● 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

● NPO法人 第二こだま tel & fax.042-343-0456

北多摩生協診療所

東村山

〒189-0014

電話 042-393-5903

東村山市本町4-2-32

FAX 042-395-5612

診療時間	午前9:00 ～12:00	午後2:00 ～4:30	夜間6:00 ～7:30
曜日	井上(内)	鈴木(神経内科) 訪問診療	
月			
火	片山(内) 訪問診療		
水	井上(内) 太田(内科) 訪問診療	井上(内) 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	井上(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。

● 6月からの特定健診予約受付中です。

● 訪問診療をお考えの方はご相談ください。

北多摩クリニック

清瀬

〒204-0013

電話 042-496-7760

清瀬市上清戸2-1-41

FAX 042-496-7761

診療時間	午前9:00 ～12:00	午後4:00 ～6:00	訪問診療
曜日	保坂(内)		保坂
月			
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
土	～11:30 保坂(内)		

● 受付時間は診療開始の10分前から(土11:30まで)

● 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。

● 発熱・咳等などの症状がある場合は事前に電話を。

清瀬診療所

清瀬

〒204-0021

電話 042-493-2727

清瀬市元町1-13-27

FAX 042-493-2751

診療時間	午前9:00 ～12:00	午後2:00 ～4:30	夜間5:30 ～7:30
曜日	穂苅(内・神内)★ 伊藤(内)		
月			
火	大亀(内・予約) 川辺(内・呼)	大亀(内)・桑木(循) 訪問診療	大亀(内) (17:30～19:30)
水	穂苅(内・神内)★ 古内(内・呼) 訪問診療	大亀(内・予約のみ)	
木	大道寺(内) 阿部(健・内) 訪問診療	阿部(内・更年期) 訪問診療	
金	大亀(内)・勝矢(内・消)★ 内視鏡検査	勝矢(内・消)★ 訪問診療	大亀(内) (17:30～19:00)
土	伊藤(内3)・勝矢(内消4) 根本(内3)・内科医(2) (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)

● 更年期症状・もの忘れ、頭痛、ご相談ください。

● 訪問診療新規受付中! ご相談ください。

● 名前のあとの★は女性医師です。