

西都保健生協の
組織現勢

(2025年7月31日現在)

- 組合員数.....12,774人
- 出資金総額.....4億5,388万円
※一組合員平均35,532円

西都保健
生協だより

きずな

No.645 2025年8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>



▶ 口腔細菌カウンタ



お顔のマークで結果を教えてくれる ▶

口腔機能低下症の
診断要件7項目

- ①口腔内の不潔(口腔内の細菌数・舌の汚れ)
- ②口腔乾燥(唾液の分泌量)
- ③咬合力の低下(咬む力・残存歯数)
- ④舌口唇運動低下(舌や口唇の動き)
- ⑤舌圧(舌の力)
- ⑥咀嚼機能低下(咀嚼力)
- ⑦嚥下機能低下(飲み込む力)

口腔機能検査を
お勧めします

検査は50歳以上の方、または全身的な疾患等により口腔機能の低下を認める方を対象に保険で受けることが可能です。

口腔機能低下症は左表の7項目で診断します。

7項目のうち3項目以上該当する場合には口腔機能低下症と診断されます。検査時間は約30分程で、口腔機能低下症と診断された方はもちろん該当しなかった方も検査結果に基づき症状に合わせたお口の体操などを指導させていただきます。

新しい機器が
仲間入りしました

検査にはそれぞれ専用の機器があり、お口の機能を数値で評価することが出来ます。今まで活用していた機器に加え今年の1月より新しい機器を導入し活用が始まりました。

①口腔細菌カウンタ

口の中の細菌数を迅速に評価することで口腔内の不潔を評価する機器です。検体は、舌の表面を滅菌された綿棒で擦り採取するか、舌の下唾液を採取するだけで身体への負担も少なく痛みもありません。

2面に続く

口腔機能検査で お口の機能を把握



口腔機能低下リスクを防ぐ ● 西東京生協歯科

口腔機能低下症の早期発見・早期予防に取り組んでもらえるよう口腔機能検査を推奨しています。口腔機能低下症とは、口腔内の機能(咀嚼、嚥下、構音、唾液、感覚)が複合的に低下していく疾患で、放置すると咬む力や飲み込む力が落ち、フレイルの悪化リスクが高まります。



1面の続き

口腔機能検査で お口の機能を把握

口腔機能低下リスクを
防ぐ ● 西東京生協歯科

このため、口を長く開けていることが難しい方や、訪問診療先の患者さんのお口の汚染状況の確認もすることが出来ます。

外来や訪問診療先でもお口の細菌数を定期的に測ることで「菌磨きを頑張ったから減ったのかな」「次も頑張つて磨いてくるからね」「お母さん菌磨き嫌がらずに頑張ったからね」など、患者さんや介護するご家族の歯磨きへのモチベーション向上にも一役買っているようです。



② 口腔水分計ムーカス

口腔乾燥を評価する機器です。センサー部分を舌に当てわずか2秒で口腔内の乾燥状態を判定できます。舌との接触部分には専用のカバーをその都度装着します。こちらは班会でもお試しいただけますのでお声がけください。

③ 口腔機能モニター・オラモ

咬合力の低下を測定する機器です。オラモのセンサー部分をお口に挿入し咬むだけで、ほんの数秒で咬合力の最大値が表示されます。咬むだけなので、こちらも痛みもなくわずかな時間で検査をすることが出来ます。残っている歯が少ない方でも、義歯を使用している方、舌の噛みつきや舌の動きを数値で判定できるようなりました。いつまでも自分のお

① 口腔機能モニターオラモ



口でおいしく食べられるように、口腔機能検査で今の自分のお口の状態を知り、それぞれの結果に合わせた対策を早めに取り組むことが大切ではないでしょうか。
(歯科衛生士 相川有紀子)

定款変更・出資金一口額の減額について

10月から出資金一口額を千円に変更予定です

組合員のみなさま、平素より西都保健生活協同組合の活動にご理解とご協力をいただきありがとうございます。

高齢化が進む昨今、高齢者の一人暮らしや高齢者同士の二世帯、認知症の増加により、生活機能の低下を地域の支援でつなぐことが求められています。

しかし高齢者のうち2割の方が地域のなかでつながりを持てず、社会的に孤立している状況です。

況が浮き彫りになっていきます。そうしたなかでも医療にはつながっているケースが多く、医療福祉生協という組織を生かしたつながりをつくれることが医療福祉生協の役割と考えています。

ただ、経済的事情により出資額が支払えず、医療・介護でつながりをつくれず生活を支えるつながりを築くことが難しい場合もあります。

そういった方々とのつながりを積極的に作っていきたくと考え、西都保健生活協同組合は6月29日に行った総代会において、出資金の一口額を5000円から10000円に減額変更することを採択し、10月1日より定款変更とともに施行するための準備を行っています。

組合員のみなさまが定款変更以前に預けていただいた出資金について、この変更による額面の変更はせず、一口当たり5口と読み替えて口数を変更いたします(一口を5口に分割することになります)。変更後に残高通知を送付いたしますのでご確認ください。

地域のなかで医療・介護を提供する事業所としての組織特性を生かし、支部の地域を単位に班というつながりの場を広げていき、だれもが安心して暮らせるまちづくりのために今後とも励んでいきたいと存じます。今後とも変わらぬご理解と協力を賜りますようお願い申し上げます。

2025年8月吉日

西都保健生活協同組合
理事長 村田 靖



まんが・波来士

事業所 だより Vol.41

みその診療所 フットケアのすすめ

ご自身の『足』洗っていますか？ 特に夏場になると水虫から細菌感染を起こし『蜂窩織炎』を発症する方もいます。内服薬や点滴治療に至る人も少なくありません。重症化すると入院加療も必要になってきます。そこで『水虫』についておさらいしてみましょう。

セルフチェック

- ☐足を清潔に保てていない、ついつい足のケアを忘れがち
- ☐毎日、長時間靴を履き、足が蒸れた状態が続くことが多い
- ☐足の指がくっつき合っって湿りやすい
- ☐汗っかき・脂性
- ☐糖尿病・免疫不全などの持病で免疫力が弱っている

簡単自己チェック

まずは、左の表のチェックリストで確かめてみましょう。当てはまる項目が多いほど、水虫になりやすいといわれています。



消防訓練をみそのビルの皆さんで小平消防署の方から指導を受けました

【原因】
水虫の原因は白癬菌（はくせんきん）というカビが足などの皮膚の角質層に寄生することによって起こる皮膚の病気です。手やからだにも感染します。



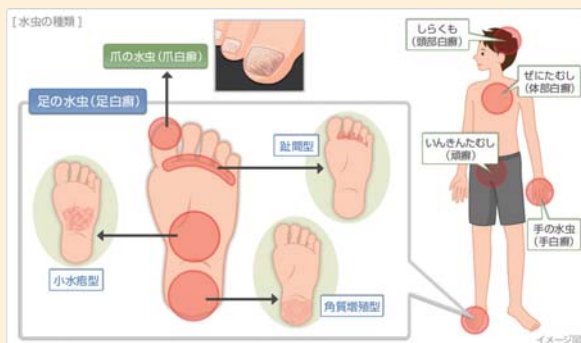
【感染する仕組み】
白癬菌は、水虫にかかった人の皮膚からはがれ落ちる角質の中にも生きています。そのため、それを素足で踏んだりして菌が付着することによって感染します。

すぐに感染するわけではなく、洗い流されずに残った菌が、傷ついた角質から入り込み、繁殖しやすい環境にあったときに感染します。

【繁殖しやすい環境】
白癬菌は高温多湿の環境を好みます。皮膚表面に汗や汚れが残っている皮膚環境も繁殖しやすい状態です。

【対策】
水虫になったら医療機関での診察をおすすめします。かゆみなどの症状がなくなったらからといって、途中でやめてしまわないことが大切です。

【予防するには】
からだを清潔に保つ。からだを清潔に保つ。



引用・参考文献：第一三共ヘルスケア
https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/health/symptom/16_mizumushi/

指の間もしっかり洗うようにしましょう。
※専用のフットケアブラシもあります（Amazonやうさぎ薬局などで購入可）
素足で利用する施設に行ったあとは気を付ける。よく洗い流しましょう。

■みその診療所では、7月から糖尿病患者さんを対象とした『予防的フットケア』を開始いたしました。ご相談をお待ちしております。
（看護師長・フットケア指導士 横山文子）

健康サポート室より

認知症シリーズ Part

5



認知症になっても 安心して暮らせる地域に!⑥

認知症かどうか診断するためのステップについて



清瀬診療所
脳神経内科 穂苅 万李子

まずは病歴を お伺いします

「認知症の検査をしてほしい」。受診のきっかけとしては大切なことです。まずお聞きするのは、昨日今日の急なことなのか、数ヶ月前、数年前からなのかなどの経過です。それにより鑑別する疾患が全く異なってきます。いろいろなことをお聞きしますが、しっかりと話を聞くことが大切だということをご理解いただければと思います。

正確な診断のために家族歴、既往歴、薬歴、生活への影響についてお伺いします。歩行の異常があるかなど認知機能以外の症状の有無も確認します。そのため、これまでのさまざまな情報を確認させていただくため外来では、ご本人だけではなくご家族の来院も可能な限

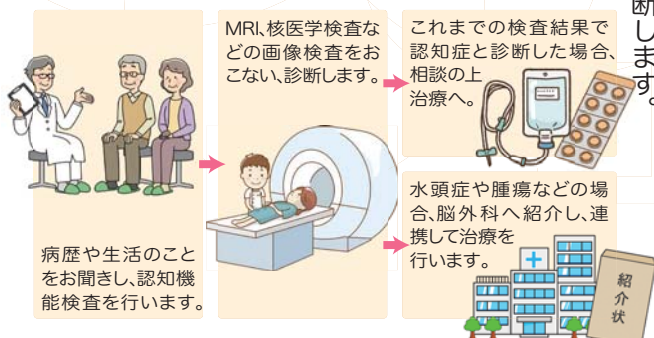
これまで4回、認知症についてお伝えしてきました。認知症の種類もいくつかあること、認知症ではなく他の病気で物忘れの症状が出ることもあることをご理解いただいたと思います。認知症や他の病気などを把握するためにも、診断を受ける必要があります。今回は、その診断に必要な問診や検査についてお伝えします。

りお願ひしています。

代表的な認知機能検査

M MSE(ミニメンタルステート検査)、HDS-R(長谷川式認知症スケール)などがあります。他にも日常生活への影響をみる評価尺度などもあります。想定する病気や本人への必要性に応じて検査をするか判断します。

例 診断の流れのイメージ



画像検査

CT 放射線を利用した画像検査です。早期の出血や骨、大まかな脳の構造などをみるのに使用します。短時間ですぐ検査できることがメリットです。

MRI 磁力を利用した画像検査です。CTよりも詳細な脳の構造を把握することができ、認知症の原因を鑑別するために有用な検査です。脳の血管を描出するMRA検査も同時に施行できます。CTよりは時間がかかります。

核医学検査

微量の放射線を出す薬品を体内に投与し、脳などの臓器に集まる様子を画像化する検査です。疑う病気によって使う薬品や検査の種類が異なります。

血液・脳脊髄液検査

アミロイドPET 脳の中心のアミロイドの蓄積をみる画像検査です。3割負担の方で約45,000円と高額な検査のため、認知症の原因がアルツハイマー型認知症なのかしつかり調べる必要があるときに検討します。

ビタミン、甲状腺など認知機能に影響する内科的な疾患を鑑別するためや、認知症のリスクである血管リスクを評価するために血液検査をすることがあります。他にも、アルツハイマー型認知症を鑑別するためや水頭症の診断のために脳や脊髄の表面を流れる水(髄液)の検査をすることもあります。

全ての検査が必要というわけではありません。相談の上必要な検査を判断します。まずは、気負わず受診しましょう。



あたまの体操

まちがいさがし

さあ、夏休み！思い出たくさんつくろうね♪
2つの絵に7つのちがいをみつけよう！

A

B

※このページ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

YUN(太極拳)班 東久留米東支部

会場 ● 東部地域センター
日時 ● 毎月 第1金曜日、第3金曜日

毎月第1、3金曜日に東部地域センター内で元気に楽しく太極拳を行っています！

写真は今年の2月に企画した組合員新年交流会で撮った物です。



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！

2拍子3拍子(頭の体操)

今回のワンポイントは手を使っての頭の体操です。
まずは手の動きから！バリエーションにもチャレンジしてみてください！！



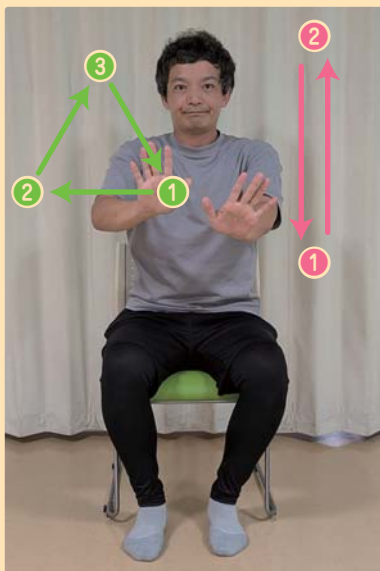
スタート位置



始めに

- ① 右手は2拍子(上下にリズムを刻む)
- ② 左手は3拍子(三角形を描くようにリズムを刻む)
- ③ 動作に慣れたら両手で同時に動かす。(6拍目で両手が揃うようにする)
- ④ できるようになったら反対も(左手2拍子、右手3拍子)

② 三角形を描く1・2・3、
1・2・3……



① 上下に1・2、1・2……



Point

バリエーションを変えて
やってみよう！

プラス脚は4拍子

- 片脚ずつ開いて閉じると4拍子になるので、両手の2拍子3拍子と同時に1～12まで数えながら動かす。
- 12拍目で両手と両脚が揃うようにする。



- ① 右足を開く

④ 左足を閉じる

② 左足を開く

③ 右足を閉じる

他生協との コラボ企画

「すこしの塩ですこやかな生活」

生協 すこしおフェスタ



西都保健生協の健康づくり活動で、初めての「生協すこしおフェスタ」を開催♪
当日は、天候不順でしたが総勢141名の方の参加となりました！
実行委員、協力員、東都生協、パルシステム東京、東京都生協連の皆さんと、
当日参加された皆さんと共に「体験できる！学習できる！健康になれる！」
フェスタを作りあげることができました。



会場では8つのブースですこしおや
健康にまつわる展示を用意

2025年7月15日、東久留米・成
美教育文化会館で「生協すこしおフェ
スタ」を開催しました。このフェスタ
では「すこしお生活（少しの塩ですこ
やかな生活）を推進し、参加された
方々とのつながりを大切にすること」
を目的とし、理事会健康づくり委員
会・すこしお推進委員会が企画しまし
た。また、東久留米市まちづくり「生
協のわ」（東都生協・パルシステム東
京・東京都生協連）の協力と東久留米
市社会福祉協議会の後援を得ることが
できたのは、大きな力となりました。



① 一つひとついねいに準備した8ブースに
クイズラリーもあり、全問正解で景品ゲット！



② すころくで楽しくすこしおが学べるコーナーも



「東都生協」では
「パルシステム
東京」では野菜の
展示販売。1日に
必要な野菜が気軽
に摂れそうです。

「減塩ってなんで必要？」では動脈
硬化の仕組みを動画や模型の血管に触
れて感じる事ができました。「すこ
しお展示」では市販の食品の塩の量を
実際の塩で表現。また、自分の『ひと
つまみ』が何gかを計りびっくり！少
しのつもりがたく
さん摂取している
ことを実感！

「パルシステム
東京」では野菜の
展示販売。1日に
必要な野菜が気軽
に摂れそうです。

東都生協のブースも
大人気！



パルシステム東京の
野菜も完売！



お題「しお」

- 集まった44句より、注目の句をご紹介します！
- ★すこしおと言えど食べたい故郷(さと)の味
(北多摩クリニック 下川久美子さん)
 - ★すこやかに暮らす思いの塩加減
(清瀬市 高橋陸夫さん)
 - ★珠洲の塩少しだけでも応援を
(清瀬市 菅原淳子さん)
 - ★すこしおで素材が旨い皆笑顔
(東久留米市 金子光夫さん)
 - ★おいしいな絶妙ですな塩加減
(清瀬市 今井孝子さん)

※5ページ「あたまの体操」の答え うしろの女の子の①表情②水着のズボン、手前の女の子の③水着の柄④浮き輪の模様⑤鳥のお腹の色⑥蝉⑦右側のしぐきの数

組合員のひろば

気が向いたときに作ってます。



暮らしを彩る手編みのカゴたち

清瀬西支部 K・Hさん

支 部	7月の加入者	組合員総数	7月の出資金		出資金総額
			人数	額(円)	
支 部 小	一 中	0	548	0	7,236,000
	二 中	0	256	0	5,955,000
	三 花	0	416	10,000	21,790,000
	四 中	0	192	0	6,685,000
	五 中	0	178	20,000	4,285,000
	上 水	1	116	30,000	11,815,000
	大沼天神	0	454	115,000	9,470,000
	美園萩山	0	772	5,000	38,921,000
	事業所	2		282,500	
	清瀬	4	1,964	31	492,500
支 部 平	東 西	4	1,159	20	191,000
	中 央	4	864	16	615,000
	美住富士見	1	286	2	15,000
	野火止	1	668	6	90,000
	北 山	0	286	0	12,921,000
	東 東	0	544	8	45,000
	中 央	0	1,186	12	223,000
	西	0	857	2	15,000
	東 京	3	1,037	10	65,000
	西 他	0	991	5	45,000
合 計	20	12,774	154	2,259,000	453,881,000



準備した椅子はあっという間に埋まり会場後方で立ち見される方も



日ごろの工夫がたつぷりの講演



笑いが絶えない猿ちゃんの脳トレも！

ホールでは用意した80席はあっという間に埋まって「すこしお講演」では飯塚理恵管理栄養士が、少しの工夫でも塩分の調整ができることを紹介。

「天然の塩はどう？」「塩ゆではよくない？」「塩を減らすと食欲がなくなってしまうけれどどうしたらよい？」など質問もあり、聞いている参加者にもた

みんなで作りあげたすこしおフェスタ

初めての企画でしたが、みんなの笑顔がたくさん、つながりもたくさん感じることができました。これも多くの協力員の力と、当日参加された方々の笑顔のおかげです。本当にありがとうございました。（すこしお推進委員会一同）

理事会だより

57期第2回定例理事会
日時・7月23日（水）
感染症予防にあたり密を避けるため会場を分散しリモートによる会議としました。

【報告事項】

1 経営活動報告

6月の経常利益は442万円の黒字、予算差185万円未達、前年差152万円の未達。累計で931万円の赤字、予算差280万円の未達、前年差805

3 新しい期に向けて

第57期は新しい理事6名が加わり33名で発足しました。理事会の冒頭では組織構成や決済規定、法令順守の視点などを交えて理事会の役割を再確認しました。新しい力と共に生協の発展を目指します。

2 償却資産等購入申請

北多摩クリニック 電気設備更新 清瀬診療所 スリム型薬用保冷庫購入、富士見通り診療所及びみその診療所で検査システムを導入することを決めました。安全で安心な診療に力を入れていきます。

専務理事に選任されました馬場雅澄です。福島県相馬市出身で、今年6月に50歳を迎えました。日本福祉大学卒業後、名古屋のみなと医療生協・協立総合病院に入職。2002年に親友の勧めで西都保健生協に入職し、立川相互病院出向や5診療所勤務を経て歩んできました。1962年の清瀬診療所誕生、2000年の法人統合を経て続く歴史と組合員の想いをしっかりと受け継ぎ、いのちと暮らしを守る事業と運動を広げてまいります。

格差や貧困・分断が深まる今、人とのつながりを大切にする医療福祉生協の取り組みは、社会に求められています。西都保健生協の理念「思いやる あなたを そしてわたしを」「生きるを支えあう」の実現に向けて、組合員・職員のみなさんと力を合わせて歩んでまいります。よろしくお願いたします。



専務理事を交替
馬場雅澄専務理事

西東京生協歯科

西東京

〒202-0001
西東京市ひばりが丘2-6-29

電話 042-439-0071
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
月	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)
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1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

電話 042-342-7270
FAX 042-342-7361

受付時間	午前8:50 ～11:30	午後2:20 ～4:30	
月	小野田(内)● 内科医	小野田(訪問) 山本(糖)●	
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)・定(内) 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) 定(訪問)	定(内)	
土	小野田(内1)● 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
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
月	橋爪(内)	橋爪(内)	橋爪(内)
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
小平市美園町1-2-16

電話 042-347-3680
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
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・原田・久保 松田(2・4・5) [訪問]星野	松田・原田・高橋 久保 [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(1・3・5)	中野・久保(2・4) 会沢(1・3・5)・原田 [訪問]齋藤(3・5)・久保(3)	
木	原田・高橋・会沢(2・4) 松田(1・3・5) [訪問]中野	12:30～3:30 高橋・久保・松田 [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)・星野 [訪問]桐原・久保(2・3)・原田(2・4・5)	会沢(2・4・5)・中野 久保・星野・原田(1・3) [訪問]桐原・原田(2・4・5)	
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

- 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ごだま tel.042-346-1400 / fax.042-346-1405
- グレープホーム虹の家 tel.042-496-7720 / fax.042-492-8811

生協事務所

- 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

協力

- 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 第二ごだま tel & fax.042-343-0456

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

診療時間	午前9:00 ～12:00	午後2:00 ～4:30	夜間6:00 ～7:30
月	井上(内)	鈴木(神経内科) 訪問診療	
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。
- 第二火曜日午後も健診外来実施します。
- 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
清瀬市上清戸2-1-41

電話 042-496-7760
FAX 042-496-7761

診療時間	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
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)
- 各種予防接種行っています。予めご相談ください。
- 各種健診に対応しています。予約制です。
- 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
清瀬市元町1-13-27

電話 042-493-2727
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
月	穂苅(内・神内)★ 伊藤(内)		
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。