

西都保健生協の  
組織現勢

(2018年6月30日現在)

- 組合員数.....14,538人
- 出資金総額.....4億3,843万円  
※一組合員平均 30,157円

西都保健  
生協だより

きずな

No.560 2018年7月18日発行

- 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>

西都保健生活協同組合は200名の総代を選出し、6月24日(日)東久留米・成美教育文化会館グリーンホールで第52回通常総代会を開催しました。

武城総代会準備委員長の挨拶に始まり、高田理事長は挨拶のなかで国民負担増と給付の抑制・削減を打ち出した「骨太方針2018」が6月15日に閣議決定されたことに触れました。医療分野では原則1割である75歳以上の窓口負担の見直しを明記、受診時定額負担の導入や薬剤費の自己負担の引き上げ、また介護保険サービスの利用抑制やケアプラン作成の有料化、多床室の室料有料化などが盛り込まれたことを説明。「こういっただい」と暮らしをないがしろにした政策に立ち向かい、人と人とのつながりを広げ、



「地域で何が必要とされていくかを把握し、皆さまにしかできないサービスの創出と更なる福祉のまちづくり活動の発展を期待したい」と激励を受けました。

総代会

は議長に清瀬東支部の天野信三総代と東久留米中央支部の角ミサ子総代を選出し議事を進行。田中専務理事が第1号から5号議案の提案を行いました。

**西都保健生協の総合力で**

2017年度の活動報告では憲法改定の動きや社会保障の解体ともれる情勢のなかで地域や全国、暮らしを守る活動の経験や成長著しい西都独自の健康づくり、組合員と職員が利用者、地域の人びとの関係を深めながら広げた生活に密着した医療、介護、助け合いの活動について報告。

2018年度は「いつまでも自分らしく住み続けられるまちづくり」

『ひと』を大切にしたい『協同』の活動で笑顔をつやうをテーマに「ひと」として個人の「尊厳」と「らしさ」を大切にしたい医療と介護、さらに組合員活動を併せた生協活動の総合力を活かした取り組みと安定的な経営を目指す方針を掲げました。

議案を受け討論では、議案を補足する立場から、東村山での支部分割、物品販売による活動費づくり、ミニデイサービスやビデオ鑑賞会の取組み、戦争を語り継ぐ会や一人暮らし高齢者の食事をなど、この1年に前進した活動や今年度の介護保険の改正、訪問介護の現状の危機を乗り越えた生協診療所など事業活動の現状報告と合わせて確信を広

げ、2018年度の展望が期待される内容になりました。

採決では議案全て全会一致で可決し、特別決議「憲法を活かし、広げ、平和でいのち輝く社会を実現しよう」は大きな拍手で承認されました。最後に今総代会の3つのスローガンを確認し閉会となりました。

# 活動に確信をもち さらなる飛躍を！



## 西都保健生協からのお知らせ

- ★コストリカの奇跡映画会 7月25日(水)14時半～ 成美教育文化会館 入場料500円
- ★原水爆禁止世界大会 広島 8月4日(土)～6日(月)に向けた様々な取り組み  
7月23日～25日は平和行進が5市で行われます。平和バザー、平和カレー、壮行会など、行政区ごとに行います。支部ニュースを参照ください。
- ★原水爆禁止世界大会 報告会 8月22日(水)14時半～ ルネこだいら 地下1階
- ★健康チェック実践研修(骨密度) 8月28日(火)14時～ 小平・美園地域センター



表① イレブンチェック11項目テスト

|                                                                                |     |                                          |       |       |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----|------------------------------------------|-------|-------|
| 栄<br>養                                                                         | Q1  | ほぼ同じ年齢の同性と比較して健康に<br>気をつけた食事を心がけていますか    | A はい  | B いいえ |
|                                                                                | Q2  | 野菜料理と主菜（お肉またはお魚）を両方<br>とも毎日2回以上は食べていますか？ | A はい  | B いいえ |
| Aが2つ：食習慣への意識はしっかりと持ちようです<br>Aが0～1：食習慣への意識が足りていない可能性があります                       |     |                                          | A 個   |       |
| 運<br>動                                                                         | Q3  | 「さきいか」「たくあん」くらいの固さの<br>食品を普通に噛み切れますか     | C はい  | D いいえ |
|                                                                                | Q4  | お茶や汁物でむせることがありますか                        | C いいえ | D はい  |
|                                                                                | Q5  | 1回30分以上の汗をかく運動を週2回以上、<br>1年以上実施していますか    | C はい  | D いいえ |
|                                                                                | Q6  | 日常生活において歩行又は同等の身体<br>活動を1日1時間以上実施していますか  | C はい  | D いいえ |
|                                                                                | Q7  | ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が<br>速いと思いますか          | C はい  | D いいえ |
| 社<br>会<br>参<br>加                                                               | Q8  | 昨年と比べて外出の回数が減っていますか                      | C いいえ | D はい  |
|                                                                                | Q9  | 1日1回以上は、誰かと一緒に<br>食事をしますか                | C はい  | D いいえ |
|                                                                                | Q10 | 自分が活気に溢れていると思いますか                        | C はい  | D いいえ |
|                                                                                | Q11 | 何よりもまず、物忘れが気になりますか                       | C いいえ | D はい  |
| Cが6～9：筋肉量をしっかり維持できている可能性が高いです<br>Cが0～5：筋肉が弱まっていたり、健康に心配なところ<br>があったりする可能性があります |     |                                          | C 個   |       |

現在、理事会健康  
づくり委員会では  
さんと一緒にでき  
るフレイルチェックを  
企画中です。班会に  
参加してみんなでチ  
ェックしてみましょ  
う。（清瀬診療所看  
護師 高江洲智穂）

フレイルとは、年を重ねて心身の活力（筋力・認知機能・社会とのつながりなど）が低下した状態を言います。状態を回復させるには早期に状態を認識することが大切です。まずは11の項目でフレイルの兆候があるかどうかチェックをしましょう。（表①）

（周囲長は男性34cm以上・女性32cm以上で筋肉）

△指で囲めて隙間ができる場合はふくらはぎの筋肉量の減少が進んでいる恐れがあります。

★アルブミン(A・b)：血液で調べます。3・6g/dl以下の場合「低栄養」を疑います。

健康診断でも栄養状態が分かる指標があります。

★BMI：標準が18・5以下で、18・5以下の場合「痩せ」判定になります。

## ① イレブンチェック

## ② 指輪つかテスト

を維持できていると評価されます。

## ③ 健康診断の活用も

## フレイルをチェックしてみよう

「フレイル」予防のために、まず自分の身体をチェックすることから始めてみましょう。東京大学高齢社会総合研究機構が考案した「イレブンチェック」と「指輪つかテスト」をご紹介します。

●健康サポート室より  
医療福祉生協らしいフレイル予防

part  
3



まんが・波来土

## 猿渡トレーナーの体操ワンポイント

## 腕のび～る体操

スムーズな「ウォーキング」を促すための体幹エクササイズをご紹介します。

背中が丸まらないように注意



（繰り返し10回×2セット）

※上体をねじらず、前足のかかとで地面を押すように前に移動しましょう。太ももの裏に伸びている感じがする所まで腕を伸ばしましょう。



6月11日の午後、西東京支部と西原グリーンハイツのぶらっとサロンがコラボレーションで骨密度チェック会＆学習会を開催しました。

月1回のサロンで骨密度チェック会も併せて行ったところいつもの倍の60名の方が参加。男性も22名が参加され、学習会で食事のバランスの話になるとその中の一人が「料理が得意だから僕に聞いてください」と手を

上げてくれる一幕もありました。なにより団地の方が集まれる場所があり、みんなが交流して笑いあえることが一番の寝たきり予防であることを伝え、皆さん笑顔で応えてくれました。

はじまりは西東京支部の組合員さんがサポーターとして参加しているサロンで測定会を提案したことがきっかけ。サロンの主催者が案内チラシの全戸配布と呼びかけを、

団地のぶらっとサロンで  
骨密度チェック会を  
開催しました

西東京  
支部

西都の組合員さんは骨密度チェックを行いました。コラボで行うことで地域のつながりがよりがさには広がりをみせたのではないかと思います。他の地域でもコラボ企画してみませんか？（看護師 高江洲智穂）



## 組合員のひろば

当時の娘さんの面影とともに心境を俳句に：  
緑陰のベンチに誰の忘れ櫛  
ただ碧き夏空いんこ帰来ず



ゴム版画 幼女

清瀬市貝塚放朗さん

資料館参与で西都理事の儀同政一さんは、日本語りました。

しく学ぶこともなく人権侵害・差別を受けていたことも知らないまま医療に携わってきたのかと思

6月10日(日)東村山市内にあるハンセン病資料館と全生園見学ツアーを行い、子どもを含む47名が参加しました。回復者の平沢保治さんはハンセン病患者として偏見、差別を受けながらも、病と闘い人権を守るために闘ってきた自身の体験を語りました。



資料館参与で西都理事の儀同政一さんは、日本語りました。

## 正しい知識伝え広める ハンセン病資料館と全生園見学ツアー

6月10日(日)東村山市内にあるハンセン病資料館と全生園見学ツアーを行い、子どもを含む47名が参加しました。回復者の平沢保治さんはハンセン病患者として偏見、差別を受けながらも、病と闘い人権を守るために闘ってきた自身の体験を語りました。

のハンセン病の歴史と政策、療養所の将来などについて講演。また全生園内も儀同さんのガイドで散策しました。小学生のお子さんを連れて参加した西都の看護

うと申し訳なく思います。私たちが正しい知識を得て、後世にきちんと伝えることが必要と感じました」と感想を寄せました。他の参加者からも「舌読という言葉を全く知らず衝撃でした。『からだは苦痛を味わうためにある』との言葉に、どれほどお辛かったかと」「社会から抹消されるということはどういうことなのか。恐るべき優生学思想は今も生きている。このような歴史の事実をなかつたことにはできないことを痛感した」「全生園内は以前に参加した時よ

り居住者も減り大変変わってしまった。決して風化させてはいけない」近くに住んでいても機会がないとなかなか足を運べないとの声も多くあり、西都では引き続きこの企画を催していきます。

## 西都9条の会から

米国と北朝鮮の非核化交渉は紆余曲折ありつつも進んでいる。少なくとも緊張状態からは脱していると考えるのが一般的な見方だろう。

そんななか、日本政府は来年度予算の概算要求で防衛費を増額する方針を固めたようだ。社会保障の切り捨てや消費税の引き上げを議論する際には「財政破たん」を持ち出しながら、朝鮮半島の緊張が緩和する中で何故防衛費を増額する必要があるのかの議論が一切されていない。

7月6日にはサリン事件の首謀者を含む7人の死刑を執行したと発表した。23年前の事件を繰り返しテレビ報道させることで、国民の危機意識の喚起を狙っているのではないかと疑いたくなる。

折しも今月25日には西都9条の会の主催で、軍隊を無くしその費用を社会保障と教育に向けた国を描いた「コストリカの奇跡～積極的平和国家のつくり方～」を上映する。冷静に、力強く私たちの目指す国の在り様を考える機会としたい。(龍)

| 支部ごとの組織状況 | 支 部   |     | 6月の加入者 | 組合員総 数 | 6月の出資金    |             | 出資金総 額     |
|-----------|-------|-----|--------|--------|-----------|-------------|------------|
|           |       |     |        |        | 人数        | 額 (円)       |            |
|           | 小 平   | 一 中 | 3      | 630    | 10        | 26,000      | 19,491,000 |
| 二 中       |       | 0   | 322    | 0      | 0         | 6,695,000   |            |
| 三 花       |       | 1   | 489    | 2      | 204,500   | 21,601,000  |            |
| 四 中       |       | 0   | 231    | 2      | 540,000   | 6,625,000   |            |
| 五 中       |       | 0   | 228    | 0      | 0         | 11,002,000  |            |
| 上 水       |       | 1   | 115    | 1      | 5,000     | 3,765,000   |            |
| 大沼天神      |       | 0   | 537    | 3      | 16,000    | 13,140,000  |            |
| 美園萩山      |       | 2   | 850    | 7      | 85,000    | 37,105,000  |            |
| 事 業 所     |       | 10  |        | 96     | 785,000   |             |            |
| 清瀬        |       | 東   | 1      | 2,218  | 71        | 1,908,000   | 85,369,500 |
|           | 西     | 9   | 1,302  | 18     | 227,000   | 50,741,000  |            |
| 東久留米      | 村 山   | 8   | 2,286  | 78     | 1,050,000 | 64,210,000  |            |
|           | 東     | 3   | 645    | 15     | 80,000    | 21,214,500  |            |
|           | 中 央   | 2   | 1,366  | 23     | 199,000   | 24,549,500  |            |
|           | 西     | 4   | 948    | 8      | 160,000   | 26,535,500  |            |
|           | 西 東 京 | 4   | 1,184  | 13     | 80,000    | 16,138,000  |            |
|           | そ の 他 | 0   | 1,187  | 35     | 260,000   | 30,244,000  |            |
|           | 合 計   | 48  | 14,538 | 382    | 5,625,500 | 438,426,000 |            |

### (株)エイトライフ通信

### 熱中症に注意!

吉田訓子●うさぎ薬局 薬剤師

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。

熱中症は、暑い日に室外でかかるものと思っていませんか?

日差しのない室内でも、高温多湿、無風では熱中症の危険性が高まります。クーラーや扇風機を活用し、涼しく風通しの良い室内にしましょう。

また、水分補給が遅れることも熱中症の危険性を高めます。喉が渇いた時では脱水は進んでいます。目覚めの1杯、寝る前の1杯に加え、外出時や入浴の前後もコップ1杯の水分を習慣にしましょう。

万が一、脱水になったら、経口補水液で補給しましょう。

### 経口補水液の作り方

水 1ℓ、塩 3g (小さじ1/2)、砂糖 20～40g、お好みでレモン汁を入れると飲みやすくなります。



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<br>～12:00   | 午後1:30<br>～4:30                        | 夜間5:30<br>～8:00 |
|------|--------------------|----------------------------------------|-----------------|
| 曜日   |                    |                                        |                 |
| 月    | 吉川<br>飯村(訪問)       | 小石<br>飯村・吉川(訪問)                        | 小石<br>松田(2・4)   |
| 火    | 飯村・吉川<br>中田・小石(訪問) | 飯村・吉川<br>中田(訪問)<br>小石(訪問)              |                 |
| 水    | 小石・会沢<br>砂川(訪問)    | 第1・2・4休診<br>小石・飯村(第3・5)<br>砂川(訪問・第2休診) |                 |
| 木    | 小石・伊波<br>飯村(訪問)    | 小石・伊波<br>飯村(訪問)                        |                 |
| 金    | 飯村・吉川<br>原田・小石(訪問) | 飯村・吉川<br>原田・小石(訪問)                     |                 |
| 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7:30～8:30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

| 診療時間 | 午前9:00<br>～12:00              | 午後2:30<br>～4:30             | 夜間5:30<br>～7:00 |
|------|-------------------------------|-----------------------------|-----------------|
| 曜日   |                               |                             |                 |
| 月    | 小野田(内)<br>安達(内)               | 小野田(内)                      |                 |
| 火    | 定(内)<br>木嶋(内1・3)<br>谷口(糖2・4)  | 大沼(内・呼)<br>小野田(訪問・糖・午後)     | 大沼(内・呼)         |
| 水    | 永田(糖)<br>井上(内・呼)<br>小野田(訪問午前) |                             |                 |
| 木    | 松田(内)<br>加藤(内・呼)              | 今村(内・消)                     |                 |
| 金    | 小野田(内)<br>竹中(内・呼)<br>樋口(糖)    | 高橋(内・備)<br>鈴木(糖)<br>小野田(訪問) |                 |
| 土    | 小野田(内1・3)<br>定(内)             |                             |                 |

● 受付時間 午前8:40～／午後2:00～／夜間5:00～

● 禁煙外来、睡眠時無呼吸外来を行っています。

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<br>～11:30                     | 午後2:00<br>～4:30                 | 夜間5:30<br>～7:00 |
|------|--------------------------------------|---------------------------------|-----------------|
| 曜日   |                                      |                                 |                 |
| 月    | 橋爪(内)                                | 橋爪(内)                           | 橋爪(内)           |
| 火    | 内科医<br>健診医                           | 松原(内1・3)<br>高橋(訪問)<br>※2・4・5は休診 |                 |
| 水    | 橋爪(内)                                | 橋爪(内)<br>※第5は休診                 |                 |
| 木    | 伊藤(内)                                | 大道寺(内)<br>松原(訪問)                | 大道寺(内)          |
| 金    | 橋爪(内)                                | 橋爪(内)                           |                 |
| 土    | 橋爪(内1・3・5)<br>中井(内2・4)<br>健診医(1・3・5) |                                 |                 |

● 受付時間は診療開始の20分前からです。

● 禁煙外来、睡眠時無呼吸外来は橋爪医師が担当します。

● 特定・高齢者健診は火・木・土曜に行っております。

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 | 午前9:00<br>～11:30                                  | 午後1:30<br>～4:30                                              | 夜間5:30<br>～8:00 |
|------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------|
| 曜日   |                                                   |                                                              |                 |
| 月    | 中野・相崎・上野・原田<br>[訪問]高橋                             | 中野・原田・上野<br>[訪問]高橋・相崎                                        |                 |
| 火    | 高橋・松田・相崎・原田<br>[訪問]齋藤                             | 松田・原田・相崎<br>12:30～3:30<br>[訪問]齋藤・高橋                          | 中野・松田<br>会沢・上野  |
| 水    | 中野・原田・上野<br>[訪問]高橋                                | 中野・原田・上野(3・5)<br>[訪問]高橋(1・2・4は休診)                            |                 |
| 木    | 原田・上野・齋藤<br>松田(1・3・5)<br>[訪問]中野                   | 12:30～3:30<br>高橋・松田・齋藤<br>[訪問]中野・原田<br>上野(隔週)                | 高橋<br>松田        |
| 金    | 高橋・中野(1・3)<br>会沢(2・4・5)・齋藤(1・3)<br>[訪問]桐原・中野(2・4) | 高橋・会沢(2・4・5)・中野(1・3)<br>齋藤(1・3) [訪問]桐原<br>上野・会沢(1・3)・中野(2・4) |                 |
| 土    | 原田・会沢・高橋・上野<br>(上記各週交互)・相崎(毎週)<br>[訪問]桐原・中野(隔週)   | 原田・会沢・高橋・上野<br>(上記各週交互)・相崎(毎週)<br>[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

介護事業所

生協事務所

協力

● 北多摩訪問看護ステーション ..... tel.042-491-1255 / fax.042-496-7004

● 北多摩クリニックケアプランセンターきずな ..... tel.042-496-7815 / fax.042-496-7816

● 訪問看護ステーション泉 ..... tel.042-346-1661 / fax.042-346-1668

● 訪問看護ステーション泉居宅介護支援事業所 ..... tel.042-348-8534 / fax.042-344-7155

● かるがも訪問看護ステーション ..... tel.042-393-6518 / fax.042-393-6554

● かるがも訪問看護ステーション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虹(清瀬) ..... tel.042-496-7313 / fax.042-496-7314

● ヘルパーステーション虹(東村山) ..... 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.042-496-0302

● 東村山支部 ..... 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

● 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

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<br>～12:00       | 午後2:00<br>～4:30     | 夜間6:00<br>～7:30 |
|------|------------------------|---------------------|-----------------|
| 曜日   |                        |                     |                 |
| 月    | 坂本(内)<br>小田(内)         | 鈴木(神経内科)<br>坂本(内)   |                 |
| 火    | 坂本(内)                  |                     |                 |
| 水    | 三谷(糖)<br>坂本(内)         | 坂本(内)<br>吉田(内科・循環器) | 吉田(内科・循環器)      |
| 木    | 坂本(内)                  | 松井(内)               |                 |
| 金    | 坂本(内)<br>上月(内)         | 古谷(内・呼)<br>上月(内)    |                 |
| 土    | 内科医(2・4)<br>松井(内1・3・5) |                     |                 |

● 受付時間 午前8:40～／午後1:30～／夜間5:30～

● 定期往診、各種健診・特定健診を行っています。

● エコー検査を行っています。

● 訪問診療新規受付中! 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<br>～12:00 | 午後4:00<br>～6:00 | 訪問診療         |
|------|------------------|-----------------|--------------|
| 曜日   |                  |                 |              |
| 月    | 保坂(内)            | 保坂(内)           | 保坂           |
| 火    | 保坂(内)            |                 | 保坂<br>歯科訪問診療 |
| 水    | 保坂(内)            |                 | 保坂           |
| 木    | 保坂(内)            | 保坂(内)           | 保坂<br>歯科訪問診療 |
| 金    | 保坂(内)            |                 | 保坂<br>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。

● 禁煙外来、エコー検査を行っています。

● 特定健診は予約制です。

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<br>～12:00             | 午後2:00<br>～4:30     | 夜間5:30<br>～7:30        |
|------|------------------------------|---------------------|------------------------|
| 曜日   |                              |                     |                        |
| 月    | 内科医                          |                     |                        |
| 火    | 大亀(内)<br>森岡(整)               | 大亀(内)               | 大亀(内)                  |
| 水    | 内科医<br>内視鏡検査                 | 桑木(循1・2・4)<br>内視鏡検査 |                        |
| 木    | 大道寺(内)<br>阿部(健内・予約のみ)        | 阿部(内)               |                        |
| 金    | 大亀(内)<br>伊藤(内・予約のみ)<br>内視鏡検査 | 伊藤(内)<br>森岡(整)      | 大亀(内)<br>(16:30～19:00) |
| 土    | 伊藤(内)<br>(受付は11:30まで)        |                     |                        |

● 各種健診、人間ドック、健康づくり健診実施中(予約制)

● 健康相談、栄養相談をお受けしています。

● 受付時間は診療開始の30分前からです。

● 訪問診療を行っています(月・水・木・金)