

2021年10月 診療のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前 8:30 } 12:00	菊池 (所長)	石津 健診 浅井	菊池 (所長) 胃カメラ 平山	大久保	菊池 (所長) 胃カメラ 堀江	輪番 第2土曜日は 休診
午後 2:30 } 4:00	通所リハビリ 午後休診	通所リハビリ 石津	通所リハビリ 菊池 (所長) 往診 平山	通所リハビリ 大久保	通所リハビリ 堀江	午後休診
夜間 6:00 } 7:30	夜間休診	夜間休診	菊池 (所長)	大久保	夜間休診	夜間休診

- 日曜日・祝祭日・第2土曜日は休診となります。
- ◆胃カメラ…水・金曜日 ◆相談外来…金曜日
- ◆CT…10月26日(火) ◆栄養相談…水曜日午前
- ◆禁煙外来……金曜日 第3土曜日
- ※いずれも休診日と重なった場合は、おこなわれません。

ご来院の予約は

048-752-6143

午前8:00～お電話をお受けいたします。
※お電話のおかけ間違いにご注意ください。

連絡便のご案内

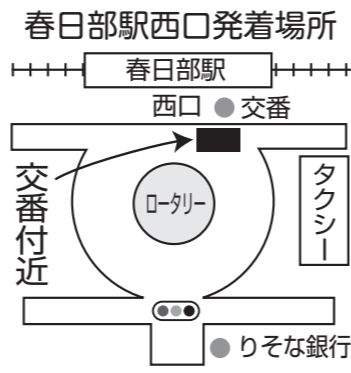
診療所 ↔ 春日部駅西口
(交番付近)

連絡便をおこなっています。

※土・日・祝日以外毎日運行しております。
ご利用ください。

時刻表

診療所発	春日部駅西口発 (交番付近)
10:20	10:30
10:50	11:00
11:20	11:30
11:50	12:00
12:10	



診療所日誌

10月のスケジュール

12(火) ●事業所利用委員会

25(月) ●社保委員長会議

26(火) ●保健委員長会議

※緊急事態宣言が発令・延長した場合は、お休みです。

にじのはこから!!

2021年8月は虹の箱への投書がありませんでした。



事業所利用委員会では、皆様からのご提案のもとに、皆様の役に立つ診療所を目指して真摯に話し合いを重ねています。皆様のご意見・ご提案をお待ちしております。

事業所利用委員会担当 看護長 土生(はぶ)みき子

R270 古紙配合率70%再生紙を使用しています。

VEGETABLE OIL INK 印刷には人と環境にやさしい植物油インキを使用しています。

かすかべ生協 第285号 発行 医療生協さいたま かすかべ生協診療所 利用委員会
〒344-0065 春日部市谷原2-4-12 TEL048-752-6143
FAX048-752-6173

診療所だより

10
月号

ご意見をお聞かせ下さい にじのはこ e-mail: kasukabe@mcp-saitama.or.jp

ホームページ <http://www.kasukabe-sin.net/>

医療生協さいたまの組合員に加入して 無差別平等の医療を

いつも医療生協さいたま かすかべ生協診療所をご利用頂きありがとうございます。

突然ですが医療生協さいたまの“生協”という言葉をご存知でしょうか？

生協とは『生活協同組合』の略です。一人ひとりが出資金を出し合い組合員となり、みんなで運営・利用する組織です。医療生協さいたまも生活協同組合のひとつになります。

皆さまから、お預かりしている出資金を元手に医療・介護リハビリ機器の購入、事業所の設備修繕や建物建設などに活かされています。医療生協さいたま生活協同組合の病院、診療所では無差別平等の医療を実現するため病院、診療所では無料低額診療に取り組み、差額ベッド代を取らない入院を貫いています。

また、組合員は事業所の利用とともに、自主的に班やグループをつくり、健康づくりや助け合いの活動をおこなっています。(地域の組合員活動情報は薬局前にあります。)

ぜひ、医療生協の組合員に加入にして無差別平等の医療の実現、地域での健康づくりを一緒に取り組みませんか？

※なお出資金は寄付ではございません。減資や脱退の際は定款に従い全額お返し致します。



春日部市国保特定健診・後期高齢者健診

2021年10月31日までです。

自治体人間ドック (久喜市・幸手市・宮代町・杉戸町・蓮田市・白岡市・越谷市など)

予約受付中です。病気の予防・早期発見、健康づくりのために
診療所で健康診断を受けましょう!

健康診断のご予約・ご相談は、かすかべ生協診療所まで。TEL048-760-6100
健診予約時間 8:30～16:30(月～金)

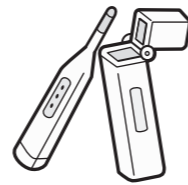


お願い 受診・診療所利用の際は、ご自宅で検温を



お願いします。

また、体調が悪い場合や発熱等の風邪症状がある場合は、事前にご連絡下さい。



健康トピックス

インフルエンザについて



今年もインフルエンザの流行の季節が近づいてきました。新型コロナウイルス感染症流行のせいか、昨年度はインフルエンザの流行はありませんでした。今年度はどうなるか分かりませんが、罹る前の対応としてインフルエンザワクチンは接種しておくことをお勧めします。

- インフルエンザはウイルスの感染を受けてから1～3日間ほどの潜伏期間の後に、発熱(通常38℃以上の高熱)、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛・関節痛などが突然現われ、その後、咳、鼻汁などの上気道炎症状がでます。通常、抗インフルエンザウイルス薬を使用しなくても、およそ1週間以内に自然に治癒します。必ずしも治療薬は必要ではありません。
- インフルエンザを予防する手立ての一つにインフルエンザワクチンがあります。インフルエンザワクチンを接種すればインフルエンザに必ずかからない訳ではありません。マスクをする、人ごみを避ける、手洗いをする、適切な湿度(50～60%)を保つ、バランスのとれた栄養摂取などを心掛けインフルエンザを予防しましょう。
- 抗インフルエンザウイルス薬ですぐに熱が下がった場合も、ウイルスの排出はしばらく続きます。学校保健安全法では、出席停止期間を次のように定めています。



発症当日を0日として、発症翌日から5日間を経過し、かつ解熱した日を0日として解熱翌日から2日間経過するまでは、登校できません。

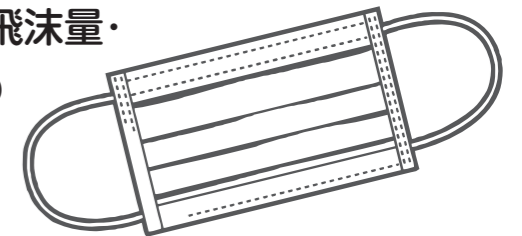
幼児(保育園・幼稚園)は、発症当日を0日として、発症翌日から5日間、かつ解熱した日を0日として解熱翌日から3日経過するまで登園できません。

		発症後、最低5日間は登校不可									
		発症当日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目		
例1 発症2日目に解熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後5日以内登校不可	登校可能	登校可能			
	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日以内登校不可	登校可能			

成人の方は、就業について上記を参考に勤務先にご相談ください。

受診の際は、布マスクではなく不織布マスクの着用をお願いします。

布・ウレタンマスクより不織布マスクの方が吸い込み飛沫量・吐き出し飛沫量共に減少します。春日部市でも変異株のコロナ感染が報告されています。安心して過ごせる明日を取り戻すために、できることを実践しましょう。



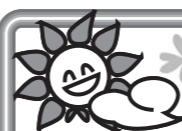
通所リハビリ通信



午後の一コマです。牛乳パックジェンガに取り組みました。牛乳パックを細く切りそれを重ねていただけなのですが、倒れないようにバランスを取りながら重ねる作業は頭を使うことと指先のリハビリ運動にもなります。中には一人で30段も重ねた方もいらっしゃいます。

身近にあるものも工夫次第でリハビリの道具になります。皆様も良かったらお試しください。また、通所リハビリにご興味のある方はお気軽にお問い合わせ下さい。

通所リハビリ直通電話
048-752-6130

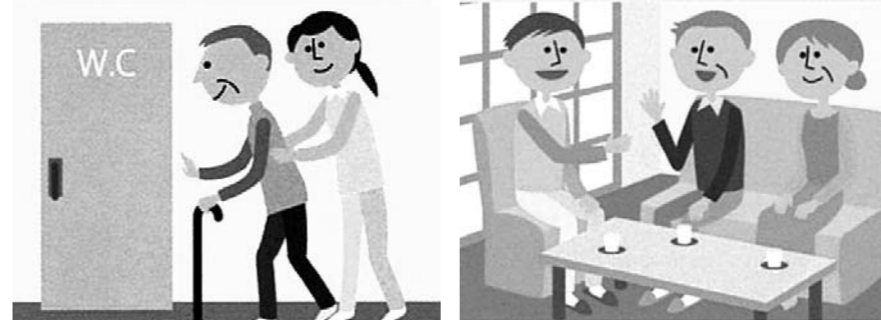


ひだまり通信



誰もがいつまでも健康で居心地よく暮らせるように願っています。そのために私たちは10の基本ケアを学び自立支援の介護に取り組んでいます。

例えばトイレに行って排泄ができる、座って食事をとることができるように介護の仕方や環境の見直しを行っています。自分でできることが増えるような支援を心がけています。寝たきりにさせないその人らしい生活を取り戻せるように今後も技術、知識を高めて寄り添う介護を目指して行きたいと思っています。



ヘルパーステーション：石川

お問い合わせ先

医療生協ケアセンターひだまり

電話 048-760-2630
FAX 048-760-2631