

# 東信医療生活協同組合 機関紙



〔事業所〕  
 上田生協診療所  
 川西生協診療所  
 さかき生協診療所  
 上田生協訪問看護ステーション  
 ヘルパーステーション“にじ”  
 居宅介護支援事業所  
 元気倶楽部まゆ(デイサービス)  
 老人保健施設「なないろ」  
 デイケア絹の里

組合員現勢 (2020年6月25日現在)  
 ■組合員 15,914人  
 ■出資金 540,409千円  
 加入時1口1,000円 何口でも可  
 ■一人平均 33,958円

発行 / 東信医療生活協同組合 〒386-0042 上田市上塩尻393-1 TEL 0268-28-1085 FAX 0268-28-6085  
 http://www.toshin-iryuu.com E-mail sosiki@dolphin.ocn.ne.jp  
 組合員活動部 TEL 0268-23-8001 FAX 0268-23-8095

## 第37回 通常総代会開催 経営責任が総括され 経営改善への方針を決定



東信医療生協共同組合第37回通常総代会は、6月20日(土)城南公民館で開催されました。今年度は新型コロナウイルスの影響で、会場の収容人数と時間の制限がある中でしたが、活発な議論が繰り広げられました。

午後1時現在で総代155名のうち、本人出席36名、書面議決書100名、委任状19名計155名で総代会が成立しました。

西澤理事長は「昨年の総代会で経営再建に向けた三カ年計画を承認いただいたが、計画を変更せざるを得なかった。この場をお借りして謝罪したい。周りの皆様のご協力と、特に職員には冬の一時金カットなど身を切る協力をしてもらっている」と謝罪と感謝の言葉を述べました。

来賓として長野県民主医療機関連合会事務局長岩須靖弘様が参加されました。

### ■ 岩須事務局長あいさつ概要 ■

- 民医連は貧困と超高齢化社会に立ち向かう地域医療を今後も担っていききたい。
- 経営再建を成功させるカギは2つ、①年度予算にこだわり、必ず達成させること。未達成は経営破綻につながる。達成すれば先に明かりが見える。②新しく選出される理事会と役員が団結し、医療生協らしさを深化させていく。地域の人々の拠り所としての事業の再建をしていくことが、地域の信頼を得ることにつながる。医療生協は県民の財産でもある。困難を連帯の力で乗り越えていきたい。

メッセージは信州うえた農業協同組合様、敬老園様をはじめ35団体よりいただきました。「新型コロナウイルスという見えない敵との闘いにおいて命を守る最前線に従事されておられる皆様へ深い感謝」「地域の医療・介護・福祉の発展のため多大なる尽力をされていることに敬意」など東信医療生協の活動を評価し、期待する声がたくさん寄せられました。

議事に入り藤沢専務理事より第一号議案から第五号議案が一括して提案され、付属してこの間の経過を細かく分析した「中間総括」が提起されました。続いて東城監事より監査報告が行なわれました。

採決の結果、第一号議案から第五号議案は、賛成多数で承認されました。

### ▼ 退任理事紹介

笠原恵津子 片桐祐雄 小岩井宏機 後藤キミ  
 村山頭 大池啓子 甲田隆 齊藤茂彦 丸橋留美子

### ▼ 新理事紹介

上原美代子(青木) 塚田宏(坂城南)  
 中澤美紀(上田生協診療所) 深町一郎(北部)  
 松澤伸洋(上田生協診療所) 渡辺康幸(塩尻)

### 検討をはじめた 無料低額診療制とは…

生計困難な方が経済的理由で必要な医療を受ける機会を制限されることがないよう、無料または低額な料金で診療を行う事業として社会福祉法に位置づけられた。  
 厚生労働省は「低所得者」「要保護者」「ホームレス」などの生計困難者が対象と説明。一時的措置。薬局はまだ対象外。

〈主な発言〉

◆方針・中間総括に賛成の意見◆

- 経営悪化の明確化、今後の改善に向けた意気込みがあり、責任も明らかになりすっきりした。
- 最後まで病棟で診てもらえたと生協への感謝をもらった。大事な病棟を閉め、献身的な職員の処遇を改めなければ経営改善する事が出来ない現状を知り、つらいが頑張ろうと思った。無料低額診療など光も感じる。
- 診療所の収益増になるような具体的な提起をし、一般組合員まで伝えていく必要がある。
- 民医連への敬意と感謝を伝えなければいけない。経営改善に向けて、1人1人が全力で行う覚悟も求められる。

◆共感を呼んだ職員の見解◆

- 自分たちが行いたい医療看護をするには、経営の視点が必要なることを学んだ。予算達成のために、毎週ミーティングを行い検討をすすめている。病棟のお別れ会を実施し、差額ベッドの無い診療所の病棟に向けて沢山の感謝の手紙等もらった。真つ暗な病棟を歩くとき、手放した物の大きさを感じる。
- 訪問看護では、法人外との連携を図り、病棟がなくても安心して生活できるように努力をしている。利用者120名、幅広い年齢の方に1人1人に合わせて医療を提供している。

◆第3号議案（役員選任の件）に修正の意見◆

- 責任を取り方が明らかになっていない。
- 理事選考基準や任期を明らかにする必要がある。

退任のあいさつ



前理事長 西澤 弘行

経営改善について、みなさんに多大なご迷惑をかけたにもかかわらず、それに倍して東信医療生協の存続、発展を目指すご支援ご協力を頂いており、理事長の職を退くに当たりお詫びを申し上げますと共に、ご支援に感謝申し上げます。ここで得た経験を大事にして、今後も東信医療生協の存続発展のため一理事として頑張る所存です。在任中のご支援有り難うございました。

新理事長の決意 — 総代会を振り返って —

東信医療生活協同組合 理事長 中村 和幸



第37回総代会では、2019年度総括と2020年度方針に反対する参加総代はおらず中間総括にも支持をいただきました。この意味するものは、理事会が東信医療生協の再建に向けて一刻も早く方針を具体化してほしいという願いであると思います。

中間総括のまとめの一つ目に、代表理事の責任の重さが指摘されています。様々なご提案やご批判を真摯に受け止めていかなければならないと、肝に銘じて取り組んでいきたいと思っております。二つ目の指摘に、民主的な管理運営が出来なかったために、組織的な団結が守れなかったことがあります。東信医療生協を再建するという1点で様々な方々と共同していきたいです。三つ目に、理事会の改革が要請されています。現在専務理事の提案は、経営状況をリアルに伝え、課題をわかりやすく指摘しています。これを基に大いに議論し、機敏でしつかりした方針が提起できるような理事会にしたいと思います。

東信医療生協の経営改善にご協力を！

経営改善に向けた予算の3つの特徴

- 1 「全職員の経営」という、本来の医療生協の方針をめざした予算になりました。この予算案を達成することが、再建への確かな道です。
- 2 職員の多大な負担の上で、できあがった予算です。本来東信医療生協はその理念からして、職員にとっても、働きやすい職場でなくてはなりません。それが、基本給5%カット、人員削減など真逆の提案をしなければ、再建はきびしいという現状です。同時に予算が達成できれば先に光が見える確かな根拠も示されています。予算達成で苦境を乗り越えましょう。
- 3 必要利益にもとづく科学的な収益の目標が年間2800万円と明確になりました。具体的には東信医療生協の医療・介護の利用者を増やし、収益を増やすことです。そのためには16000人近くの組合員さんの力がどうしても必要です。組合員のみならず、東信医療生協の事業所を利用してください。利用できそうな方を紹介してください。多くの方に利用してもらえるようにご意見をお寄せください。みなさんがそれぞれできることで力を貸していただければ、職員の負担が軽くなり、再建への道が加速されます。

# 通所リハビリテーションの魅力紹介

## シリーズ「東信医療生協の介護」③

通所リハビリテーションは、一般的には「デイケア」とも呼ばれます。診療所や老健などの医療系機関に併設され、介護保険の要介護もしくは要支援の方が、送迎つきでリハビリや入浴などができる施設です。

同じ通所系サービスには「通所介護（デイサービス）」があります。それぞれに良さがありますが、デイケアはリハビリ的な要素が多く、理学療法士や作業療法士等のリハビリ専門職や医師の配置が必須となっています。

もし、デイケアかデイサービスか選択に迷ったら、まずはデイケアを利用し、デイサービスでの機能訓練で対応できるまで回復したあとに、「元気倶楽部まゆ」のようなデイサービスに切り替えていくのもひとつの方法としておすすめしています。

東信医療生協には、上田生協診療所と川西生協診療所の2カ所にデイケアがあります。

### 上田生協診療所

#### 「デイケア絹の里」

上田生協診療所併設の「デイケア絹の里」の特徴のひとつに、「豊富な運動量」があります。

リハビリ専門職との個別リハビリだけでなく、フロアスタッフが行う集団体操と立ち上がり運動が午前と午後のそれぞれに設けられています。「歩く」という運動はもちろん大切ですが、実は「立ち上がる」という動作は歩く以上に足の筋肉を使います。その立ち上がり運動を「絹の里」では、1日に4〜

### 川西生協診療所

#### 通所リハビリテーション

上田市仁古田の川西生協診療所の別棟に川西生協診療所のデイケアがあります。周りを自然に囲まれ、折々の季節を感じながら過ごすことができます。

デイケアでは、日々の生活の充実に努めるとともに、「ひとりひとりにあわせて計画した個別リハビリ」と「集団体操」に力を注いでいます。川西生協診療所では、リハビリスタッフがデイケアと訪問リハビリの両方に対応して

5回実施し、その中で利用者様ごとに可能な回数にチャレンジしていただいています。

また、このような運動の他にも、レクリエーションや脳トレ、自主運動の指導、制作活動、ときに、必要な方には作業療法士による調理訓練など、利用される方に応じて様々な活動を行っています。そう

いるため、スムーズな連携ができることが大きな魅力です。訪問リハビリからデイケアへ、またその逆といったサービスに切り替える際にも、「同じスタッフだから安心」と利用者様やご家族からお言葉をいただいています。

集団体操では、とくに「立ち上がり体操」に力を入れています。普段の生活の中で何気なく行っている動作ですが、足の力



川西生協診療所デイケア



集団体操の様子

### デイケア絹の里

した活動に参加する中で、「まだできる」と自信につながった方、「家族が喜んでくれた」と嬉しそうに報告してくれた方、そして、「仲間ができた」「来るのが生きがい」とお話ししてくれた方が何人もいらっしゃいました。

お問い合わせはお気軽に。そして、ぜひ一度、見学・体験にいらしてください。

(担当◆主任 佐藤)

電話 0268・71・7105)

(担当◆主任 飯島)

電話 0268・31・1411)

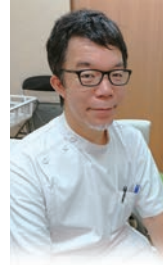
# 在籍医師 プロフィール紹介

東信医療生協の在籍医師の紹介をしてほしいという要望がたくさん寄せられました。とくに医師の専門分野を聞きたいという声がありました。上田生協診療所松澤所長は「総合診療科(内科、外科、小児科等の従来の専門のわくにとらわれずに診ていくこと)が東信医療生協に求められています」とあいさつで述べています。さかき診療所矢部所長も「最初に、医療の相談を受け診療をする医師をめざしてきた」と編集長のインタビューで語っています。東信医療生協が医師の専門分野をどうとらえているか、どういう医療をめざしているかが、お二人の所長の言葉でよくわかります。それを踏まえながら、頼れる医師の皆様のプロフィールをシリーズで紹介いたします。

上田生協診療所所長

## 松澤 伸洋

のぶひろ



\*出身 埴科郡坂城町  
\*専門分野

内科 総合診療科 呼吸器科 総合診療科認定医 内科新専門医 内科学会 プライマリケア連合学会 呼吸器学会 肺癌学会

\*経歴

1993年 健和会病院就職  
1995年～2004年 長野中央病院  
2005年～2007年 上田生協診療所  
2007年～2009年 健和会病院  
2009年～2020年 さかき生協診療所所長

\*患者様へのメッセージ

「医療は共同の営みです。肩の力を抜いて楽にしてください」

\*座右の銘

「僕の前に道は無い、僕の後に道はできる」

\*趣味 飛行機の研究

川西生協診療所所長

## 吉野 友康

\*出身 富山県高岡市



\*専門分野

外科(消化器) 外科学会認定医 医学博士  
日本 外科学会 日本消化器外科学会

\*経歴

1994年富山大学卒業以後、約20年 外科医として病院勤務

\*患者様へのメッセージ

「手足の切り傷やイボの切除の治療は診療所でも可能ですのでご相談ください」

\*趣味 スポーツ観戦

さかき生協診療所所長

## 矢部 潔



\*出身 佐久市

\*専門分野

乳腺外科 日医産業医 マンモグラフィ・乳腺超音波読影認定医 日本外科学会 日本乳腺学会 日本乳腺甲状腺超音波医学会

\*経歴

1987年～1998年 長野県民医連所属  
2000年～2019年 北海道立庶野診療所  
1998年～2000年 北海道立庶野診療所  
2019年～2020年 群馬黒澤病院

\*患者様へのメッセージ

「微力ながら努力いたします」

\*趣味 畑仕事

### 非常勤医師の紹介

## 渡辺 昭夫



\*出身 東御市  
\*専門分野 内科糖尿病

\*経歴

東京の立川相互病院で研修 むさし小金井診療所 府中診療所にて所長として勤務

1990年代に東信医療生協に移籍 川西生協診療所所長 現在、パート医として上田生協診療所 川西生協診療所勤務

\*患者様へのメッセージ

「健康に気をつけ、できるだけ長く地域医療にかかわっていたいと思っています」

## 小林 寛子



\*出身 長野県旧真田町

\*専門分野 消化器全般 内視鏡

\*経歴

日本内科学会認定内科医 日本消化器内視鏡学会専門医 日本消化器病学会専門医 日本抗加齢医学会専門医 臨床研修指導医講習会終了 2007年埼玉医科大学卒業

\*患者様へのメッセージ

「少しでも安心して受けていただける医療を心がけております。胃カメラをはじめとして、内視鏡検査に少しでも不安がある方はまずご相談下さい」

# 東信医療生協の

## 大島 朋光 ともみつ



\*出身 長野市松代

\*専門分野

内科循環器 日本心臓血管内視鏡学会所属

\*経歴

1966年4月 横浜国立大学経済学部入学

1972年4月 千葉大学医学部入学

1978年4月 千葉県勤労者医療協会入職  
千葉健生病院勤務

1983年7月 北部診療所 船橋二和病院南浜

診療所 市川市民診療所 まくほり診療所勤務

\*座右の銘 「生を変え 世界を変えるためにたたかい生きるのもっと美しいのだ」

\*その他 大島博光記念館(長野市松代)館長

## 大田 哲夫



\*出身 東京生まれ東京育ち

「あまりそう思われない事の方が多いようです。あと何年したら信州で過ごす時間の方が長くなるかしらと楽しみにしております」

\*専門分野 リハビリと糖尿病

\*患者様へのメッセージ

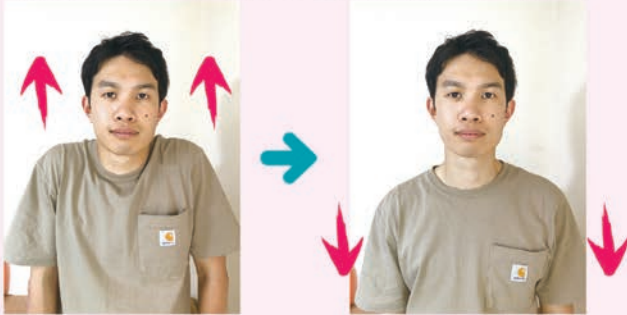
「人は自分自身を含め一人では何一つ完結せず、いつも感謝の毎日です。若月先生にお会いし、そこで働きたいとの気持ちから始まった信州佐久・鹿教湯での生活や仕事です。中野先生(長野中央病院)から学んだこと、山本先生(長野中央病院名誉院長)が導いてくださった上田生協診療所。患者様とのこれまでの出逢いとタイミングに感謝しつつ、少しでも自分がお役に立てれば幸いです。週一水曜日だけです、これからもよろしくお願ひします」

## 疲労を予防する運動の紹介

リハビリテーション科長 深町 雅子

庭先や、畑の草が気になる時期になってきました。畑仕事は、「もう少し」、「もうちょっと」といつのまにか長時間の作業になりがちなもの。そうすると疲労が蓄積し、腰痛や肩こりといった症状につながります。そのようなときの疲労を予防する運動を紹介します。

① 20～30分ごとに、腰を伸ばし、肩をすくめて、ストンと力を抜きましょう。



② 両腕の力を抜いたまま、首を左に倒し、首筋を伸ばします。



③ 手首を伸ばしましょう。



④ 手のひらの中の、小さな筋肉をほぐしましょう。

親指の下、小指の下の  
まるみがある部分をもみほぐす



長時間、同じ姿勢をとらないことが大切です。また、しゃがみ込むのではなく、お風呂場などで使うようなイスに座ることで作業が楽になります。疲労をためず、涼しい時間を選んで行いましょう。

## 7・8月

# ふれあいサロンにじ企画

※ 事前申し込みは不要です ※

うたごえひろば、おしゃべり食事会、折り紙教室、吹き矢、生協コカリナの企画はコロナウイルス状況から延期になっています。参加を希望する場合は、組合員活動部に電話で確認してください。

場所は、すべて「組合員ルーム」です

### ☆体操教室「スクエアステップ」

8月20日(木) 10:00～ 第2木曜日が定例です。

\* 動きやすい服装で、楽しく脳トレ+体操です。

### ☆健康マージャン 毎週水曜日 9:00～

7月15日(木)は機関紙配布日のため休み

### ☆囲碁教室 毎週火曜日 13:00～

7月14日(木)は機関紙シール貼りのため休み

\* 初心者も楽しめる教室です。

### ☆せいきょうシネマ

7月16日(木) 13:30～「あん」

8月20日(木) 13:30～「白い町 ヒロシマ」

## コロナウイルス感染拡大防止対策をとって ふれあいサロンにじ企画がスタート



感染対策をして、活動を再開した健康マージャン

## 組合員のみなさまへ

- 住所や氏名を変更された時や、お亡くなりになった方がおられた場合は、組合員活動部 (☎ 0268-23-8001) へご連絡ください。
- 出資金の増資は1口千円、何口でも構いません。いつでも受け付けています。
- 「千曲川のにじ」に掲載された記事についての感想や取り上げてほしい記事の提案、および掲載希望の俳句、川柳、詩などを下記までお送りください。

〒386-0042 上田市上塩尻393-1 機関紙編集委員会  
(東信医療生協組合員活動部内ポスト)

## 組合員ルームを使用する皆様へ

### 入室前の確認事項

- 手洗い (又はアルコールによる手指消毒)
- 検温・体温チェック
- マスクの着用

### 共有物の管理

複数の方が触れるようなものについて、使用後は以下のいずれかを行ってください。

#### ▶ 布製のもの

- 洗剤による洗濯
- 洗濯できないものについては使用を控える

#### ▶ 布以外のもの

- 台所洗剤等の界面活性剤を用いた流水による洗浄、又はアルコール消毒液か次亜塩素酸ナトリウムによる清拭、又は次亜塩素酸ナトリウムの浸漬

上田生協診療所 医療安全・感染対策委員会

## 特定健診も東信医療生協で ただ今、事前予約受付中

生活習慣病は、一人一人が、バランスの取れた食生活、適度な運動習慣を身に付けることにより予防可能です。そのためにはご自身の健康状態を毎年確認し、健康づくりにつなげていくことが重要です。「生活習慣の改善が必要」と結果が出た場合は、ご相談ください。

### \* 対象の方と窓口負担額

- ① 国民保険加入者 40～74歳 無料  
30～39歳 千円
- ② 後期高齢者 無料
- ③ 一定の障がいのある方 無料 (65歳以上)
- ④ 社会保険の扶養者 一部負担金あり

### \* 事前予約が必要

\* 市町村から郵送された受診券をお持ちください。外来診療で健診が受けられます。班会のメンバーやお友だちと受けましょう。

● 期間 6月～2021年1月	● 事前予約が必要です。 ⇒電話または窓口で予約をお取りください。
● 対象の方と窓口負担額	● 当日は必ず受診券をお持ちください。 ⇒事前に市町村等から郵送されます。
① 国民保険加入者 40～74歳 無料 30～39歳 千円	● 当日の予約状況によっては、 お待たせする場合があります。
② 後期高齢者 無料	
③ 一定の障がいのある方 無料(65歳以上)	
④ 社会保険の扶養者 一部負担金あり	

## 21期 健康づくり塾の受講生募集

医療生協の健康づくりについて学びましょう。

第1講座	7月28日(火)	第2講座	8月4日(火)
第3講座	8月25日(火)	第4講座	9月8日(火)
第5講座	9月29日(火)		

時間 13:30～15:30 受講料 500円

短歌



科野 夏希 (東御市)

初物のホタルイカひとつ試食して  
新型ウイルス終息願う

「お野菜が安くて助かるわ」と  
客の声きき励む青果の仕事

(バイト)

ウイルス禍「警備の仕事減った」  
とて息子のメール4月1日

(エイプリルフール)

行列に並んで買ひし志まん焼  
包みの新聞マイバースデイ

そのマスクどこで手に入れたか  
知りたい市長挨拶広報写真



平和な山村 ▲  
かめ ▶  
宮沢 由 昇  
(川辺2)



「石を見て、イメージが湧いてきたら  
色をぬって作品に仕上げます。」(宮沢さん談)

第 82 回

さわやかパズル

クロスワードを解いて二重枠に入る文字  
を並び替えると一つの言葉になります。  
その言葉が答えです。  
② ヒント  
子どもは楽しみにしています

タテのカギ

① 昆虫。クマ、アブラ、ヒゲラシ、ツク  
ツクボウシなど。

② 頭にかぶる装身具。「麦わら○○○○」。

③ 川、海、湖などの波打ちぎわ。

④ 夏季に蚊や小虫を防ぐための麻や木  
綿製のとばり。最近ほとんど用い  
られない。

⑤ 岩手県の三陸海岸にある港湾、製鉄  
都市。「○○○○鉱山」。

⑥ とつぴなこと。「○○○○な服装」。

⑦ 汗腺から排出される分泌液。「○○を  
かく」。

⑧ 学校教育で自然界の事を学ぶ教科。  
「○○系」 ↓ 文科系

⑨ 夏を代表する生果。「○○○割り」、  
「種なし○○○」。

⑩ 古いみやこ。昔のみやこ。「○○の趣」。

ヨコのカギ

① 背の中央。背面。「○○○合わせ」

② 故郷に帰ること。「○○○○ラッシュ」。

③ 今日の次の日。みょうにち。「日本の  
○○を担う」。

④ 南を向いた時、西にあたる方。「○○  
へ倣(なら)え」。

⑤ 居酒屋。バー。「大衆○○○」。

①	③			⑦	⑨
⑪			⑥		
	⑫	⑤			
②		⑬		⑧	
⑭	④			⑮	⑩
⑯					

- ⑬ 祭祀。祭礼。「夏○○○○」「桜○○○○」。
- ⑭ 夏、かがり火をたいて鮎(あゆ)などを  
寄せ鵜(う)を使ってとる漁。岐阜  
県の長良川のは有名。
- ⑮ 前世。既に過ぎ去った時。「○○、現  
在、未来」。
- ⑯ カメラを用いて物体の像を印画する。  
「○○○○機」。

★ 答えはハガキで。  
正解者の中から抽選で5名のみなご  
んに図書券を贈呈します。住所、氏名、  
答え、よろしければ感想、医療生協への  
ご意見などを添えて、左記へお送りくだ  
さい。なお、パズル当選者氏名発表は、  
発送をもってかえさせていただきます。  
〒386-0042  
上田市上塩尻393-1  
東信医療生協「さわやかパズル」係  
★ 締切は、8月17日(月)。  
※ 前回の答えは、  
「シンリヨク(新緑)」でした。

集記 編集後

(読者の声)  
新型コロナウイルスの感染に関  
わって、医療現場に対する感謝の言  
葉がたくさん寄せられました。

- 新型コロナウイルスの流行により医療  
の方々、支えているすべての方々に感謝い  
たします。(上田市)
- コロナウイルスの影響で落ち着かない  
毎日ですが、私は孫の子守りで忙しい毎日  
です。医療現場はさらに大変だと思いますが、  
皆さんも充分気をつけてください。(上田  
市)
- 医療関係の皆様のご苦労、本当に心より  
感謝いたします。普段何も無い時は感じな  
かった事が、今この歳になって改めて本当  
に医療の有り難さを再認識致しました。  
(上田市)

経営についてのご意見もありました。  
● 2020年の総代会の方針の中で、「無  
料低額診療」がありますが、ぜひ実現をお  
願います。以前お願いしたところ「相談  
員」がいなかったのでできないとの事でした。  
医療ソーシャルワーカー(医療機関などに  
おける福祉の専門職で、病気になった患者  
や家族を社会福祉の立場からサポートす  
る人のこと)編集長註)の確保はぜひ実現  
していただきたいです。お金がなくても安  
心して受診できることは民医連医療の大  
切な柱だと思います。(青木村)

● さかき生協診療所に行くとき皆さん優し  
い方ばかりで穏やかな気持ちになります。  
(坂城町)

記事の内容についてのご意見もいた  
だきました。

● 「千曲川のにじ」を読んだ後は、スッキ  
リ。パズルが解けた時は二倍スッキリ。嬉  
しい時間です。(上田市)

(編集長 中村和幸)  
■ 次号発行は、9月9日(水)の予定です。

# 生協診療所 診療担当表

2020年7月～

\*予約制です。来院していただく時間をご案内しています、当日の場合もお電話ください。  
\*都合により医師が変更になる場合がございます。ご了承ください。

□上田生協診療所 ☎ 23-0199 ☎ 23-0449 健診  0800-800-1599 (10:00～17:00)

	内容	月	火	水	木	金	土
午前 8:50～12:00 (受付 11:30 まで)	ドック・健診	矢部	竹田	大田	松澤	吉野	第2 矢部 (8月～)
	胃カメラ	林 (9月まで)	吉野	松本協立支援医師	小林	吉野 (9:45～)	第2 矢部 (10:00～8月～)
	一般外来	矢部 (10:00～)	渡辺	大田 (10:30～)	矢部	池田	第1 渡辺 中山
		松澤 (1週休診)	弾塚	矢部 (1,3週)	松澤 (10:00～)	矢部 (1,3,5週)	第2 大島
			竹田	松澤 (2,4,5週)		松澤 (2,4週)	第3 松澤 吉澤 第4 松澤 大島 第5 矢部
乳腺外来				成田			
午後 14:00～16:40 (受付 16:30 まで)	一般外来	松澤 (1,2,4週)	渡辺	大田	小林 (3週休診)	吉野 (1,3,5週)	休診
		大島 (3,5週)	竹田			近藤 (2,4週)	
乳腺外来			矢部	矢部			
夜間 16:40～18:30 (受付 18:00 まで)	一般外来			松澤 (2,4,5週)		吉野 (1,3週)	
						松澤 (2,4週)	

□川西生協診療所 ☎ 31-1411 ☎ 31-1416 有線 2166

	内容	月	火	水	木	金	土
午前 8:50～12:00 (受付 11:30 まで)	一般外来	吉野	休診	吉野	吉野	渡辺	休診
午後 14:00～16:40 (受付 16:30 まで)	一般外来	休診	休診	休診	休診	渡辺	

□さかき生協診療所 ☎ 82-0101 ☎ 82-0102

	内容	月	火	水	木	金	土
午前 8:40～12:00 (受付 11:30 まで)	一般外来	松澤 (1週)	矢部	矢部 (2,4,5週)	休診	松澤 (1,3,5週)	休診
						矢部 (2,4週)	
午後 14:00～16:40 (受付 16:30 まで)	一般外来	休診	矢部	休診	休診	休診	

□訪問診療

		月	火	水	木	金	土
上田生協診療所	午前		松澤	木下 (1,3週) 熊谷 (2,4週)			
	午後	矢部	松澤	木下 (1,3週) 熊谷 (2,4週)	松澤	矢部	
川西生協診療所	午後	吉野	吉野	吉野	吉野		
さかき生協診療所	午後	松澤 (3,5週)				松澤 (1,3,5週)	

事務局より  
お礼

新型コロナ対応のため、組合員・地域の皆さまから多くの使い捨てマスクの寄付をいただきました。特に4月以降は在庫がひっ迫し、職員は交換を数日に1回にせざるを得ない状況でした。この状況下、ご自分の家庭でも不足しているのに、東信医療生協を支えたいとの気持ちから、1箱、2箱……多い方からは40箱(2000枚)の寄付をいただきました。皆さまのおかげで、安心・安全の医療提供ができております。心からお礼申し上げます。

## 私たちと一緒に働きませんか

訪問ヘルパー(月契約ヘルパー)さんを募集しています。経験年数は問いません。勤務時間等も相談に応じます。お気軽にお電話ください。HPも併せてご覧ください。  
東信医療生活協同組合 事務局 ☎0268-28-1085  
ヘルパーステーションにじ ☎0268-29-2811

## 強化月間スタート集会のお知らせ

今年は各事業所ごとの集会です。事業所利用の魅力や宣伝を確認します。

日程 8/22 ± 8/29 ± 9/5 ±