

東信医療生活協同組合 機関紙



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

〔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 (2024年1月31日現在)
 ■組合員 15,723人
 ■出資金 523,767千円
 加入時1口 1,000円 何口でも可
 ■一人平均 33,312円

肺炎について知っておきたいこと



上田生協診療所 所長
 松澤 伸洋

肺炎は、現在でも命にかかわる場合のある病気です。各種のウイルス・細菌などによって生じます。細菌やウイルスが普通に存在する空間にいても、私たち全員が肺炎になるわけではありません。

自分の持つ免疫の力が適切に働き、肺炎を予防しているからです。逆に言えば免疫力の低下が起るとき、例えば、疲労の連続、睡眠時間の短縮、コントロール不良の糖尿病、進行する癌、そして慢性の呼吸器疾患(気管支喘息、慢性肺炎腫など)があるとき肺炎になりやすくなります。相反することですが、若くて基礎疾患がなくても、かかる肺炎があります。非定型肺炎という種類で、外来治療または入院治療が必要になります。

肺炎の重症度は、①年齢 ②脱水の有無 ③呼吸数の増加 ④意識障害があるか ⑤血圧の低下があるかによって判断します。外来または訪問診療にて治療が可能か、入院を依頼するかどうかを判断します。

誤嚥性肺炎は、脳卒中(脳出血

や脳梗塞の後遺症)のある方や、パーキンソン病・筋萎縮性側索硬化症等の神経筋疾患の方に生じやすい肺炎です。食べ物を飲み込むときに誤って気管(空気の通り道)に入ってしまうことで生じる肺炎です。熱や咳が出ない事例があり、肺炎になったこと自体が分かりにくいいため注意が必要です。

間質性肺炎は、細菌やウイルスが原因ではない肺炎で、特発性(とくはつせい)間質性肺炎と称します。関節リウマチなどの膠原病の合併症として、そして一部の薬剤や抗癌剤によって生じる場合があります。中には長期的な専門治療を要する事例があります。

インフルエンザによって、二次的に細菌性肺炎を生じる場合があります。なので、ワクチンの接種によってインフルエンザにかかる可能性を下げる必要があります。またワクチンは重症化を防ぐことができますとされています。

また、「肺炎球菌」という細菌により生じる肺炎は、肺炎球菌ワクチンの接種で予防します。公費一部負担による接種が可能となる場合がありますので、65歳以上の方はご相談ください。

人間ドック項目の一部変更のお知らせ

2024年度より1日ドックの内容を一部変更し、**体組成検査の代わりに呼吸機能検査**を追加いたします。体組成検査は終了します。

ご不明な点がありましたら、健診センターまでお問い合わせください。

呼吸機能検査とは

呼吸機能検査は、肺の容量や肺内の空気の流れを測定することで、肺の健康状態を評価します。たくさん空気が吸えない(肺活量が少ない)ような(肺活量が少ない)ようなら、肺組織が硬くなる病気が、例えば肺線維症などの病気が疑われます。逆に息が素早くはききれないようなら、気道が狭くなる病気、例えば喘息や慢性閉塞性肺疾患(COPD)などの病気の可能性があります。

上田生協診療所の訪問診察と外来診療の取り組み

地域連携で支える在宅生活

訪問診察より

上田生協診療所 在宅支援室
 看護師 師岡 美紀
 滝口 博美

2016年より外来通院していたAさん。加齢と共に筋力低下と物忘れが認められ、同居の息子さんに送迎をしてもらうようになりました。

受診時に、息子さんの母親に対する態度や言葉に気になる点がありました。予約日に来院しないことが増え、受診を促す電話をする「薬はある。大丈夫」と言われました。そこで主治医と相談し、自宅訪問をしました。

8月の真夏日に訪問。部屋にエアコンはあっても使用しておらず、Aさんは意識朦朧として熱中症の状態でした。すぐに水分補給をしました。動作は緩慢で2階の自室から1階に降りるのも大変。座位で過ごす時間が長く、椅子やベッドから転落することもありました。

セルフネグレクトにより脚はむくみ、皮膚が硬くなっていました。息子さんに連絡し、以後は訪問診察となりました。地域包括支援センターと連携し生活環境を整えるために介



護保険を申請しました。しかし、いざ介護サービスの話をするとAさんの拒否もあり、なかなか利用に繋がりません。どのように支援したらよいか検討していた頃、困った息子さんから民生委員にSOSが入り、自宅訪問した委員から地域包括に連絡がありました。息子さんは仕事と介護を両立させていましたが、限界に近い状態が明らかになりました。これを機に介護保険の担当ケアマネが決まり、訪問看護・訪問介護・デイサービス等を利用することになりました。多職種が支援する中で、全身状態も改善していききました。しかし今年1月、腰痛が悪化し再び2階の自室での生活へ戻ってしまいました。そのためデイサービスにも行けず食生活も崩れ、入浴もできずになりました。今まであまり関わりのなかった娘さんにも連絡、サービス担当者

会議で情報を共有し、支援方法を検討、多職種が支援しやすいように2階から1階のリビングにベッドを移動、生活スペースを変更しました。その後、デイサービス利用を再開しました。その人がその人らしく自宅で生活できるためには、多くの職種が連携して支援する事が大切だと感じました。

慢性疾患管理活動による合併症の予防や早期発見について

上田生協診療所外来
高橋 裕美

上田生協診療所の外来では、2020年より高血圧症・糖尿病で通院中の患者様に、合併症の予防・早期発見のための検査を年間を通して計画的におこなう取り組みを始めました。

血管の壁は本来弾力性がありますが、高血圧状態が続くといつもはりつめた状態におかれ、次第に厚く、しかも硬くなります。これが高血圧による動脈硬化です。動脈硬化は、大血管にも小血管にも起こり、脳出血や脳梗塞、大動脈瘤、腎硬化症、心筋梗塞、眼底出血などの原因になります。糖尿病の場合は、高血糖状態が

続くことにより全身の血管が傷つけられ、さまざまな合併症が起ると考えられています。三大合併症として、糖尿病神経障害、糖尿病網膜症、糖尿病腎症があります。動脈硬化が進むことにより心筋梗塞や、脳梗塞を引き起こすこともあります。また近年糖尿病とがん疾患リスク・認知症との関連もあきらかになってきています。

合併症の予防は、高血圧症や糖尿病の治療をしながら、血圧や血糖値をコントロールすることが重要とされます。早期発見については定期的に検査をおこなうことが重要です。

上田生協診療所で年間を通して実施している検査は、血液検査・尿検査・胸部レントゲン・心電図・腹部超音波・頸動脈超音波・眼圧測定・眼底検査・便潜血・上部消化管内視鏡検査などがあります。

外来受診の際に、医師や看護師が検査の相談させていただいていますが、予約が必要な検査項目もあります。健診なども活用して通院しながら必要な検査を受けることができるので、好評をいただいています。

検査についてわからないことやご希望のある方は外来看護師にご相談ください。

介護系事業所 新任所長の抱負

元気倶楽部まゆ



所長 佐々木 美和

2024年1月16日付けで就任しました。作業療法士として病院、施設等の経験を経て2019年より当法人にてリハビリ業務を担当してまいりました。25年近く医療介護現場において、多くの利用者様や先輩方から様々な事を学ばせていただく中で、在宅生活を継続することの重要さと大変さを実感してまいりました。

「元気倶楽部まゆ」では、通所されている皆さまに「御用(仕事)」をお願いする、「御用」に協力してもらうなど、「御用」を中心としたアプローチをしています。日頃から皆さまから「お仕事はないの?」と積極的に声が掛かります。お仕事中は話が弾み、笑顔が溢れます。自然に手足を使う頻度も増え、リハビリの視点からみても理想的な環境だと感じています。

なじみの地域で同じ時代を過ごした方同士と一緒に活動し、明るく元気に交流することで自宅での生活がいいきと継続できる。そんな居場所作りを今後も心がけていければと思います。

所長という職責の重大さに戸惑っておりますが、皆さまのお力添えをいただきつつ、職員一丸となって皆さまの想いを大切にして施設運営ができるよう日々精進してまいりますので、ご指導、ご鞭撻を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

老人保健施設(老健)なないろ



所長 高見澤 伸也

2024年1月16日に就任致しました。「たかみさわ」と読みます。この度大役を仰せつかり、改めて身の引き締まる思いです。日頃より当施設の運営に対し、多くの利用者様、ご家族、そして組合員や地域の皆さまに温かいご支援ご協力を賜り感謝申し上げます。

上田市に生まれ、専門学校を卒業後、長野市の保育現場で2年間保育士として勤務した後、子どもが生まれたのを機に地元の介護関係で働きたいと思い、東信医療生協にお世話になることになりました。今年で10年目を迎え、通所リハビリステーション絹の里の勤務を経て、直前は法人内のデイサービス「元気倶楽部まゆ」の所長を務めておりました。

まだまだ若輩者ではございますが、老人保健施設として利用される皆さまの「在宅復帰」への一助としての役割を念頭に、利用者の皆さまがいっまでも元気に笑顔あふれる生活を送れるように職員一同努力してまいります。

また、地域の皆さま方にもご協力をいただきながら、医療生協らしく地域と共存できる施設を目指していきたいと考えております。

今後とも皆さまにはご指導、ご鞭撻を賜りますよう重ねてお願い申し上げます。

総代選挙公示

第42回通常総代会は、6月29日(土)午後1時30分より開催されます。

場所は上田市マルチメディア情報センターの予定です。定款および総代選挙規約により、各支部総会において総代選挙を左記のとおり実施し、5月31日(金)までに本部へ氏名の報告をお願いいたします。

東信医療生活協同組合 理事長 中村 和幸

一、総代の任務

事業報告並びに決算・監査報告および事業計画・予算の決定、役員の選任、諸活動の推進

一、総代の任期

1年間

一、立候補の締切

支部総会の前日

一、投票日

5月2日(木)～5月31日(金)

一、投票場所

支部総会会場

総代選挙区および定数

支部名	組合員	総代数	支部名	組合員	総代数
東部	391	3	川辺2	558	6
南部	104	1	浦里	798	9
中央部	328	1	川西	622	7
北部	455	4	信州鎌倉	894	7
新田	468	5	東塩田	294	3
緑ヶ丘	528	2	真田町	475	4
西部	623	5	菅平	93	1
秋和	303	3	丸木子	358	1
塩尻	739	8	青木市	581	6
神科北	865	8	東城北	534	6
神科南	336	2	坂城南	980	11
神川	485	4	城石	1,065	14
豊殿	230	2	武職	33	1
城下東	520	5	員	130	5
城下西	565	6	他市町村	415	
川辺1	758	8	その他	197	

◎ 組合員総数 15,725

◎ 総代数 148

(組合員数は2024年1月31日現在)

マイナンバーカードと健康保険について

組合員活動部長

齊藤茂彦



政府は、本年12月2日に現行の健康保険証（以下、保険証）

を廃止することを閣議決定しました。廃止後も、最長1年間は現行の保険証が有効とし、マイナンバーカードを持っていないか、持っていて同カードに保険証機能を持たせていない国民に対しては、保険証の代わりに「資格確認書」が保険者から送付されます（申請の必要はありません）。

1 マイナンバー制度とは？

マイナンバー制度とは、2015年10月5日に導入された、日本国内に住民票を持つ全住民に、12桁の個人番号を割り振る制度です。この12桁の個人番号は「マイナンバー」を割り振られるのは、「強制」となっています。我が家にも「マイナンバー通知カード」が書留で郵送され、そのまま保管された状態となっています。

2 マイナンバー制度 — 私のイメージ

マイナンバー制度について、私のお持っているイメージは、以下のとお

りです。

① 国は、インターネット上に「マイナポータルサイト」個人番号の入りの場所」という「情報のマンション（集合住宅）」を用意しました。

② 「情報のマンション（集合住宅）」には、日本国内に住民票のあるすべての人が入れる「情報の部屋」が用意されています（部屋は強制で割り振る）。

③ 自分の「情報の部屋」を使うには、「マイナンバー（個人番号）カード」を申請して取得する必要があります。自分の「情報の部屋」を使用することは任意なので、カードの紛失や情報流失などのトラブルへの対応は「自己責任」となります。

3 マイナンバー保険証（以下、マイナ保険証）

マイナンバーカードを国民に取得させるため、政府は昨年6月2日に現行の保険証を廃止してマイナンバーカードに保険証機能を持たせる「マイナ保険証」へ一本化する法案を成立させました。マイナンバーカードの交付は、最大2万円がもらえるポイントの効果もあって990

0万枚を超え、マイナ保険証（保険証機能の登録）も7180万枚を超えたとされます。しかし、保険証としての利用率は減少傾向が続き、5%を切っています。東信医療生協の各診療所でも、同様に極めて低い利用率となっています。

4 現行保険証廃止（マイナ保険証への一本化）の狙いとマイナ保険証トラブル

マイナ保険証をめぐるのは、①別人の情報が登録されていた ②負担割合が違う ③カードが機械で読み取れない等、様々なトラブルが発生しています。

にもかかわらず、政府はどうしても現行の保険証を廃止したいようです。そこには、医療デジタル化構想によるビジネスチャンスという経済界の期待があるようです。また、総務省の研究会は2040年には自治体職員が半減する時代がくるため、窓口のデジタル化をすすめるよう提言しています。全国医療情報プラットフォーム（PHR）という医療デジタルホーム（PHR）という医療デジタル化構想では、健診・保険請求・電子カルテ等の公的な健康・医療情報を、医療機関や民間事業者が共有し、医療費削減につなげることをめざしており、既にイーザイ・オムロン・KDDI・塩野義製薬・住友生命・富士通・テルモなどで協会をつくり、開始を

待っているとのこと。

5 国民置き去りの医療デジタル化構想を目的とした、現行保険証廃止はすべきでない

戦後の日本で国民皆保険制度ができ、更新の時期には保険者の責任で保険証が送られてくる現在の医療制度を、自己責任で申請するマイナ保険証によって変質させるのは、断じて許されません。2024年度の診療報酬改定では、マイナ保険証の利用実績が一定以上あり、院内やウェブで利用を勧めるような医療機関には加算を設けるなど、マイナ保険証の普及に医療機関を協力させる体制づくりも進んでいます。

国会では政党の課税逃れのような行為が明るみとなり、国民の税金に対する関心が高まっています。物価高に苦しむ国民の生活には目を向けず、不必要な現行保険証廃止とマイナ保険証義務化に大切な税金が使われることは、民意とは大きくかけ離れています。

こうした中で、東信医療生協の各診療所では、現行保険証の存続を求める署名に取り組んでいます。宣伝用のポケットティッシュもご用意しています。現行保険証を残すよう、署名を広めて声を集めましょう。

新任医師・職員の紹介

大久保 浩毅 医師



初めまして。2024年1月より第4土曜日に診察させていた

だいております。

以前は佐久総合病院佐久医療センター、現在は千曲中央病院で消化器外科を担当しております。

すい臓がんの手遅れ率が高く、以前より少しでも多くのすい臓がんの発見に取り組んでおります。「すい臓がんで手遅れにならないために」を目的に診療をおこなっていきたくと思っています。

また、現在では90歳を超えて手術を受けられる方もおられます。高齢の方は症状がでにくく、元気がない時、お腹が原因の時もありますので、お気軽にご相談ください。どうぞよろしくお願いいたします。

老健なないろ 土屋 怜子



初めまして。昨年8月に入職し、介護職を担っています。

私はこれまで病院の療養床や特別

養護老人ホームで勤務してまいりました。

治療という側面の病院や住居という意味合いが強い特養とは異なり、老健は自宅で生活をしていくための橋渡しをする場所だと思えます。これまでの経験を活かしながら、現在他職種の職員はもちろん人生の先輩である入居者の皆さまからも様々なことを学んでおります。

これからも東信医療生協の一員として努力していきたいと思えます。皆さまよろしくお願いいたします。

老健なないろ 宮 原 達也



昨年8月に入職しました。

上田市出身で前職は介護付き

有料老人ホームで、10年間勤務していました。この経験を活かし、一人一人の利用者様に寄り添ったケアを実践していきたいと思えます。

この間、利用されている皆さまがとてもしんどい様子や過剰なケアをのぞき見してきました。この環境を継続して提供していきたいように精進してまいりますので、今後ともよろしくお願いいたします。

困難を抱える方々の支えとなる「気になる事例報告シート」

1月27日(土)県民医連主催で、社保活動実践交流集会在開催されました。東信医療生協職員社保委員会の左記の報告が民主的な医療・介護をめざす「東信医療生協らしさ」がわかる内容ですので掲載します。

【東信医療生協 職員社保委員会の紹介】

委員会は各事業所の職員計8名から構成され、毎月1回開催されています。各種署名の推進、支援物資活動などにとりくんできました。

東信医療生協は医療・介護の実践を通して、利用者様を支えています。東信医療生協だけのとりくみでは限界があります。最近、この壁を少しでも越えられないかという職員の願いに基づき、実態把握のために「気になる事例報告シート」を作成しました。

そして、報告された事例のような方々を支えるための社保運動とは何かを探ることに特に力を入れていきます。

【各事業所から報告があった 主な困難事例】

- 80代の患者。家族の病気への認識が乏しく、介護申請等の協力が得られにくかった事例
- 90代の患者。高齢の妹と老・老介護状態。一人倒れば共倒れが心配になる事例
- 80代の患者。家族間の確執があり、

家族の協力が得られない中、近所で支えてくれた人が亡くなった結果、生活維持が困難となった事例

【地域で安心して過ごすには 事例からわかったこと】

- 1 医療や介護等の相談できる窓口が明確にされていること
- 2 当生協だけでなく、地域包括支援センターや民生委員、自治体担当者等の複数からの関わりが必要不可欠であること
- 3 民医連事業所として、一つ一つの困難事例をさらに深め、地域の中でその人を支えられるよう、必要な所へ発信し続けること

3・4月 ふれあいサロンにじ企画

コロナやインフルエンザの感染状況によっては急な変更もあります。確認する場合は組合員活動部へご連絡ください。(TEL0268-23-8001)

場所は、すべて「組合員ルーム」です

★せいきょうシネマ

「福島原発事故と甲状腺癌・
子どもたちを放射線から守れ」

3月28日(木) 13:30～

★健康マージャン

毎週(水)曜日 9:00～

★スクエアステップ

毎月第2(木)曜日 10:00～
毎月第4(木)曜日 13:30～

【新企画】

★お菓子作り「オレンジピール」づくり&カフェ
3月26日(火) 10:00～

★里山歩き いのししコース

5月2日(日) 9:30～ 西部公民館集合

【お願い】

組合員ルーム企画を多くの方に利用していただくために企画を増やしたいと思っております。そのため講師探しをおこなっています。

あなたの特技や趣味を多くの方に広げてください。絵手紙・茶道・華道・パッチワーク・将棋・囲碁・里山歩きなどの講師を募集中です。

各地で班会がおこなわれる

組合員活動部 清水 竹子



東塩田支部 柳澤健康班

毎月1回 体操・講義・ウォーキングなど1年間の班会内容を決めて取り組んでいます。「姿勢よく、しなやかな身体づくり」をテーマに取材の日はバランスボールの体操でした。組合員活動部の職員が講師となり、楽しく身体を動かすことができました。



浦里支部 藤ノ木班

毎月1回班会を開催しています。9人いた班員が現在は6人となりましたが、参加者の皆さんの体力に合わせて「玄米にぎにぎ体操」や「五指体操」などをおこなっています。

デイケア絹の里でお茶会を開催



デイケア絹の里では1月10日、12日の2日間にわたり新年を迎えたことをお祝いしてお茶会を開催しました。

先生より作法を教わりながら1人ずつお抹茶をご馳走になりました。男性利用者の方は初めて召し上がる方が多く「とても美味しく感動した」と大変喜ばれていました。

今後も利用者様が楽しめる

行事を考えていきます。

所長 塚田 大剛



川辺1支部 どんとこい班

毎月1回、バランスボールや体操・おしゃべりなどをして交流しています。久しぶりに健康チェック(握力・足指力・尿チェック)をおこないました。

東御市支部で健康チェックがおこなわれる

東御市支部では、東御市に新たにできたスーパー(ナナズ店)で2月15日午後にまちかど健康チェックに取り組みました。

運営委員6人と活動部職員1人で15人の方々の健康チェックをおこないました。

スーパーで開催するため、梶野昭三常務理事と齋藤茂彦組合員活動部長で依頼にいき、医療生協の活動をPRすることができました。

神科北支部で新年会が開かれる



神科北支部では2月3日に4年ぶりに新年会をおこない18人が集まりました。小桜王子ケアマネジャーによる認知症の講義が好評でした。

短歌

口語自由律短歌

宮原志津子 (坂城南支部)

激震する大地 押し寄せる白波
年明けにおそった能登半島地震

家族の命も 住み家も失ない
呆然とたたずむ 人々の涙

避難所に 年輪刻んだ方々の
顔・顔・顔……私たちは見守る

行動する

寝つけぬ夜 ゆれる大地に戦き
寒さに耐えるあなたに思い馳せる

凍てつく土の中 じつと耐え
めをさました チューリップの新芽



ちぎり絵「かぐや姫」 関口已佐子 (西部支部)

虹の文芸

さわやかパズル

第103回

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 寶頭盧(びんずる)

タテのカギ

① 日本の国鳥。「〇〇も鳴かずば打たれまい」

② 神社仏閣にある古い塔のこと。

③ 乾燥地帯特産のとげのある植物。「仙人掌」と書く。

④ 漆(うるし)で模様を描き、金・銀などの色粉を付着させた日本独特の工芸品。

⑤ 船(すし)に添える甘酢シヨウガの薄切り。

⑥ 起きあがってすわりなおること。「起坐」と書く。

⑦ 商品など火災、盗難などから守る建物。倉庫・土蔵。「〇〇が建つ」

⑧ 夜、吹く風。

⑨ 長野県の県花。山野に自生する多年草。「竜胆」と書く。

ヨコのカギ

① まれにみるすぐれた才能。「画壇の〇〇〇」

② 辛抱強く続ける気力。「〇〇〇のいる仕事」

⑤ 寺院の建築物の総称。「七堂〇〇〇」「伽藍」と書く。

⑦ 寺の台所。住職や家族の居間。「庫裏」と書く。

⑧ 日の当たっている側。「山〇〇〇」

↕ 陰。

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

⑩ 愛情の深い母。「慈母」と書く。↕ 慈父。

⑪ 手でついて遊ぶためのまり。玩具の一種。「手鞠」と書く。

⑫ 気体や固体が液体になること。「〇〇〇石油ガス」

⑬ 十二支の第二番目の動物。「丑」と書く。

⑭ 禅宗などで悟りを求める修行法。「〇〇〇」を組む。「座禅」と書く。

★ 答えはハガキで。

正解者の中から抽選で5名のみ丁寧に図書券を贈呈します。住所、氏名、答え、よろしければ「千曲川のじ」の感想、医療生協への「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、図書券の発送をもってかえさせていただきます。

〒386-0004

上田市上塩尻393-1

★ 締切は、4月17日(水)。

※ 前回の答えは、

「年賀状(ねんがじょう)」でした。

読者の声

● 頸動脈の検査ができる知り他の病院で受けていたドックを上田医療生協に変えて3年になります。今後も健康に気をつけて医療生協でドックを続けていきたいと思えます。(上田市)

● 東信医療生協の活動がわかりやすく詳しく紹介されていて利用してみたいと思えます。介護現場は人手不足でたいへんと聞きますが、組合員のみなさまが協力して支えているのが、この冊子から伝わってきます。(上田市)

● 毎回千曲川のじを届けていただきありがとうございます。ゆつくりと読み、最後にクイズを解くのが楽しみです。私も年賀状の枚数が少なくなりました。はがきが値上がりするようですね。メールでのやりとりが多くなりますね。(上田市)

● 川西生協診療所には大変お世話になりました。そのおかげと言っては恐ろしいですが、夫婦それぞれ80才を過ぎて内科的には元気です。異常が見つかって、すぐ病院へつなげてくださり大事に至らずに済んだことがありました。(青木村)

● 千曲川のじでは組合員の活動がわかり記事が楽しみです。各支部の話題をこれからも掲載してください。(坂城町)

● 裏金をためこみ、それを使って選挙違反や飲み食いをしていいる議員には本当に腹が立ちます。国会には福祉・医療を充実し国民の願いを実現してくれる人を送りたいですね。

次号発行は5月15日(水)です。

生協診療所 診療担当表 2024年4月1日～

□上田生協診療所 ☎ 23-0199 ☎ 23-0449

健診・ドックの予約は…
フリーダイヤル 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	吉野	大橋	大橋 / 松澤	吉野	小林(哲)	第2	矢部		
	胃カメラ	吉野	吉野	吉野	小林(寛)	吉野	第2	矢部 (10:00~)		
	一般外来	松澤 (10:00~)	渡辺	三林	松澤	小林(哲)(10:00~)	第1	松澤	中山	
		三林	三林	若林	吉野 (10:00~)	宮下	第2	松澤		
				矢部 (1,2,4週)	倉石	近藤 (3週)	第3	吉澤	小林(哲)	國府田
乳腺外来					渡辺	第4	松澤	大久保		
午後 14:00~16:40 (受付 16:30 まで)	一般外来	松澤 (1,3,5週)	渡辺	吉野	小林(寛)(3週休診)	宮下	休 診			
		吉野				渡辺				
					吉野 (2,4週)					
	乳腺外来			矢部	矢部 (1,3,5週)	近藤 (1週)				
夜間 16:40~18:30 (受付 18:00 まで)	一般外来			松澤		吉野 (2,4週)				
						松澤 (1,3週)				
午前	訪問診療		松澤	松澤 (1,3,5週)		松澤				
午後		三林	三林 吉野	三林	松澤 吉野	小林(哲)				

□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	休 診	矢部	矢部 (3週)	矢部	休 診	休 診		
				松澤 (2,4週)					
午後 15:00~18:00 (受付 17:30 まで)	一般外来	休 診	休 診	休 診	矢部 (2,4週)	休 診			

お知らせ

上田生協診療所

- ◆ **吉野医師** 川西生協診療所より合流します。
- ◆ **矢部医師** 木曜日午前の一般外来は水曜日午前(第1・2・4週)へ変更となります。木曜日午後の乳腺外来は毎週→隔週(第1・3・5週)へ変更となります。
- ◆ **三林医師** 従来の月曜日・水曜日に加え、火曜日も診療に入ります。
- ◆ **弾塚医師** 2020年7月より長野中央病院から毎週火曜日午前に診療支援に来ていただいておりますが、3月末で支援終了となります。
- ◆ **成田医師** 木曜日午前の乳腺外来は月に2回→月に1回(第3週)へ変更となります。
- ◆ **倉石貴文(くらいしたかふみ)医師** 信州大学医学部附属病院から毎週木曜日の午前に糖尿病専門外来として着任します。

さかき生協診療所

- ◆ これまで休診日であった木曜日に外来診療をおこない、代わりに金曜日が休診日となります。