

千曲川のにじ

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-iryou.com> E-mail kumikatsu-b@toshin-iryou.com
 組合員活動部 TEL 0268-23-8001 FAX 0268-23-8095

〔事業所〕
 上田生協診療所
 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)
 はつらつ倶楽部しるがね(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 (2026年6月30日現在)
 ■組合員 15,273人
 ■出資金 500,098千円
 加入時1口 1,000円 何口でも可
 ■一人平均 32,743円

健康で安心して暮らすために 人間ドックが役立ちます



健診センターの職員

上田生協診療所では、皆さまが安心して毎日を過ごせるように、外来での診療・検査に加え、健康診断（健診&人間ドック）をおこなっています。

❖早期発見・早期治療を

血液検査での腫瘍マーカーの上昇と、腹部超音波検査に異常があり肝臓がんや、甲状腺の腫れ

から甲状腺がんが見つかったり、胃カメラ検査の結果から胃がんが見つかったりした方がおられます。普段何の自覚症状もない方々でしたので、「検査や健診を受けていただいて良かった」と日々感じています。

また、全身検査をおこなう下記の人間ドックを、年に一度は受けていただき、異常の早期発見と早期治療に役立てて欲しいと思っています。

❖人間ドックのコース内容・時間

Eコース（基本） 問診、身体計測、尿検査、血液検査、胃カメラ、便潜血検査、腹部超音波、心電図、眼底検査、胸部レントゲン、診察

Aコース 胃カメラを除くEコース

Bコース Aコースと乳腺健診（乳腺超音波とマンモグラフィー）

Cコース Aコースと肺がん健診（肺CT、肺活量）

3時間ドック 8時30分～12時頃

1日ドック 8時30分～13時30分頃
（昼食を含みます）

❖医療生協人間ドックの特徴

1. 腫瘍マーカー〔消化器系がんマーカー（CEA）と膵臓がんの腫瘍マーカー（CA19-9）〕検査が**無料**です。
2. 上下腹部超音波検査では、膀胱などの検査も含まれます。
3. 組合員限定の誕生日はがき特典
 - ① 50歳以上の男性→前立腺がんマーカー（PSA）検査が**無料**です。
 - ② 50歳以上の女性→骨密度検査が**無料**です。
 - ③ 50歳以下の方全員→肥満状態を知るための内臓脂肪CT検査が**1000円引き**です。

❖お知らせ

- ★胃カメラ希望の際は、月曜日以外の曜日でのご予約をお願いします。
- ★6月から、費用の補助が受けられる「協会けんぽ人間ドック」が始まりました。
- ★健診・人間ドックのオプションに、膵臓がん腫瘍マーカーのAPOA2（上記膵臓がん腫瘍マーカーCA9-9との併用により発見の判定精度が向上）が加わりました。追加料金は5500円です。ご希望の方はご連絡ください。

ご予約、および健康診断の内容に関してご不明な点などありましたらTEL 0800-800-1599 にお問い合わせください。

皆さまのご予約をお待ちしております。

健診センター 主任 窪田 信子

事業を利用し、運営にも参加して地域の医療・介護の危機を乗り越えよう

第44回通常総代会が開かれる



東信医療生活協同組合第44回通常総代会は、6月27日(土)13時30分より、さかきテクノセンターで、総代144名のうち、本人出席81名、書面議決書49名、委任状11名の合計141名の参加で会議は成立し開催されました。

中村理事長はいささで、「物価高騰、国の診療報酬・介護報酬の抑制、深刻な人材不足で医療・介護の現場はかつてない厳しさの中にあります。地域の医療・介護を守るために、組合員の皆さまには、大いに事業所を利用し、運営にも参加してもらって、この危機を乗り越えていきましよう」と訴えました。

来賓を代表して長野県民医連常駐常任理事・大槻知広さまが祝辞を述べました。来賓として、塩尻地区自治会連合会長小岩井秀樹さま、上小東御生活と健康を守る会会長松井秀二さま、上小地区労働組合

連合副議長沓掛正樹さまも参加されました。また多数のメッセージが寄せられました。

議事では、中村靖専務理事から6議案の提案がありました。野田美知子監事が2025年度監査報告をおこない、東城正彦監事から2025年度の理事の職務の執行を監査した結果の報告がありました。

討論では職員の5%賃金カットや出資金・組合員の減少など経営に関することや支部の取り組み、憲法や医療を守る闘いを進めることなどが発言されました。これらの発言に対する理事会の総括答弁がおこなわれ、採決の結果、全ての議案が賛成多数で承認されました。

さらに「憲法を守り医療と介護はじめとした、いのちを大切にする社会の実現をめざす」特別決議を採択しました。

退任理事4名へ感謝状が贈呈され代表して藤沢薫前専務理事から退任挨拶がありました。新任理事からは、代表して小林哲之上田生協診療所所長よりビデオメッセージがあり、閉会になりました。

東信医療生協の厳しい状況を乗り越え前進させようと決意に満ちた総代会となりました。

(文責 編集長)

採択された

第10次3カ年計画の主な特徴

医療事業活動の方針

各世代の現状と課題を整理し方針を定めました。

- (1) 若年世代への対応
「デジタルツールの活用 時間・費用に見合う医療提供」
- (2) 現役世代への対応
「受診の効率化を上げ、効果的な生活習慣病管理、悪性新生物の予防」
- (3) 高齢世代への対応
「生活者を支える視点で、外来・在宅・介護を包括的に提供」
より一層「かかりつけ医」としての役割を発揮していきます。

介護事業活動の方針

「最後まで住み慣れた家で生活が送れるように」を目的とした事業を継続します。

一方、在宅介護よりも入所介護を選択する傾向が強まっていることから、ニーズの変化に対応し、経営が成り立つ視点・職員確保の視点に立つて施設転換など検討をすすめます。

組合員活動の方針

- (1) 組合活動の強みを生かした継続課題(健康づくり、居場所づくり、助け合い活動など)をすすめます。
- (2) 対話を重視し、つながりを広め組合員参加を向上させます。
- (3) 「全世代参加型」の医療生協活動にかかわる人を増やし、担い手づくりにつなげます。

平和への願いをこめて

第2回憲法かるた作成

戦後日本の形を憲法前文や9条に基づく「平和国家」から、「戦争できる国」へと作り替える動きが強まっています。そんな情勢の中、憲法かるたを作成し、あらためて憲法を考える機会にするために、「憲法かるた」を4年ぶりに作成しました。短期間の取り組みでしたが、46首の読み札に対して80作が職員から寄せられました。理事や組合員さんで構成する社保平和委員会で掲示する作品を選考しました。なお優秀2作品にはギフトカードが贈呈されました。



社保平和委員長賞
山本菜由夏さん

◆理事長賞

九条は 世界に誇る 宝物

◆社保平和委員長賞

目指したい
恒久平和の 実現を

「フレイル」とは？ また、その予防法は？

第3回

 デイケア絹の里主任・理学療法士 **児玉大和**

前号のチェック表で「フレイル」をより知ることができたでしょうか。

特別な運動ではなく、日常で運動を意識し、長く続けることが「フレイル予防」につながります。

プラステン

+10 でフレイル予防

+10(プラステン) 今より**10分多く体を動かそう**

 毎日の生活に
「+10」の
習慣を！

今より10分多く身体を動かすことが、
糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、ロコモ、うつ、認知症など
病気になるリスクを下げることに繋がります。
たとえば、こんな「+10」にトライしてみませんか！

 ● 自転車や徒歩で
通勤する。

 ● エレベーターや
エスカレーター
ではなく階段を
使う。

 ● 歩幅を広くして
速く歩く。

 ● 掃除や洗濯は
キビキビと。
家事の合間に
ストレッチ。

 ● 仕事の
休憩時間に
ウォーキング
する。

 ● いつもより遠くの
スーパーまで
歩いて買い物に行く。

 ● 近所の公園や
運動施設を
利用する。

 ● 地域のスポーツ
イベント、
ボランティア活動
に参加する。

 ● 休日には
家族や友人と
外出を楽しむ。


* * * *

第2回（231号）ではフレイルの種類についてお伝えしました。質問表を活用してご自身や身の周りの人にフレイルのある可能性のある方はいらっしゃったでしょうか？

もしいらっしゃれば、**下図の専門家へ相談する事をおすすめします。**

身体的フレイル

 多疾患が関連する時：老年内科、総合診療科、一般内科など
ロコモ：整形外科

精神的フレイル

精神科、老年内科、神経内科、認知症サポート医、公認心理士など

社会的フレイル

地域包括支援センター、福祉課など

オーラルフレイル

歯科、管理栄養士、言語聴覚士、嚥下リハビリ対応施設など

喫煙

喫煙外来、呼吸器内科など

第44回東信医療生活協同組合総代会で承認された2025年度決算に関する諸表、および2026年度の予算表を掲載します

貸借対照表

(2026年3月31日現在)

科目		金額	科目	金額
(資産の部)			(負債の部)	
流動資産			流動負債	
現金預金	166,500,173		支払手形	0
医療福祉等事業未収金	131,634,662		買掛金	40,190,708
未収金	195,488		短期借入金(長期1年以内返済分含む)	99,154,004
有価証券			短期組合員借入金	
医薬品等	1,013,111		短期リース債務	10,018,228
商品	39,904		未払金	751,836
貯蔵品	510,757		未払法人税等	776,500
繰延税金資産			未払消費税等	2,105,800
その他	5,490,251		未払制度金	
貸倒引当金	-790,980		前受金	16,590,887
流動資産 合計	304,593,366		預り金	3,815,455
固定資産			資産除去債務	
有形固定資産			賞与引当金	
建物	1,521,273,969		設備支払手形	
減価償却累計額	-736,899,623		繰延税金負債	
構築物	53,649,412		仮受金	
減価償却累計額	-53,396,573		その他	
医療器械	99,665,553		流動負債 合計	173,403,418
減価償却累計額	-92,962,521			
器具備品	22,751,190		固定負債	
減価償却累計額	-20,271,118		長期借入金	598,732,994
車両運搬具	14,925,974		長期組合員借入金	
減価償却累計額	-12,742,474		長期リース債務	27,424,283
放射性同位元素	2,183,500		資産除去債務	
減価償却累計額	0		退職給付引当金	189,245,969
リース資産	0		役員退職慰労金引当金	8,653,860
減価償却累計額	132,334,920		繰延税金負債	1,174,842
土地	-105,672,870		長期未払金	38,908,031
建設仮勘定	26,662,050		退職見合引当金	864,139,979
有形固定資産 合計	50,750,000		固定負債 合計	
無形固定資産	873,405,839		負債 合計	1,037,543,397
のれん	0			
借地権	0		(純資産の部)	
ソフトウェア	10,196,685		組合員資本(会員資本)	
リース資産	7,829,760		出資金	491,215,000
その他	9,276		未払引出資金	0
無形固定資産 合計	18,035,721		出資金 合計	491,215,000
その他の固定資産	7,546,816		剰余金	
関係団体等出資金	7,546,816		法定準備金	0
子会社等株式	0		福祉等事業積立金	0
長期保有有価証券	0		任意積立金	0
長期貸付金	0		当期未処分剰余金	0
長期前払費用	90,440		(うち当期剰余金)	
長期前払消費税	3,655,542		剰余金 合計	-27,701,221
差入保証金	5,831,748			-276,690,894
長期預金	0		組合員資本 合計	214,524,106
長期繰延税金資産	0			
退職年金資産	38,908,031		評価・換算差額等	
貸倒引当金	0		その他の有価証券評価差額金	0
その他の固定資産 合計	56,032,577		繰延ヘッジ損益	0
固定資産 合計	947,474,137		評価・換算差額等 合計	0
繰延資産				
創業費等	0		純資産 合計	214,524,106
繰延税金資産 合計	0		負債・純資産合計	1,252,067,503
資産合計	1,252,067,503			

損益計算書

(自 2025年4月1日 至 2026年3月31日)

(単位:円)

科目	金額	
事業収益		
医療事業収益	489,368,756	
福祉事業収益	394,166,710	
医療福祉等附帯事業収益	2,263,329	
その他事業収益	0	885,798,795
事業費用		
医療事業費用	457,203,050	
福祉事業費用	375,765,340	
医療福祉等附帯事業費用	5,850	
その他事業費用	0	832,974,240
事業総剰余金		52,824,555
本部費	73,692,752	
事業剰余金		73,692,752
		-20,868,197
事業外収益		
受取利息	236,693	
受取配当金	0	
雑収益	1,637,532	
補助金収入	3,091,790	4,966,015
事業外費用		
支払利息	4,791,626	
診療費減免	32,004	4,823,630
雑損失		
経常剰余金		-20,725,812
特別利益	9,091	9,091
特別損失	6,208,000	6,208,000
税引前当期剰余金		-26,924,721
法人税等		776,500
法人税等調整額	0	0
当期剰余金		-27,701,221
前期繰越剰余金		-248,989,673
医療福祉等事業積立金取崩額		0
任意積立金取崩額		0
当期未処分剰余金		-276,690,894

キャッシュ・フロー計算書

自2025年04月01日
至2026年03月31日
単位 円

2026年度予算(案)

単位:千円

I.事業活動キャッシュ・フロー

税引前当期剰余金	▲ 26,924,721
減価償却費	45,592,135
貸倒引当金の増減額	27,525
退職給付引当金の増減額	6,714,274
役員退職給与引当金の増減額	1,112,034
受取利息・受取配当金	▲ 236,693
支払利息	4,791,626
長期前払費用の費用処理額	▲ 14,400
事業債権の増加額	▲ 4,444,076
棚卸資産の増加額	▲ 309,163
仕入債務の減少額	▲ 866,534
未払費用の減少額	▲ 1,474,369
その他事業債権の増減額	3,859,728
その他事業債務の増減額	155,762
未払消費税等の減少額	▲ 88,100
小計	27,895,028

利息・配当金の受取額	236,693
利息の支払額	▲ 4,791,626
法人税等の支払額	▲ 776,500
事業活動によるキャッシュ・フロー	22,563,595

II.投資活動によるキャッシュ・フロー

有形固定資産の取得による支出	▲ 7,057,880
無形固定資産の取得による支出	▲ 1,635,000
繰延消費税償却	1,806,167
投資活動によるキャッシュ・フロー	▲ 6,886,713

III.財務活動によるキャッシュ・フロー

短期借入金の増加額	50,000,000
長期借入金1年以内返済額の増加額	3,914,004
リース債務の増減額	▲ 220,182
長期借入金の返済による支出	▲ 40,979,006
組合員出資金の増資による収入	13,977,000
組合員出資金の減資による支出	▲ 25,474,000
財務活動によるキャッシュ・フロー	1,217,816

IV.現金及び現金同等物の増加額	16,894,698
------------------	------------

V.現金及び現金同等物の期首残高	149,605,475
------------------	-------------

VI.現金及び現金同等物の期末残高	166,500,173
-------------------	-------------

勘定科目	法人
通院外来収益	216,591
在宅訪問収益	126,722
訪問看護収益(医療)	23,421
健診活動収益	93,159
予防接種収益	17,737
その他の医業収益	1,066
保険等査定減	-783
【医業収益】	477,912
施設収益	137,943
訪問系居宅収益	89,402
通所系居宅収益	160,614
その他介護収益	23,262
【保険等査定減】	0
【介護収益】	411,220
【その他事業収益】	60
【事業収益】	889,193
常勤職員給与	285,658
非常勤職員給与	98,767
役員報酬	17,740
賞与及び賞与引当金繰入	30,021
企業年金等掛金	4,188
退職給付費用	16,428
法定福利費	61,412
出向人件費	4,820
外部人件費(派遣人件費)	20,073
(人件費)	539,106
医薬品費	16,122
診療材料費	32,118
給食用材料費	489
(材料費)	48,729
(委託費)	87,509
(経費)	104,024
(減価償却費)	47,220
(減価償却費リース支払料)	9,024
(リース料)	4,238
(控除対象外消費税)	23,325
【事業費用】	863,175
【事業利益】	26,017
【事業外収益】	0
【事業外費用】	4,787
【経常利益】	21,231
【特別利益】	0
【特別損失】	0
【当期純利益】	21,231

7・8月 ふれあいサロンにじ企画

感染症等の発生状況によっては急な変更もありえます。確認する場合は組合員活動部へ電話してください。(TEL0268-23-8001)

場所は、特別記載のないものはすべて「組合員ルーム」です

★せいきょうシネマ 参加費 200円

『天使にラブソングを』

8月27日(木) 13:30～

『シンペイ ～うたこそすべて』

9月24日(木) 13:30～

※プロジェクター・DVDをお持ちの方で、シネマの上映に協力していただける方を募集中です。

★健康マーじゃん 毎週水曜日 9:00～

★スクエアステップ

毎月第2・4(木)曜日 10:00～

7月9日・23日 8月6日・27日

★お菓子づくり

「水ようかん」 7月28日(火) 10:00～

★コカリナサークル 場所：地域交流室 毎月第1(水)曜日 13:30～

★おりがみ

「船頭さんと船」 8月3日(月) 10:00～

7・8月 しろがね健康いこいの広場企画

場所：しろがね健康いこいの広場

TEL 0268-23-8001

★地域リハビリ「しろがね広場」

※参加費無料

7月14日(火) 10:00～11:00

8月4日(火) 10:00～11:00

★「歌って笑って暑気払い」

※参加費 100円

8月4日(火) 11:00～12:00

健康まつり

第31回健康まつり 10月18日(日)10:00～

場所：上田生協診療所 ※実行委員募集中

連絡先 組合員活動部 TEL23-8001

///AEDと心臓マッサージ体験学習（坂城北支部）///

坂城北支部では、5月27日(水)支部総会に合わせて「AED&心臓マッサージ学習会」をさかき生協診療所にて開催し、5人が受講しました。

坂城消防署からAEDと人形をお借りし、依田看護師長からAEDの使用方法和心臓マッサージの方法について説明があり、いざという時に備え、実際に体験しながら学習しました。

組合員活動部 斉藤 茂彦



///ニュースポーツ（モルック）体験学習会///



健康づくり委員会では6月15日に、「ニュースポーツ体験学習会」を開催しました。会場となった塩尻地区公民館には、地元の塩尻支部・健康づくり委員・職員を合わせて26人が参加しました。上田市社会福祉協議会よりインストラクターを派遣していただき、モルックとボッチャで汗を流しました。多くの方が初体験で、大いに盛り上がりました。

組合員活動部 佐々木 美和

Recipe #7

琥珀糖

材料 粉寒天 8g
水 200cc
砂糖 300g
かき氷シロップ 好みの量
(写真はブルーハワイ)

作り方

- ① 鍋に水と粉寒天を入れ中火で加熱し、とろく。
- ② 沸騰したら弱火にしへらで2分混ぜる。
- ③ 砂糖を加えてとろくし、火を止める。
- ④ ③にかき氷シロップを入れて混ぜる。
- ⑤ 型に流す。冷蔵庫で冷やす。
- ⑥ まな板に出し、星形の型でくり抜く。または好みの形に切る。
- ⑦ ゼルまたはケーキクーラーに並べて乾燥させる。(2～3日)

塚田美知子(坂城北支部)



夏のくらし助け合いのお知らせ

アメリカのイラン攻撃による物資不足や物価高、さらに円安が追い打ちをかけて、物価の高騰は止まる気配すら見せないまま私たちの生活を脅かしています。

こんな時だからこそ、みんなで助け合い、平和を願ってこの困難な状況を乗り越えましょう！

支援物資の配布をおこないます。米、野菜、麺類などの食材、衣服(未使用)、文房具など

日時 7月26日(日)10時～11時

場所 上田生協診療所 待合室

※ ご協力いただける支援物資を募集しています。ご連絡ください。

生活相談・健康相談をおこなっています。お気軽にご相談ください。



詩

虹の文芸

上原みち子（坂城北支部）

季節の貯金

季節の貯金をするように

梅仕事をする

一日目にやること

二日目にはこうして

三日目には……と仕事は進んで

一週間もすればやることは終わり

あとは時間に任せて

待つのが仕事だ

守りたいのは

こんな穏やかな時間

こんなささやかな暮らし

梅仕事なんて一度も

やったこともなさそうなあの人は

一体何を守りたいのだろう



清水たけ（秋和支部）

第116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

早期発見・早期治療

タテのカギ

- ① 体細胞が過剰に増殖する病変。良性と悪性に分けられ悪性のものをガン（癌）と称する。「腫瘍」と書く。
② 唾液（だえき）のこと。「○○を飛ばす」

- ③ 旅行・登山等の案内人。「バス○○」
④ 健康・体力の増進を目的として規則正しく体を動かす運動。「ラジオ○○○○」

- ⑤ 胃病に用いる粉薬。重曹が主成分。
⑥ 細胞や病原菌が組織のある場所から他の場所に移り変化を起こすこと。
⑦ 心臓から押し出された血液が血管壁におよぼす圧力。「○○○○計」

ヨコのカギ

- ① 健康でない異常状態。病気。「疾病」と書く。

- ④ 気道の粘膜から分泌される粘液性の分泌液。「○○がからむ」

- ⑥ 金属元素の一つ。元素記号Fe。地球上ではアルミニウムに次いで豊富に存在し人間の生活に広く関係し広範な用途がある。「砂○○」

- ⑧ 豆乳を煮たて、表面の薄い膜で作った食品。京都・日光産は有名。

- ⑨ 肩の前方にあり胸骨と肩甲骨（けんこうこつ）をつなぐ長骨。

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

- ⑩ 水や薬液で口やのどをすすぎ清めること。「嗽」と書く。

- ⑪ 独立した事務所をもたず他の法律事務所に雇用されている弁護士。

- ⑫ 肺につながる空気の流れ。「○○○確保」
⑬ 医学・医療に関する事柄。「○○評論家」

★ 答えはハガキで。

正解者の中から抽選で5名の方にみなさんに図書券を贈呈します。住所、氏名、答え、よろしければ「千曲川のにじ」の感想、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、図書券の発送をもってかえさせていただきます。
〒386-10042
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18日（火）。
※ 前回の答えは、

「労働者（ろうどうしや）」でした。

読者の声

● 老健「なないろ」の記事を興味深く読みました。楽しそうですね。私も80才を過ぎこの先どうなるか不安もあり参考にさせていただきます。

(K・R)

● 毎回「千曲川のにじ」を届けてくださる方に感謝しています。医療の現状がわかり、楽しみに拝読しています。

(B・R)

● 毎年3月に人間ドックを受けてます。胃カメラが苦手でしたが今年は割とスムーズに終えることができました。小林哲之先生が診てくれました。

(T・M)

● 前号の「わたこんや大会」の記事で訪問看護ステーションの実践報告を読み、日常のリアルな活動状況が私のような素人にも手を取るようになり読み応えがありました。大変なお仕事です。しかしやりがいのある仕事ということが紙面から伝わってきました。

(I・T)

● フレイル診断の記事はとても良かったです。今後の課題もわかりました。この表を先々までチェックしようと思います。しろがね広場での健康講座を計画していただけるとありがたいです。

(I・H)

集記

● 第44回総代会が開かれました。様々な課題がありますが、職員、組合員が一体となり前進に向け取り組みを進めましょう。

● 今年4月から東信医療生協は新体制になりました。みなさんのさらなる利用促進をお願いいたします。そして健康で生き生きとした生活を送りましょう。

次号発行は9月9日水です。

生協診療所 診療担当表

2026年 7月1日～

体調不良等で受診を希望される方は診療所へお電話ください。
送迎ボランティアご希望の方は受付で申し込みください。

□上田生協診療所 ☎ 0268-23-0199 FAX 0268-23-0449

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	松澤	月城	三林	矢部	松澤	第1	小林(哲)	中山	
	胃カメラ		小林(哲)	月城	小林(寛)	三林	第2	松澤		
	一般外来	小林(哲)	三林	若林	小林(哲)	近藤 (3週)	第3	小林 (哲)	吉澤 國府田	
		松澤 (10:00～)	月城 (10:00～)	松澤	月城	佐藤 (2,4,5週)	第4	松澤	大久保	
						小林(哲)	第5	松澤または小林(哲)		
	乳腺外来				成田 (3週)	◀患者移行のみ		休 診		
午 後 14:00～ 16:40 (受付 16:30まで)	一般外来	松澤 午後(健診含)	三林	月城	小林(寛)	三林				
				松澤 (2,4週)	小林(哲) 午後(健診のみ)	近藤 (1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)		小林(哲) (1,3週)				
				月城 (1,3週)		松澤 (2,4週)				

午 前	訪問診療			三林 (10:00～)		松澤 (10:00～)
午 後		小林(哲)	月城	三林	月城	小林(哲)
			小林(哲)	松澤 (1,3,5週)	小林(哲) (健診後)	

□さかき生協診療所

☎ 0268-82-0101

FAX 0268-82-0102

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	松澤	矢部	松澤	休 診	休 診
午後 15:00～18:00 (受付 17:30まで)	一般外来			休 診	松澤	松澤 (1,3,5週)	
	訪問診療		松澤				

組合員のみなさまへ

带状疱疹ワクチンの予防接種ができます。

带状疱疹ワクチンの接種のすすめが市町村から届いている方(対象年齢の方)は、公費による接種費用の助成が受けられます。(過去に同ワクチンを接種した方を除く)

予約いただいた段階でワクチンをお取り寄せいたしますので、ご希望の方は生協診療所へ連絡ください。

上田生協診療所 TEL 0268-23-0199

さかき生協診療所 TEL 0268-82-0101

