

西都保健生協の 組織現勢

(2024年2月29日現在)

- 組合員数 13,320人
- 出資金総額 4億7,635万円
※一組合員平均35,762円

西都保健 生協だより きずな

No.628 2024年3月号

- 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>

▶ マントをエプロンに替えてチームでみなさんの生きるを支える
ナースレンジャー。水天宮前に降臨。



「生きる」を支える 訪問看護活動

さいと訪問看護
ステーション
清瀬事業所

その人に今必要な環境を整えて

いつまでも住み慣れた家や地域で過ごしたい、そんな想いを持ちながらも無理だろうとあきらめていませんか？ 生活環境という社会的要因で私たちの生き方を左右してしまうこともあります。そんなお手伝いも看護の一つだと考えています。

**こんなこと頼めない
なんて
思っていないませんか**

訪問看護はご自宅に伺って看護を提供するサービスです。

ご利用にあたり、「おむつ交換なんて頼めないんですよ?」「着替えもしてもらえないの?」

そのような質問を受けることがあります。生活環境を整えることは看護師の大事な仕事で、医療と介護を分けることなどできません。

利用者さんが心地よく安全に生活するために必要なことを支援します。

そして、他の機関と連携して必要なサービスに繋げていくのも訪問看護の仕事と考えるています。

お一人暮らしの男性の利用者さんの食が整わず、自炊を進めていくために簡単に作れる料理と一緒に作って覚えていただく看護を実践しているケースもあります。

暮らしに必要なことを力を借りながら

「お掃除」は訪問看護として保険請求できないサービスではありません。



せん。しかし、介護用ベッドが必要になってでも入れるスペースがない……。ご家族がいらっしゃればお願いしていくところですが、いない方もいらっしゃると思います。その方の気持ちを伺い大事にしながら片付けをするお手伝いをしたケースもあります。

どうしたら良いのだろうと、ケアマネさんや、時には診療所やクリニックとも相談し、協力して……。生活の質を大事に、連携して支援をするのが、西都保健生協の事業所の強みだと、日々感じながら仕事をしています。

1面の続き

「生きる」を支える 訪問看護活動

その人に今必要な環境を整えて●さいと訪問看護ステーション 清瀬事業所

どう過ごしたいのかを常に目の前に置いて

動くとすぐに苦しくなってしまう在宅酸素をご利用中のお宅へ訪問をしていました。日常の看護だけでなく、「どのように過ごしたか」を大切に考えながらお花見や法要参列の支援も行い在宅療養を支えてきました。

訪問開始から1年後、病状が悪化して入院。どこで最期を迎え

ちょっとしたことから

訪問看護が終了してその後、病状が悪化して入院。どこで最期を迎えるのか？を判断しなければならぬ時期に、体力面・精神面ともに不安を持っているご家族は、お家で過ごすことに自信が持てず迷われていました。でも「帰りたい！」というご本人の言葉に退院を決意し、お家で過ごすことができました。ご家族に「帰れてよかった」と言っていたいただきました。



大勢の手で支える在宅療養だからこそその方の想いに寄り添った支援をしたいと思っています。

訪問看護が終了してその後、病状が悪化して入院。どこで最期を迎えるのか？を判断しなければならぬ時期に、体力面・精神面ともに不安を持っているご家族は、お家で過ごすことに自信が持てず迷われていました。でも「帰りたい！」というご本人の言葉に退院を決意し、お家で過ごすことができました。ご家族に「帰れてよかった」と言っていたいただきました。

活環境の崩れから健康が損なわれることがあります。その、ちょっとしたことでの相談ができる場になれると幸いです。地域の活動に参加する中でそこで暮らす方々の健康を守るお手伝いができると思っています。

西都保健生協では昨年7月から3つのステーションが1つになり「さいと訪問看護ステーション」として活動を始めました。各事業所の担当地域は変わりませんが、大型化のメリットを活用し、協力し合っ

たって地域の力をつけて活動していきたいと考えています。(副所長 江上由美子)



まんが・波来士

2024年診療報酬改定 開業医・診療所は軒並み経営悪化を予測

「初再診料の3点、2点なんてポーズ」「見かけだけ増額して実質大幅減額の改定には怒りが収まりません」。医療専門サイト「M3ドットコム」のマンスリーレポートには、このように診療報酬の改定に伴う開業医たちの懸念の声を紹介されています。

物価高騰に対し、公的価格が定められる保険医療機関では、従事者の賃上げには診療報酬の改定が必須です。しかし今回の改定は地域の診療所には特に厳しいものになりました。賃上げを条件にした、初診料、再診料等の改定増はせいぜい賃金のわずか1・2%どまり

また、医療のデジタル化を促進させるとして、電子処方箋や電子カルテ共有などのIT機器・技術を活用した医療提供の加算が新設。マイナ保険証の利用率増と絡めて、何が何でも保険証廃止に進もうという意図が露わになった改定といえます。

(他の民間企業に遠く及びません)。一方でいわゆる生活習慣病に関する治療指導の報酬や外来の加算料が大部分にわたって廃止、処方箋料も減額され、1診療所1か月あたり百万円単位の報酬減も有りうる状況で、賃上げどころではありません。「M3ドットコム」によれば開業医の75%は経営悪化を予測、1割から2割の減収も考えられ、閉院も視野に入られる診療所もあるほどと伝えられています。

診療報酬は健康保険の要でありいわば国民のいのちを守る原資です。財界等の恣意的配分で現場を顧みない今回の改定に、医療福祉生協は抗議の声を上げています。

事業所
だより
Vol.23

花粉症による副鼻腔炎とお口のトラブル

西東京生協歯科

暖かく過ごしやすくなりましたが、この季節は多くの人を悩ませる花粉症の時期でもありますね。今回は「花粉症が悪化して副鼻腔炎になってしまった場合、それが原因で歯が痛くなるかも？」についてお話しします。

「副鼻腔炎」は「蓄膿症」とも呼ばれ、粘りのある濁った鼻水や鼻づまりな

むし歯かなと思ったら副鼻腔炎ということも

副鼻腔炎を起こすことでもあります。



花粉症になると鼻づまりにより口呼吸になり、口の中が乾燥しやすくなります。そうなることで細菌が繁殖しやすくなり虫歯や歯周病などお口のトラブルのリスクを高めてしまいます。そのほかにも鼻づまりがひどくなり副鼻腔炎を起こすこともあります。



副鼻腔炎によって出てくる歯の痛みの特徴

- ▶ **上の奥歯の痛みや浮いたような感じがする**
上の奥歯は副鼻腔に近く炎症が根の先から歯の神経に伝わり痛むことがあります。
- ▶ **複数の歯が痛む（どの歯が痛いかわからない）**
むし歯の多くは一本の歯が痛くなったり沁みたりしますが、副鼻腔に炎症が起こると根の先が近い奥歯全体が痛むことがあります。
- ▶ **左右どちらかに症状が出る**
副鼻腔炎は両方に起きますが歯痛が出るのは急性化した左右どちらかであることが一般的です。
- ▶ **多くは神経を持つ歯に痛みが出る**
すでに神経がない歯は影響を受けにくい特徴があります。咬んでいない時に起こる痛みは神経が生きている歯ですが、咬んだ時に起こる痛みは神経の有無にかかわらず発生します。

どの症状が現れたり、副鼻腔に膿が溜まることで、頭痛や顔（おでこや頬）



副鼻腔に膿が溜まる状態

稀にその炎症が歯の根の先や神経を圧迫して強い痛みがでるので、むし

の痛み、歯の痛み、においがしないなどといった症状を伴ったりする病気です。

歯の痛みなのか副鼻腔炎なのか迷ったらチェックしてみよう!

- ✔ **冷たいものや熱いものが沁みるか**
副鼻腔炎が原因の場合、多くは歯の神経が圧迫されることによる痛みです。そのため飲食の温度差はさほど影響はありません。
- ✔ **自分で痛い歯を特定できるか**
副鼻腔炎が原因の場合はこの一本だけが痛いということは少なく、2~3本の歯や全体的に痛むことが多いです。

歯かな？と思われるかも
しれません。
まずは受診を

どの歯かわからないけど、上の奥歯が痛い、そういう場合は花粉症で鼻づまりもあるな...と思ったら、耳鼻咽喉科を受診しましょう。副鼻腔炎を治療したら歯の痛みもなくなるかもしれませんね。しかし歯が原因で副鼻腔炎になるケースもあるため、歯の症状が強い場合は歯科受診をお勧めします。



(衛生士部長 栗島純子)



健康サポート室 保健師
高江洲 智穂

健康サポート室より

生活習慣病シリーズ Part **10**

糖尿病② 生活習慣病予防全般に効果的!

糖尿病連携手帳の活用を

HbA1c(ヘモグロビン エーワン・シー)とは

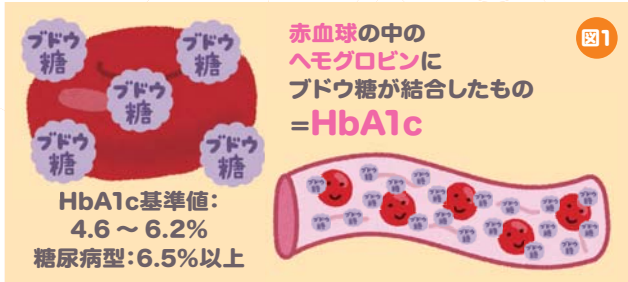
糖尿病の早期発見や診断の時に活用されるのが、HbA1cという検査値です。健康診断で見たことがあると思います。基準値は4.6～6.2%で、糖尿病型の診断は6.5%以上です。赤血球中のヘモグロビンにブドウ糖が結合した量を測定しています。HbA1cは過去1～2か月の平均血糖値を反映するといわれています(図1)。血糖値と違い、HbA1cは食事の影響を受けないために食前食後を問わずいつでも検査ができます。

今月は、HbA1c(ヘモグロビン・エーワン・シー)という検査値について一緒に学んでいきますが、糖尿病では血糖やHbA1cという数値以外にも、自分で把握しておいたほうがよいものがあります。なにを確認すればよいでしょうか? おすすめなのは、「糖尿病連携手帳」を活用することです。ご紹介します。

ります。採血結果を自身で理解し、食事や運動での治療を行っていくことが大切です。

糖尿病連携手帳の活用を

糖尿病連携手帳というものがありません。ご自身のデータなどを記録して携帯する手帳です。他の医療機関を受診したり訪問看護やケアマネジャーにも自身の状態を把握して



検査結果	
検査日	✓ / ✓ / ✓
施設	
体重(kg)	
血圧(mmHg)	✓ / ✓
血糖値(mg/dL)	空腹時・食後 分
HbA1c(%)	
AST/ALT	✓ / ✓
γ-GTP	
LDL-C/HDL-C	✓ / ✓
中性脂肪	
eGFR	
クレアチニン	
尿アルブミン指数	mg/gCr mg/gCr
尿蛋白 定性	--・±・1+・2+・3+ --・±・1+・2+・3+
(診療・指導のポイント)	

他に必要なものは? 記録には体重や血圧、肝機能、コレステロール、腎機能などが記載できます。メタボリックシンドロームからの糖尿病では肥満・脂肪

参考: 日本糖尿病学会
監修 医師 大亀路生

注意事項は多いですが、糖尿病予防改善の生活は、生活習慣病全般を改善し、健康を維持することに繋がります。糖尿病にかかってない方にもおすすめの健康法です。



日本糖尿病学会
糖尿病連携手帳の
使い方はこちらから



あたまの体操

さがしてならべて

2枚の絵の文字を探して言葉にしてみよう!

A



B



出題・MISORA

※正解の答えはページにあります。

ちょっと
教えて

からだところの

Q&A



糖尿病は太っている人の病気ですか？

A

太っているから糖尿病になったり、痩せているから糖尿病にならないというわけではありません。確かに肥満は糖尿病リスクの一つで、内臓脂肪によりインスリンの効きを悪くするといわれており、高血糖状態になりやすいです。逆にその高血糖状態が持続すると、急激に痩せてしまうこともあ

ります(糖尿病が重症な状態。他に、遺伝や一型糖尿病、服薬の影響など、肥満に限らず糖尿病になる方もいます。見た目ではわからないため、定期的な受診や健康診断で糖尿病の状況を確認することが大切です。



猿渡トレーナーの体操ワンポイント

左下のポイントを
確認しよう

カニ歩き

今回のワンポイントはお尻の横側のエクササイズです。歩行時や片脚でバランスをとった時のふらつき改善に効果的です。



1 横 スタートポジション 後



膝がつま先より前に出ない

前傾姿勢ですが背筋は真っすぐ

1 股関節から折るように重心を下げる。(膝は自然と曲がる範囲で)

ポイント

脚の力ではなく、お尻の横側を使って歩きましょう。(頭の上下動がなくなります)

2



頭の位置を出来るだけ変えないように

足幅は肩幅

2 足幅は肩幅。膝とつま先が同じ方向を向いています。

※この姿勢を崩さないで横歩きます。

3



右に横歩きは左のこの辺を使いながら移動します

3 頭の位置を出来るだけ変えないように右に4歩横歩き→左に4歩横歩き。

(5~10往復)

東村山

1/22

美住・富士見 支部新年会

4年ぶりの新年会。20人ほどが集合!獅子舞に頭をかじってもらってから乾杯!銭太鼓を花笠音頭に合わせ披露。福笑い・バンド・うたごえと楽しい出し物がたくさん。あまりの楽しさに加入してくれた人も!!「楽しくなければ生協じゃない」がモットーの美住・富士見支部。本領発揮です!



こんなこともありました

組合員と事業所の連携で!
お隣さんの気がかりを
診療所に連絡して命を救った!

組合員さんから「お隣の家のドアに配食弁当がぶらさがったままになっている」と心配して北多摩生協診療所に連絡が入りました。事務長判断で警察に連絡。警察が中に入ると住人の方が倒れていました。組合員さんと診療所の判断でお隣さんが一命をとりとめました。朝まで様子を見よう…と思っていたら間に合わなかったかもしれないとのこと…。いざという時には診療所にも連絡を!

組合員のひろば

凧

北多摩生協診療所 デイケア室

デイの利用者さん達で作った凧をれん凧にしてみました。

支 部	2月の加入者	組合員総数	2月の出資金		出資金総額	
			人数	額(円)		
小	一 中	1	571	1	5,000	12,296,000
	二 中	0	274	0	0	7,120,000
	三 花	3	439	3	15,000	23,026,000
	四 中	0	207	0	0	6,740,000
	五 中	0	193	0	0	10,745,000
平	上 水	0	117	1	20,000	9,730,000
	大沼天神	0	486	1	5,000	10,295,000
	美園萩山	1	799	2	30,000	46,491,500
事業所	事 業 所	2		31	272,500	
	清瀬	東	2	1,996	19	352,500
東村山	西	5	1,206	16	256,000	67,998,500
	中 央	3	883	17	135,000	32,949,000
東久留米	美住富士見	2	305	2	20,000	7,385,000
	野火止	2	695	4	25,000	18,475,500
	北 山	1	299	1	5,000	13,526,000
西 京	東	0	576	1	5,000	21,584,500
	中 央	0	1,248	10	148,000	27,463,500
	西	1	892	1	5,000	30,147,500
そ の 他	東 京	0	1,077	9	90,000	21,165,000
	の 他	0	1,057	8	50,000	28,578,000
合 計		23	13,320	127	1,439,000	476,349,500

理事会 だより

第55期第9回定例理事会
日時・2月28日(水)

感染症予防のため会場を分散しリモートによる会議としました。

【報告事項】

1 経営活動報告
1月の経常利益は10116万円の赤字、予算差570万円赤字幅拡大、前年差984万円の減益。累計で3845万円の黒字、予算差1245万円の超過、前年差907万円の減益でした。医科診療所でインフルエンザなどの発熱対応が増え

2 償却資産等購入申請
みその診療所、みその歯科、ヘルパーステーションこだまの複合機の買換えを承認しました。

3 管理者の任免
竹村恵子 介護統括責任者を3月31日付で離任。池谷夏美、さいと訪問看護士、シヨシヨ看護師(元みその診療所看護師)を4月1日付で介護統括責任者に任命。

4 能登半島地震義援金
皆様からお預かりした義援金46万4874円を日本医療福祉生協連を通じて届けました。ご支援ありがとうございました。

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。

各地域の
活動を
紹介します

2023年度 笑顔いっぱい 活動が広がりました

今年度は、これまで制限せざるを得なかった活動の再開がたくさんありました。
バス旅行や健康チェック、新年会！どれも人と人とのつながりを実感する時間となりました。

西東京

6/23

バス旅行

戦争には必ず付随する「秘密」(防諜・報謀略宣伝)という側面を担っていた登戸研究所の視察へ。
まずはバスの中で新感染予防5か条学習会！そして、平和の大切さを学んだあとは美味しいランチを黙食&ひそひそ話で♪遠ざかっていた仲間であつた親交を深めました。



東久留米

2/17
18

くらしフェスタ
くるめ

くらしフェスタくるめイベントで健康チェックと猿渡健康運動指導士「レッツ脳トレ」を開催！
いつものように参加者皆さんから楽しい笑い声が聞こえてきました。後ろで見ていた市の職員も思わず笑っていましたよ！



小平

11/30

五中秋の集いで、
こころとからだの
リフレッシュ！

五中支部ではさいと訪問看護ステーション所長鈴木明里さんから「ツボでセルフケア」、猿渡健康運動指導士から「楽しくストレッチ」を体験しました。太極拳をなさっている方が多く東洋医学の考えとツボの働きを座学後、体操プログラムがあり大変好評でした！



清瀬

10/13

竹丘1・2丁目班会
健康
チャレンジ宣言

健康チェックの後、健康チャレンジの話で盛り上がり、全員で参加することにしました。みんな達成できたかな？



11/9 明治薬科大学の学生さんと交流

敬老のお祝いに組合員さん訪問。実習中の明治薬科大の二人も参加。医療生協が一般の医療機関と違うことを実感してもらえた瞬間でした。



西東京生協歯科 西東京

〒202-0001 電話 042-439-0071
西東京市ひばりが丘2-6-29 FAX 042-439-0085

診療時間	午前9:00 ~12:00	午後1:30 ~4:30	夜間5:30 ~8:00
月	島崎・吉川 [訪問]飯村	小石・吉川 [訪問]飯村・島崎	小石 松田(月2回)
火	長谷川 飯村 [訪問]小石・渡邊	長谷川 飯村 [訪問]小石・渡邊	
水	小石・会沢 飯村(月3回)	第1・2・4休診 小石(第3・5) 飯村(第3・5)	
木	伊波・小石 [訪問]飯村・砂川	伊波・小石 [訪問]飯村・砂川	
金	小石・伊波 飯村(10:30~13:00) [訪問]吉川	小石 飯村(15:00~18:00) [訪問]吉川	
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18:30~20:00です。

みその診療所 小平

〒187-0041 電話 042-342-7270
小平市美園町1-2-16 FAX 042-342-7361

受付時間	午前8:50 ~11:30	午後2:20 ~4:30	
月	小野田(内)● 小松(内)	小野田(訪問) 山本(糖)●	
火	定(内) 木嶋(内1・3) 谷口(糖2・4)●	永田(糖)● 小野田(訪問・午糖) 大沼(内・呼)(2:20~6:00)	
水	井上(内・呼) 小野田(訪問午前)		
木	松田(内)	今村(内・消)	
金	小野田(内)● 竹中(内・呼)	高橋(内・糖) 鈴木(糖)● 小野田(訪問)	
土	小野田(内1・3)● 定(内)		

- 受付時間 午前8:50~/午後2:20~/火6:00まで
- 禁煙外来、睡眠時無呼吸外来を行っています。
- 名前のあとの●は予約外来です。

富士見通り診療所 東久留米

〒203-0053 電話 042-471-2291
東久留米市本町3-3-23 FAX 042-472-0131

診療時間	午前9:00 ~11:30	午後2:00 ~4:30	夜間5:30 ~7:00
月	橋爪(内)	橋爪(内)	橋爪(内)
火	松井(内)	松原(内1・3) ※2・4・5は休診	
水	橋爪(内)	橋爪(内) ※第5は休診	
木	三輪(内)	大道寺(内) 松原(訪問) 三輪(訪問)	大道寺(内)
金	橋爪(内)	橋爪(内)	
土	橋爪(内1・3・5) 小堀(内2) 嶋崎(内4)		

- 受付時間は診療開始の20分前からです。
- 禁煙、睡眠時無呼吸外来は橋爪医師です。
- 新型コロナワクチン接種は予約制で行っています。
- 健診は火・木・土曜でご予約をお願いします。

みその歯科 小平

〒187-0041 電話 042-347-3680
小平市美園町1-2-16 FAX 042-342-7250

診療時間	午前9:00 ~11:30	午後1:30 ~4:30	夜間5:30 ~8:00
月	中野・原田・久保・齋藤 [訪問]高橋	中野・原田・久保・齋藤 [訪問]高橋	
火	高橋・松田・原田・久保 [訪問]齋藤・伊藤	松田・原田・高橋 12:30~3:30・久保(隔週) [訪問]齋藤・伊藤	中野・松田
水	中野・原田・久保(1・3・5) 吉川(2・4) [訪問]久保(2・4)	中野・原田・久保 (1・2・4は休診)	
木	原田・高橋 松田(1・3・5) [訪問]中野	12:30~3:30 高橋・松田・久保 [訪問]中野・原田	久保 松田
金	中野・久保(1・4)・原田(1・3) 会沢(2・4・5)・伊藤 [訪問]桐原・久保(2・3)・原田(2・4)	会沢(2・4・5)・中野 久保・伊藤・原田(1・3) [訪問]桐原・原田(2・4)	
土	原田・会沢・久保 (上記各週交互)伊藤(毎週) [訪問]桐原・中野(隔週)	原田・会沢・久保 (上記各週交互)伊藤(毎週) [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。
- 予約制ですが、急患の方はご相談ください。
- 急患の受付時間は午前11時まで。午後は4時までとなります。

医療、看護、介護のご相談はお気軽に

● さいと訪問看護ステーション	tel.042-346-1661 / fax.042-346-1668
● さいと訪問看護ステーション 清瀬事業所	tel.042-491-1255 / fax.042-496-7004
● さいと訪問看護ステーション 東村山事業所	tel.042-393-6518 / fax.042-393-6554
● 泉居宅介護支援事業所	tel.042-348-8534 / fax.042-344-7155
● ケアプランセンターきずな	tel.042-496-7815 / fax.042-496-7816
● かるがも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こだま 虹・東村山出張所	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
● 東村山協議会	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 電話 042-393-5903
東村山市本町4-2-32 FAX 042-395-5612

診療時間	午前9:00 ~12:00	午後2:00 ~4:30	夜間6:00 ~7:30
月	徐(内)	鈴木(神経内科) 訪問診療	
火	片山(内) 訪問診療		
水	太田(内科)	太田(糖尿) 訪問診療	
木	徐(内・消化器) 三谷(糖尿)	吉田(内科・循環器) 松井(内・神経内科)	吉田(内科・循環器)
金	徐(内) 訪問診療	古谷(内・呼吸器) 訪問診療	
土	星(内・呼吸器2) 赤羽(内・呼吸器4) 松井(内・神1・3・5)		

- 受付時間 午前8:40~/午後1:30~/夜間5:30~
- 禁煙外来、エコー検査も行ってきます。
- 訪問診療新規受付中! ご相談ください。
- 発熱、せき症状がある場合は必ず事前に電話を!

北多摩クリニック 清瀬

〒204-0013 電話 042-496-7760
清瀬市上清戸2-1-41 FAX 042-496-7761

診療時間	午前9:00 ~12:00	午後4:00 ~6:00	訪問診療
月	保坂(内)		保坂
火	保坂(内)		保坂 歯科訪問診療
水	保坂(内)		保坂
木	小島(内)	保坂(内)	保坂
金	保坂(内)		保坂 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。
- エコー検査を行っています。
- 各種健診・土建健診は診療時間内に行っています。
- 発熱・咳等などの症状がある場合は事前に電話を。

清瀬診療所 清瀬

〒204-0021 電話 042-493-2727
清瀬市元町1-13-27 FAX 042-493-2751

診療時間	午前9:00 ~12:00	午後2:00 ~4:30	夜間5:30 ~7:30
月	穂苅(内・神内)		
火	大亀(内・予約) 相引(内)	大亀(内) 訪問診療	大亀(内) (17:30~19:30)
水	穂苅(内・神内) 古内(呼内) 訪問診療 内視鏡検査	大亀(内・予約)	
木	大道寺(内) 阿部(健・内) 訪問診療	桑木(循2・4) 阿部(内・更年期) 訪問診療	
金	大亀(内) 伊藤(内・予約のみ) 内視鏡検査	伊藤(内) 訪問診療	大亀(内) (17:00~19:00)
土	伊藤(内) 根本(内・予約) (受付は11:30まで)		

- 各種健診、人間ドック、エコー検査、内視鏡検査実施中(予約制)
- 健康相談、栄養相談を行っています。
- 更年期症状・もの忘れ、ご相談ください。
- 訪問診療新規受付中! ご相談ください。