2024年1月 診療のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	菊　池（所長）	担当医 健診 淺　井	菊　池（所長） 胃カメラ 長谷川	大久保	菊　池（所長） 胃カメラ 中　山 禁煙外来	輪番 第2土曜日は休診
	通所リハビリ	通所リハビリ	通所リハビリ	通所リハビリ	通所リハビリ	通所リハビリ
午後 2:30~4:00	午後休診	石　津 午後5：00まで受付いたします。 往診 野　口	菊　池（所長）	大久保	急患はご相談ください	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

●1月4日(木)夜間診療は休診となります。
●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　◆栄養相談…水曜日午前 第3土曜日
◆禁煙外来…金曜日
※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。

何でも相談外来

例：通院している病院・クリニックで専門用語が分からない。
例：（家族が）認知症かな?
例：医療費が心配で受診できるか知りたい。
例：何科に診察しに行けばいいか分からない。

最初に『何でも相談外来にお願いします。』とお伝えください。看護師が折り返しお電話します。

お名前と電話番号、繋がりやすい時間帯なども教えていただけると幸いです。

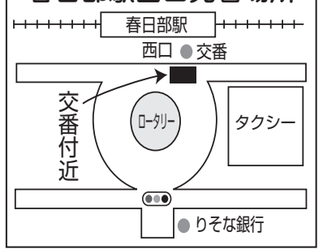
連絡便のご案内

診療所↔春日部駅西口(交番付近)の連絡便をおこなっています。

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	

春日部駅西口発着場所



土・日・祝日以外毎日運行しております。ご利用ください。

診療所日誌

1月のスケジュール

9(火)	●事業所利用委員会
22(月)	●社保委員長会議
23(火)	●保健委員長会議

にじのはこから!!

2023年11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、皆様からのご提案をもとに、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

R70 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312号
診療所だより 2024 1月号
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
FAX 048-752-6173
ご意見をお聞かせ下さい　にじのはこe-mail：kasukabe@mcp-saitama.or.jp
かすかべ生協診療所 Xアカウントです。診療所の最新情報を発信しています。
ホームページ　http://www.kasukabe-sin.net/

明けましておめでとうございます。

2024年 辰

健康をつくる。平和をつくる。いのち輝く社会をつくる。

かすかべ生協診療所が大切にしている理念“元気な人も病気の人も気軽に立ち寄れ、健康を守り、増進に役立つ機能を持った診療所・教育や法律の専門家への橋渡しができるような、いのちと暮らしのよろず相談ができる診療所・健康で生き生きと暮らせるための明るいまちづくりをすすめる、医療生協の拠点としての診療所”を患者・組合員の皆さん、地域の方々と一緒に今年はどんな形にしていこうか。毎年、新年を迎えるこの時季に新たな気持ちで考えます。

2024年4月…桜の花が咲く頃には診療所の隣に介護施設「生協ケアホームひだまり」が開設します。小規模多機能ひだまり・グループホームひだまり・かすかべ生協診療所通所リハビリの3つの介護事業と1階には集いの場・地域交流スペース「やわらテラス」が入ります。建設委員会では「元気な人も病気の人も・子供も大人もご高齢の方々も誰でも気軽に立ち寄って“居心地の良いところ”にしていこうね。」と準備を整えています。

かすかべ生協診療所とケアセンターひだまりが組合員・地域の皆さまと力をあわせて“事業”と“お互いさまの助け合い”のネットワークで「ここに住んでいれば安心」のまちづくりをすすめていきます。今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

かすかべ生協診療所　所長：菊池　敬
職員一同

健康トピックス 冬場の換気

2023年5月8日から新型コロナウイルス感染症は5類感染症となり、感染対策も個人の判断が基本とされています。まず、感染症のことを知り、感染予防策の中でも一般家庭における「冬場の換気」について考えてみましょう。

1.感染症の分類

感染症法では、感染症患者の適切な治療と感染症の予防、まん延の防止の観点から、感染の危険性が高い順に1類感染症から5類感染症に分類しています。5類の一部まで全数把握する必要があるため、昨年の5月までは新型コロナウイルス感染症は連日感染者数を発表していたのですね。

類型	感染症名	性格
1類	エボラ出血熱等	危険性が極めて高い感染症
2類	結核、鳥インフルエンザ等、（元々新型コロナウイルス感染症はこの区分）	危険性が高い感染症
5類	麻疹、風疹、インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症等	発生・まん延を防止すべき感染症（人から人に感染する）

2.換気はなぜ大事?

まず、インフルエンザと新型コロナウイルス感染症はどのようにして感染するのか確認しましょう。どちらも飛沫感染、接触感染をします。飛沫感染は、ウイルスを含む飛沫が口、鼻、目などの粘膜に付着すると感染します。接触感染はウイルスを含む飛沫を直接触るか、ウイルスが付着したものの表面を触った手指で粘膜を触ることで感染します。新型コロナウイルス感染症はこれに加えてエアロゾル感染といって、空気中に浮遊しているウイルスを含むエアロゾルを吸い込むと感染します。

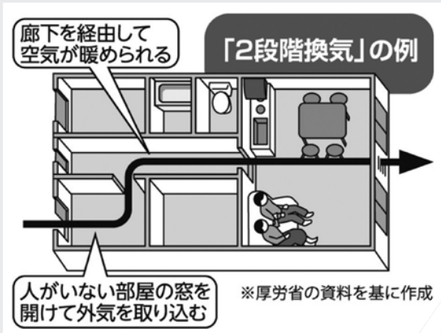
また、冬は低温で湿度が低くなると、ウイルスの環境内での活性を保つ期間が長くなります。また、空気が乾燥すると、ウイルスを含んだ飛沫やエアロゾルの水分が失われて、小さくて軽い粒子となり空中に浮遊しやすくなります。

行動制限がなくなり、いつどこでウイルスをもらっているか分かりません。また、冬場はそのウイルスの活性が長く保たれるため、換気が必要なのです。

3.冬場の換気方法

厚生労働省からは機械換気(24時間換気システムや換気扇)、自然換気(窓開け)が推奨されています。機械換気の場合は換気口を開けた状態で、24時間換気システムはいつもオンにして、正しく使用しましょう。自然換気は冬になると寒くておっくうになりますよね。そんな時は、暖房器具を付けたまま、暖房器具の近くの窓を開けると、入ってくる冷気がすぐに暖められるので、室温の低下を防ぐことができます。ただし、暖房器具の種類や設置位置の決定に当たっては、カーテン等の燃えやすい物から距離をあけるなど、火災の予防に留意してください。1時間に5分の換気を2回するように心がけましょう。

また、「二段階換気」が室温を維持するのに有効です。誰もいない部屋の窓を開けて外の空気を取り入れ、部屋のドアを少し開けて換気をします。適切な換気を心がけ、感染予防をしましょう!



※厚労省の資料を基に作成

宮代支部 焼き芋交流会

組合員さんの畑をお借りして、支部で焼き芋交流会を開催しました。

当日は、雨が降りそうな天気だったので皆で即席タープを設置。手作りのおにぎり・豚汁・お新香などが持ち寄りで大集合。支部長の佐藤さんも率先して火起こしの手伝い。「来年も暖かい時期に焼き芋やろうね」と職員含めて皆大満足でした。

春日部市の2023年度肺炎球菌ワクチン接種は 2024年3月31日(日)まで

(診療所は2024年3月31日休診日ですので3月30日(土)まで)です!

医療生協の組合員向けのご案内となります。当日の加入も受け付けておりますので、是非ご検討ください。

予防接種は予約となりますので、お電話にてご予約をお願い致します。

ご予約受付時間は平日8:30〜16:30となります。

また、かかりつけ医がある方は必ず、かかりつけの医師にご確認の上、ご予約ください。

自己負担金 2,500円

接種対象者

①令和5年度に次の年齢になる方
65、70、75、80、85、90、95、100歳

②60歳以上65歳未満で心臓、腎臓もしくは呼吸器等の機能に極度の障害を有する方

③これまでに23価肺炎球菌ワクチンの接種を1回も受けたことがない方

※上記に該当しない場合、接種料金は全額自己負担となります。

☆新型コロナワクチン、インフルエンザワクチンとは2週間以上間隔を空けて接種してください。

クリスマスコンサートを開催しました。

12月9日に、診療所の待合室で春日部5支部共催による「クリスマスコンサート」が開かれました。

職員有志によるトーンチャイム演奏でオープニング。庄和支部の「花笑み」の皆さんによる手話ダンスで心一つに。北支部の高橋清春さんのギター演奏で美しい声に聴き惚れました。

診療所の待合室でのコンサートは今回が最後。来年からはお隣に建設中の生協ケアホームひだまり内に地域交流スペース「やわらテラス」が新たな活動場所として誕生します。新棟完成を心待ちにしながらの楽しいひとときになりました。

通所リハビリ通信

通所リハビリ直通電話
048-752-6130

明けましておめでとうございます。昨年は、長らく続いていたコロナウイルスによる対応も5類へと移行となり、これまでの制限だらけの日々から少しずつ元の生活へと戻ってまいりました。

通所リハビリでもテーブルに設置されていたパーテーションが外れ、おやつ作りや外食イベントなども再開することができました。日々の生活の中に少しずつ楽しみが戻ってきた! そんな1年だったと思います。2024年4月から通所リハビリが新たに生まれ変わります。皆様に楽しく安心して通って頂けますよう職員一同力を合わせていきますので、よろしくお願い致します。また、見学をご希望の方や話を聞いてみたい方はお気軽にお問い合わせください。

ひだまり通信

今年は「甲辰」の年です。「甲」は十干の始まりにあたり、生命や物事の始まりを意味します。「辰」は草木が成長し、形が整い、活気にあふれる様子を表します。「甲」と「辰」の合わさる「甲辰」である2024年4月には「生協ケアホームひだまり」が開所する予定です。将来の大望を叶えるための準備が整う年でもありますので、未来へ続くことが期待できる一年となりそうです。

介護に関して気になることや困りごとなどがありましたら、ささいなことでもお気軽に相談ください。

今年もどうぞよろしくお願いいたします。

ケアセンターひだまり：新井　智子

お問い合わせ先 医療生協ケアセンターひだまり TEL 048-760-2630 FAX 048-760-2631