医療生協さいたま
マリーゴールド
Marigold
2023 11 No.15
医科 歯科 介護 健康づくりの安心ネットワーク
南西部地区・川越比企地区ネットワークニュース
「おたっしゃでなによりで」から「マリーゴールド」へと変わりました

小規模多機能/グループホームの機能を兼ね備えた
「生協ケアホーム」が
2024年3月に開設予定となります。

12/16(土) 生協ケアホーム大井のご案内にお伺いします!

大井協同診療所周辺および、ふじみ野ケアセンター周辺のお宅にお知らせを兼ねて日中訪問させていただくことになりました。

建設中の建物が気になっている方もいらっしゃることと思いますので、施設のことをはじめ、健康上や介護のことで知りたいことなどございましたらお話いただければと思います。

よろしくお願いいたします。

完成イメージ

聴力検査やってみませんか?

医療生協さいたまの事業所では、聴力検査も特定健診に追加できます。(¥209)
最近聞こえが悪いなあと思っても、なかなか検査の機会がありません。

自治体により補聴器の購入補助が出るところとそうではないところがあります。健診での聴力検査の項目追加と補聴器購入の補助金を住民サービスにしてほしいですね。

2023年度各市町村の特定健診も期日が11月までのところがあります。まだ受診されていない方は急いで予約を!

生協ケアセンターたかしなinformation

血圧を測る習慣を身につけましょう!

これから冬に向かって、だんだん寒くなる季節です。
体調も崩しやすくなりますが、健康管理は大丈夫ですか?
元気に過ごし続けるために、毎日の血圧測定をお勧めしています!
普段の血圧はどれくらい?どれくらいだったら健康なの?
毎日測定を続けて、自分の健康状態を観察しましょう!

WHO(世界保健機関)の定義する
正常血圧

収縮期血圧	140mmHg未満
拡張期血圧	90mmHg未満

ふじみ野ケアセンターinformation

看護小規模多機能居宅介護からのお知らせ

利用者様と一緒に楽しむおやつ作り

充分に換気をして感染対策をおこない、フロアにホットプレートを出して、良いにおいさせながら、ホットケーキを焼き、みんなで食べました。あんこバターをつけいただきました。

とてもおいしく、屋台のような気分を味わっていただけたと思います。今後も夢中になれる取り組みを行って参ります。笑顔、素敵ですね。

レシピ(3枚分)
- ホットケーキミックスco・op ……150g
- 卵 ……1個
- 牛乳 ……100㎖
- 油 ……適量

トッピング 人気!
- ハチミツ+バター
- あんこ+バター

生協ケアセンターたかしな
〒350-1137 川越市砂新田4-1-4 ブランドールビル2F
☎049-291-6001 FAX049-291-6004

ふじみ野ケアセンター
〒356-0004 ふじみ野市上福岡3-3-7
☎049-267-1104 FAX049-267-0082

医療生協さいたま
マリーゴールド
2023年11月号(No.15) デザイン:株式会社コア

ポリファーマシーという言葉をご存じですか?

ポリファーマシーとは「poly(複数)」+「pharmacy(調剤)」からなる言葉です。単に服用する薬剤数が多いことでなく、それに関連して副作用が起きたりしっかり薬が飲めていない状態のことを言います。

ご高齢になると、肝臓・腎臓の働きが弱くなり、薬を分解し体の外に排泄するのに時間がかかるようになります。また薬の種類が増えると薬同士の相互の影響が出ることもあります。

お薬手帳などをお持ちいただき、受診の際は他の医療機関で処方されている薬もしっかり伝えるようにしましょう。また、手元に残っている薬が増えてきたときには処方してもらう薬の数を調整するなどの対応も可能です。どの薬がどのくらい残っているかぜひ教えてください。

生協ケアホーム大井 2024年3月末の開設です!

ふじみ野市在住のかたへ利用者の募集を開始しています

※ケアホームで働く介護職・事務職・用務衛生職も募集しております

●1階に小規模多機能ホーム大井　定員29名

「通い」を中心に、「訪問介護」「宿泊」のサービスを組み合わせて「家でくらす」ことを支援します。「通い」で顔なじみになった職員が「宿泊」にも対応。ケアマネジャーもいるのでさらに安心。

●2階・3階にグループホーム　定員18名

「認知症」の方が共にくらすホームです。認知症によりご自宅での生活に不安のある方が、楽しみや役割を持って自分らしく生活できるよう支援します。少人数で生活するため、「なじみの関係」を築きやすく心身の状態を穏やかに保ち、認知症の改善につながると期待されています。

大井協同診療所 ルート便案内

運行日　月～金曜日 ※土日祝は運休です。ご注意ください。

巡回ルート　大井協同診療所→ふじみ野駅西口→大井協同診療所→上福岡駅西口

大井協同診療所発	ふじみ野駅西口発	大井協同診療所発	上福岡駅西口発
8:35	8:40	8:50	9:00
9:15	9:20	9:30	9:40
9:55	10:00	10:10	10:20
10:35	10:40	10:50	11:00
11:15	11:20	11:30	11:40
11:55	12:00	12:10	12:20
12:35	12:40	12:50	13:00
13:15	13:20		

大井協同診療所(内科)　11月の診療体制

変更する場合がありますのでご了承ください

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:45～12:00	中村 増山	中村 増山 関口	上西 増山 渡辺	中村 増山 渡辺	中村 増山 松村・有山	輪番
午後 14:00～16:30	中村	増山	渡辺		増山	
夜間 18:00～19:45		塩月(第1・3・4) 吉野(第2)		守谷(第2) 中村(第1・3・5)		
内視鏡 (胃カメラ)	小泉			栫	金 (第1)	小泉(第1) 川村(第3) 竹口(第4)
訪問診療		中村	増山	中村	中村	

●栄養相談…毎週水曜日
●木曜日午後・第2土曜日、日曜祝日は休診

大井協同診療所
〒356-0050 ふじみ野市ふじみ野1-1-15
☎049-267-1101
FAX049-267-1103
デイケア直通☎049-267-1115

11月8日は、いい歯の日!

いい歯の日は「8020運動」の一環として設定された日です。

「いつまでも美味しく、そして、楽しく食事をとるために、口の中の健康を保っていただきたい」という願いが込められています。自分の歯で美味しく食事を摂り続けるために、日々のセルフケアは必要不可欠です。あさか虹の歯科では11月8日のいい歯の日に合わせて、毎年11月に歯科用品の50円引きキャンペーンを行っています。歯ブラシや歯間ブラシ、歯磨き粉や洗口剤などがいつもよりお安くお買い求めいただけます。治療のご予約が入っていない方は、お買い物だけでも大歓迎です。ぜひこの機会にいらして下さい。

No.07 虹の歯科 スタッフ紹介

歯科衛生士
松本
MATSUMOTO

出身地	埼玉県
得意なこと	芸能人の身長を当てること
好きなこと	名探偵コナンの映画は必ず観ます
好きな食べ物	焼肉、果物
運動、スポーツ	毎日、腹筋ローラーをしています
一言メッセージ	患者さんが話しやすくなるような雰囲気づくりを心掛けています。安心して受診してください。

あさか虹の歯科　11月の診療体制

変更する場合がありますのでご了承ください

診療時間	月	火	水	木	金	土(第1)	土(第3)
午前 8:30～12:00	早田(ま)	島田	早田	武内(ち)	早田 島田	早田	早田
往診	早田	荒木		早田	早田(ま)		
午後 13:00～17:00	早田(ま)	早田 島田		武内(ち) 鈴木	武内 島田	早田	早田
往診	早田	荒木		早田	早田 早田(ま)		
夜間 17:00～20:00		早田 島田		鈴木	武内 島田		

●火・木・金曜日　午前 8:30～12:00
　午後 12:00～17:00
●第1・3水曜日　午前 8:30～13:00
●水曜日午後、第2、4土曜日、日曜祝日は休診

あさか虹の歯科
〒351-0033　朝霞市浜崎724-2
☎048-476-8241
FAX048-476-8242