

5月 診療体制

予約に関するお問い合わせは 午前8:30～午後8:00 となります。

※予約診療となります。新患・急患の方もまずはお電話ください。〈外来〉832-6172 〈健診〉832-6182

		月	火	水	木	金	土	
外来	午前 受付 8:15～12:30 診療開始 8:40～	1 診	肥田	肥田	肥田	吉野	肥田	〈第1〉肥田 西巻 〈第2〉長崎 〈第3〉肥田 西巻 〈第4〉玉置
		2 診	★野牛	岩本	下川	松永	★坂下	
		3 診	滝沢	★松岡	佐藤	滝沢	須藤	
		4 診			松本(光)〈第4〉			
	午後 専門外来	胃カメラ	大石	★小野(未)	大石		★小野(未)	受付 8:15～11:30 診療開始 8:40～
		食事・運動指導	木村	木村	本田	木村(第1・3) 本田(第2・4)	本田	
		内科予約	肥田	肥田	下川			
	夜間 受付 17:00～19:30 診療開始 18:00～	糖尿病		平山		保川	★坂下 安藤	休診
		もの忘れ			佐藤 〈第1・3〉	佐藤 〈第2・4〉		
	往診	午前		佐藤				休診
午後		★野牛 佐藤	岩本	肥田 須藤	吉野 松永	担当医 ★松岡		
健診	午前 健診診察	佐藤	★大谷	須藤	佐藤	★松岡	担当医	
	午後 健診結果返し	須藤	佐藤	佐藤 〈第2〉	佐藤 〈第3〉		休診	

※時間外で急用の方は、診療所代表電話でご案内する番号にご連絡ください。★印は女性医師です。

…… 広がる安心・健康づくりのセンター ……



2023年
5
月号

医療生協さいたま
浦和民主診療所
〒330-0074 さいたま市浦和区北浦和5-10-7
TEL.048-832-6172
FAX.048-832-8984
ホームページ <http://www.urasin.org/>
E-mail urawaminnsinn@mcp-saitama.or.jp

『栄養指導』?! ではなく『栄養相談』!!

～患者さんと一緒に考えます～

主治医から「栄養相談を受けていくように」と言われたら、あなたはどう感じますか? 「数値が悪かったんだ」「食生活に問題があるのかな?」「何を食えば治るのかな?」「怒られたり制限されたりするのは嫌だな」など様々あると思います。以前は「あれダメ、これダメ」と制限が多く「出来ない」と怒られる」という嫌なイメージがあったと思いますが、現在は個々の生活に合わせて「食生活の見直し」「継続出来ること」など、一緒に考えていくことを重要視した栄養相談をしています。

食生活を見直し、自分にとって何が問題点なのかを自覚し、それを実行していくことで数値の改善が見られることがあります。ぜひ栄養相談を受けて健康な身体をつくっていきましょう。

(管理栄養士：木村 美樹)

●実施日：月～金曜日
午前・午後

●料金
＜初回＞

1割負担の方	260円
2割負担の方	520円
3割負担の方	780円

＜2回目以降 1回＞

1割負担の方	200円
2割負担の方	400円
3割負担の方	600円

ご希望の方は、受診の際に主治医または看護師にお伝えください。



栄養相談の場面で、「わかっているけどできない、面倒、疲れる」という声が多く聞かれるようになりました。食事の準備など、やりたくないことを本音で話していただき、また気楽に言える時代になってきたと感じています。

病気の予防など、健康のために日常の食事を変えることは、エネルギーのいることかもしれません。完璧にできる人はいません。でもちょっと食べ方を知っているとお得なことはたくさんあります。

食の最新情報をお伝えし、患者さんの生活に合わせ何をどのように行うか、より良い方法を一緒に考えます。

(管理栄養士：本田 あき子)

『You are what you eat.』人は食べたものでできている
『医食同源』病気を治療するのも食事をするのも健康のためには同じ

『うらしんばんバス』時刻表

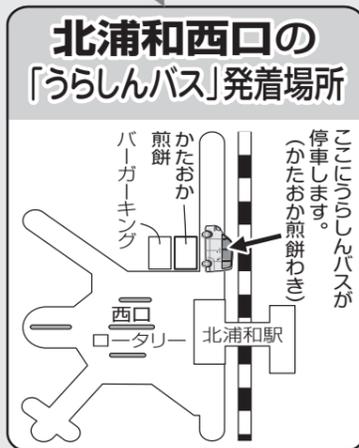


診療所のバスに手を挙げてお知らせください。



診療所行きのときは			お帰りのときは	
ケアステーションうらしんばん発	北浦和西口発	診療所着	診療所発	
8:15	8:25	8:30	8:30	
8:45	8:55	9:00	9:00	
9:15	9:25	9:30	9:45	
10:00	10:10	10:15	10:15	
10:30	10:40	10:45	10:45	
11:00	11:10	11:15	11:30	
11:45	11:55	12:00	12:00	
12:15	12:25	12:30	12:30	
12:45	12:55	13:00	13:20	

※土曜日の運行はありません。



埼玉協同病院～浦和民主診療所連絡バス運行のお知らせ

※浦和民主診療所から発車する9:05便は生協歯科に停車しません。協同病院から発車する便は、生協歯科を経由しませんのでご注意ください。
発車時間は右記の通りです。(3丁目の旧診療所には停まりません。)

	診療所発	生協歯科発
朝	9:05	
昼	12:35	13:05
夕	15:45	16:15

※平日のみ、土曜日は運行しません。

埼玉協同病院



浦和民主診療所
ホームページ

お知らせ

◎発熱や風邪症状等がある方の受診について

新型コロナウイルスは、2023年5月8日から感染症法上第5類に分類され、季節性インフルエンザと同様の位置づけになります。当診療所では感染対策として、これまでの発熱外来と同様に発熱・風邪症状などがある場合は、事前に電話連絡を頂き、指定の時間、指定の待機場所に来院して頂きます。ご理解、ご協力のほどお願い申し上げます。

◎医療費について

コロナ陽性になった場合のコロナ治療薬(解熱剤等は含まれない)については、9月末まで公費負担が継続されます。その他については自己負担が発生します。

◎マスク着用について

2023年3月13日からマスク着用は個人の判断が基本となりましたが、医療機関においては引き続きマスク着用をお願いしています。



定期巡回・随時対応型訪問介護看護

医療生協さいたま ケアステーションうらしん
【お問い合わせ】048(833)7373

このサービスは、介護が必要な方が在宅での生活を継続できるよう24時間365日、訪問介護・訪問看護を一体的に提供します。

特徴



- 事業所と同じ地域に住み票があり、介護保険の要介護1～5の方が利用できる。
- 24時間365日利用できる。
- 訪問回数によらず、利用料金は1ヵ月の月額制。
(要介護3で約30,000円/月 日割りあり)
- 訪問介護と訪問看護を一体的に利用できる。
- 決まったプラン以外にも、オペレーターを通じて突発的なニーズにも対応できる。



<2つのサービス内容>

定期巡回サービス

排せつや食事介助などの生活に必要なケアを中心に、5～20分程度の短時間のサービスを1日に複数回受けることができます。安否確認や服薬介助、おむつ交換などプランを作成し、定期的に訪問します。

随時対応サービス

利用者宅に「ケアコール」という機器を設置し、オペレーターが24時間対応します。利用者の状況を確認し、訪問すべきと判断した時にサービスを手配します。

【ケース1】80代男性、認知症の妻と二人暮らし 糖尿病治療薬の飲み忘れあり、インスリン注射の見守りが必要

	[朝]	[夕]	
月	15分	5分	インスリン注射見守り・内服確認
火	15分	5分	インスリン注射見守り・内服確認
水	15分	5分	インスリン注射見守り・内服確認
木	15分	5分	インスリン注射見守り・内服確認
金	15分	5分	インスリン注射見守り・内服確認
土	15分	5分	インスリン注射見守り・内服確認
日	15分	5分	インスリン注射見守り・内服確認

定期巡回・随時対応型訪問介護看護(定巡)のインスリン注射見守りを利用したことにより、インスリン注射・血糖自己測定(家庭での血糖測定)がもれなくできるようになり、血糖値が著しく改善しました。その結果、インスリン投与量を減らすことができました。また、血糖自己測定結果により、妥当なインスリン投与量が決定し、より適切な治療計画が立てられるようになりました。定巡利用により、低血糖症状がないかの確認も行えています。ご家族より「ヘルパーさんが見守ってくれるので安心」とお声をいただいています。
(浦和民主診療所 薬剤師)

【ケース2】90代女性、一人暮らし 自宅内で転倒し尾骨骨折。生活はほぼ自立している

	[午前中]	[10時~15時]	
月	20分	デイサービス	安否確認
火	20分		安否確認
水	20分		安否確認
木	20分	デイサービス	安否確認
金	20分		安否確認
土	20分		安否確認
日	20分		安否確認

毎朝、食事や水分補給、服薬や排せつの声掛けをし見守ることにより、生活リズムが整い、一人暮らしの不安も少なくなります。デイサービスと併用することにより、生活にメリハリも生まれます。

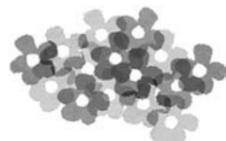
お世話になりました。(異動のご挨拶)

医事課(健診):熊谷 晃子

この度、4月11日付で川口診療所へ異動することになりました。2018年より4年半健診課でお世話になりました。入職当時、健康診断にいらした組合員さんより「頑張つて。」と励ましの言葉を頂戴したことがありました。来院される方々には本当に温かく接して頂き感謝の気持ちとともに、今は寂しい気持ちでいっぱいです。

健診課での仕事を通じて人と関わる仕事が好きであることを更に実感し、接遇向上のために介護福祉士実務者研修を受講しました。そこで介護について学び利用者様と幸せな時間を共有したいと思うようになりました。

川口診療所では介護職として新たな職種に挑戦することになります。ここで得た経験と教訓を糧に精進してまいります。



よろしくお願ひします。(着任のご挨拶)

医事課(外来):見座 幸佑

昨年12月11日に入職いたしました見座幸佑(みざこうすけ)と申します。現在は主に外来の受付、会計を担当しております。まだまだ分からないことが多く、ご迷惑をおかけすることがあるかもしれませんが、一つ一つ習得できるよう向上心を胸に日々努力して参ります。温かい目で見守っていただけると幸いです。

またフットサル、写真を趣味としております。共通する趣味をお持ちの方はお気軽に話しかけていただけましたら嬉しいです。よろしくお願ひいたします。

医事課(外来):鈴木 実優

初めまして。この度、浦和民主診療所に配属になりました事務の鈴木実優です。学生時代はコロナ禍で人と接触する機会を制限されていたので、この仕事で多くの方とコミュニケーションを取ることが楽しみです。ただ、仕事は分からないことだらけで今は不安がありますが、積極的に学ぶ姿勢を常に持ち、1日でも早く仕事を覚えられるように日々精進します。明るく元気に頑張ります。よろしくお願ひいたします。

医事課(健診):村崎 はるか

4月1日より入職しました村崎はるかとお申します。前職はまったく異なる職種だったため、右も左もわからずご迷惑をおかけすることも多々あるかと思いますが、業務習得のため日々努力してまいります。

何卒よろしくお願ひいたします。