

2019年8月末現在
組合員 4,193人
出資金 1億6,044万円
7～8月の動き
組合員 新規加入16人
退会10人



西濃医療生活協同組合

医療生協



第112号

2019年9月10日発行

(奇数月発行)

〒503-0982 大垣市久徳町153-1

TEL 0584-92-3268

ホームページ seinou.coop

編集 機関紙編集委員会

あっちでもこっちでも健康づくり

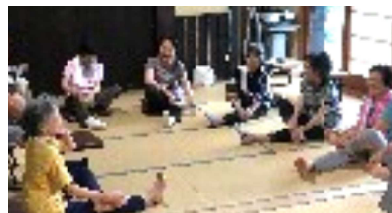
イキイキ元気に暮らせるまちづくり

地域で楽しく元気に

フレイル予防

友だちづくり たすけあい

各支部の班では、さまざまな健康づくりの活動をしています。健康班会、ハイキングやウォーキング班会、健康サロンなど気軽に集まって組合員の交流を深める活動を行っています。ご近所の方・お友達と一緒に班活動に参加してみませんか？



各地で広がる健康づくり

あなたも参加しませんか

班やサロン・サークル

- スクエアステップ（協会公認の指導員による班会）

- 笑いヨガ
- 高齢者ヨガ

- 健康ヨガ
- 健康体操

- 転倒予防など当生協の専門職員による健康講座、地域の保健センターの協力で行う健康講座

- お花見会
- みかん狩り
- ハイキング

- 料理教室
- 食事会

せいらゆう

現在、西濃医療生活協同組合には約百名の職員が働いており、さまざまな専門職が患者様（利用者様）の健康維持・向上や生活支援などの「ケア」に関わっています▼

例えば、重度の障害を持ちながらご自宅で生活されている方には往診医、介護支援相談員（ケアマネジャー）、訪問看護師、訪問リハ職員、デイサービスやショートステイの職員等、実に多くの専門職が関わります▼より良いケアを提供するためには、専門職同士が連携して情報交換し、目標を共有することが大切です。このような連携の実践はIPW (Inter - professional Work…複数の専門職間連携実践) と呼ばれ、学問の一分野として最近急速に研究されるようになってきました▼しかし医療、介護、福祉など

異なる分野の専門職が連携するのは容易なことではありません。連携しようにもまだまだ他の専門職の能力や役割について十分に理解されていないことが多いからです。そこで複数の領域の専門職が連携およびケアの質を改善するために、同じ場所とともに学び、お互いから学び合いながら、お互いのことを学ぶことが必要となります。これはIPW (Inter - professional Education…専門職連携教育) と呼ばれています。より良いIPWのためにはIPWが不可欠なのです▼医療、介護、福祉の専門職は、自分の専門について常に学習するのは当然で、さらにIPWへの取り組みを旺盛に進めていかねばなりません。西濃医療生活協同組合でも重要な課題の一つと言えるでしょう。

長谷川真基

今年の「健康まつり」は

10月20日(日)開催

ソフトピアジャパン3階
ソピアホールを会場に

詳細は、本紙折り込みチラシをご覧ください

西濃医療生活協同組合 中長期(2018年度～2027年度)計画

「住み慣れた地域で最後まで自分らしく生きる」を実現するまちづくりと事業活動

中期5か年計画 ～2022年度



診療所リニューアル

- ◎4本柱の医療活動(外来・在宅・リハビリ・保健予防)の拡充
- ◎医療・介護・福祉の連携強化
- ◎総合的相談窓口の強化

居場所・たまり場づくり

- ◎居場所・たまり場を拠点に、健康づくり
- ◎班やサロンなどを広げ、つながりづくり
- ◎「たすけあい」事業の定着(担い手ふやし)



医療生協の組織づくり

- ◎身近で参加しやすい支部・班づくり
- ◎組織担当配置など本部の組織と機能強化
- ◎地域組合員と職員組合員がともに学び育ちあう

長期ビジョン ～2027年度

最後まで自分らしくを支援する事業

- ◎「住み慣れた地域で最後まで自分らしく生きる」ことを可能にする医療・介護、そして生活支援事業の展開
- ◎高齢期のライフスタイル、終末期の生き方に
- ◎地域まるごと健康づくり・日常生活支援などの一員として、地域でさまざまな団体と結びついて医療生協らしい役割を發揮している。
- ◎1万人組合員で、地域の健康づくりネットワークで安心のまちづくり
- ◎医療生協の理念(健康をつくる・平和をつくる・いのち輝く社会をつくる)の広がり

昨年の総代会で決定した「第2次中長期計画」の2年目にあたる今年には、①すべての支部が活動の拠点となる「たまり場」づくりをめざし、健康づくり、たすけあい活動に取り組み、②中期5か年計画の重点である診療機能と医療・福祉・保健の拡充、医療・介護の連携を充実させるリニューアルを実現に向けた事業計画づくり、③組織の拡大強化と地域組合員・職員組合員が「ともに学び・育ち合う」人づくりをめざし、6千人組合員への仲間ふやしに取り組みすることを重点課題としています。

8月10日には、理事・監事研修会を開催し、医療生協の事業に求められる医療・介護の課題と「フレイル予防はまちづくり」をテーマに、テキスト学習をもとに意見交換を行いました。

しずさと診療所は開設してちょうど17年が経過しました。

診療所、デイサービス、ケアマネ事業から出発し、その後、認知症対応の小規模デイサービスや訪問看護、リハビリテーション、そして介護センター建設へと機能を拡充させてき

ました。

多死社会とも言われる超高齢社会を迎え、医療・介護体制の見直しや保険縮小、負担増などが検討されており、一人ひとりが「住み慣れた地域で最後まで自分らしく生きる」ことを支援する事業活動、たすけあい・ささえあい活動、社会保障制度充実の運動など、医療生協の機能拡充が求められています。

しずさと診療所リニューアル計画は、このような趣旨のもと、これまでの外来・在宅・リハビリ・保健予防の4本柱の医療活動の拡充とともに、医療・介護・福祉の連携強化、総合的な相談窓口機能の強化をコンセプトにしています。

「健康づくり」では、30年後に60万人が100歳を超える「人生100歳時代」を視野に入れ、健康寿命を延ばす地域住民の自主的な健康づくりの取り組みに、医療生協も

地域の一員として加わり役割を果たしていく、行政とも連携をとって進めていくなど、地域での支部活動、班・サロン活動を広げていきます。これらを進めていく医療生協の組織強化として、身近で参加しやすい支部・班づくりで、つながりを広げ、6千人組合員をめざす計画です。そのために組織担当の配置など本部組織と機能の強化に取り組んでいます。

班づくり・仲間ふやし

「秋の生協強化期間」

毎年、この時期には「生協強化期間」として、仲間ふやしに取り組んでいます。

健康づくりの班会やサロンなど、毎月300人の方が参加しています。

また、身近に新しく班をつくることもできます。お気軽に本部にご相談ください。

仲間ふやしにご協力下さい

- お知り合いをご紹介ください
- 健康講座・班会に参加しませんか

尿検査の意味

しずさと診療所 所長 柄澤正人

当診では、初診で受診されたほぼすべての方に、また定期的に通院している方も、しばしば尿検査をしていただいています。尿を提出して頂くだけの簡単なことなのですが、この検査でいろんな病気が発見されるきっかけとなります。



例えば、風邪で受診されて尿検査をしたら尿糖(+)で、精密検査をしたら糖尿病がわかったとか、尿に潜血反応が出るのでエコー検査をしたら早期の膀胱癌が見つかった方も複数みえます。最近では、糖尿病での定期検査で尿のウロビリノーゲンとビリルビンが(+)でしたので、自覚症状はないが肝臓の異常を疑って血液検査をしたら急性肝炎でした。

この尿検査の意味について下記のようにまとめてみました。

検査項目	正常	異常値の意味
白血球 (LEU)	(-)	尿の汚れ 膀胱炎 腎盂腎炎 など尿路感染症
亜硝酸塩 (NIT)	(-)	尿路感染症
ウロビリノーゲン (URO)	(±)	肝臓の病気(肝炎 肝硬変 肝臓癌など)の存在 閉塞性黄疸では陰性
潜血 (BLD)	(-)	目に見えない血の混入 腎 尿管 膀胱に出血する病気の存在(結石 癌 膀胱炎など)
ビリルビン (BIL)	(-)	肝臓の病気(肝炎 肝硬変 肝臓癌) 胆石など
ケトン (KET)	(-)	下痢や嘔吐での飢餓状態 空腹状態 糖尿病が極端に悪い時
糖 (GLU)	(-)	糖尿病 血糖値がおおよそ170以上になると尿に糖が漏れてくる 腎性糖尿もある(糖尿病ではない)
たんぱく (PRO)	(-)	腎臓の炎症(腎炎 腎不全 ネフローゼ症候群) 膀胱炎など 発熱の時
PH(ペーハー)	6.0~7.0	酸性 アルカリ性のバランス 食事の影響を受けやすい
比重 (SG)	1.010~1.025	低い(薄い) = 水分を多く飲んだ後 利尿剤を飲んでいる 高い(濃い) = 脱水状態

- * 尿検査だけで、病気の診断はできません。例えば、尿糖(+)でも糖尿病とは診断できず、あくまでも血液中の糖(血糖)の状態です。(糖負荷試験など)
- * また 繰り返し尿潜血(+)でも、精密検査しても異常なしのことも多いです。ただし、尿たんぱくも(+)なら重大な腎臓病があるかも知れません。
- * 尿検査で異常が指摘されたら、一度は精密検査を受けて本当にかくれた病気がないかを確認しましょう。

赤坂支部

ヨガ班会

健康サロンにて「高齢者にやさしいヨガ」を計画した時の参加者から「これからも続けてやりたいね」との要望があり、始まったヨガ班会ですが、早いもので2年が経ちました。当初は10人前後の参加者でしたが、今では17、18人参加の楽しい班会になっています。

8月1日の班会ではいつものようにヨガをやり、その後の懇親会では特注のお弁当とデザート、それに梅シロップと漬け物の差し入れがありましたので、まず

健康サロン

赤坂支部では「介護の世



は梅シロップで乾杯！おしゃべりをしながらのランチタイムはとても賑やかでした。その後、お互いの健康法を交流しました。

・1年を通して地域の公園で行われているラジオ体操に参加

・雨天の日以外はウォーキング

・万歩計をつけて意識的に歩く（5千～1万歩）

・朝目覚めた時に、布団に横になったまま手足を動かし30分くらい体操

・テレビを見ている時や、家事をしている時にながら体操

・屋内で健康器具を使った運動

・食生活に気をつけている等々。

皆さんが日ごろから健康には気をつけておられる様子がよくわかり、お互いに参考になりました。

今後もヨガ班会を続けていきますので、興味のある方は是非ご参加ください。

（玉井千登枝）

■毎月第1木曜日

10時～11時半

■岐阜大学旧早野邸セミナーハウス（大垣市昼飯町）

話にならない為に」をテーマに6回シリーズで健康サロンを企画して、先月6回目を終了しました。毎回20数名の参加で、有意義な学習と運動ができました。

今回の企画で一番良かった

たのは、しずさと診療所の看護師さんと理学療法士さんに講師を引き受けていただけたことです。お忙しいところを本当にありがとうございました。

健康長寿で元気に生きていくために今回勉強させていただいたことを一つでも二つでも毎日続けられるよう頑張っていきたいと思えます。

（大谷早苗）

シリーズ6回の内容

1. 介護予防
2. 口腔・栄養
3. 膝痛・腰痛
4. 血管疾患の予防
5. 認知症予防
6. 転倒予防

健康委員会

こども料理教室開催

「おいしくできました」

8月7日に行われたこども料理教室に参加しました。メニューは肉団子のシウマイ風、春雨の中華風サラダ、大根おろしのスープ、キラキラベジタブル寒天でした。



小学生のこどもたちは手際よく調理していました。野菜の切り方や大きさは不揃いでしたが、健康委員会の皆さんのサポートによりレシピどおりおいしく作ることができました。

すりおろした大根のスープは初めての味でしたがおいしかったです。特にワナタンの皮を細かく切ってまぶした肉団子シウマイ風は好評で、作り方は簡単なので家でも作りたいと思います。

昨今インスタント食品が多く出回る中、少しでも安心安全な食生活ができるようこどもたちに伝えたいと思い、この会に参加させていただきました。お世話になりました。

（川瀬美代子）

無料

くらし何でも相談会

多重債務（破産・再生・任意整理）、離婚・親権、遺産相続、交通事故、労働災害、医療事故、消費者被害、損害賠償など。提携弁護士がご相談をお聞きます。

日時：9月12日(木)

午後1～3時

10月10日(木)

午後1～3時

場所：しずさと診療所内

○相談時間：30分

○事前申込みが必要です。

本部電話 0584-92-3268

西濃南部支部

伊吹山の旅日記2019

8月5日。今日も暑いですが、集合場所の関ヶ原駅も30度はありますね。山頂駐車場行きのバス、曲がりくねった



山道を登って山頂駐車場へ。やっぱり涼しいですね、下界より10度は低いですよ。降車して山頂への狭い登山道は、片道40分です。スゴイ、人、人、人まるでアリの行列ですね。それにしても素晴らしい快晴です。雲一つないのですから。山並みはずっと続いています。琵琶湖も見えます。いやあこんなに素晴らしい景色は初めてです。清々しい風。気持ちがいい！とにかくキレイな景色が見られるのは嬉しいものです。往復2千円でこんなに手軽に素晴らしい景色を見られるなんてもうけものって思います。山頂に辿り着いていつも感心するのですが、こんな道路もない千三百メートルの山頂、電気も水道もないはずなのに立派な公衆トイレがあるのです。汲み取りはどうする

のでしょうか？そしてお店もあります。ソフトクリームにかき氷、おそばに生ビール。お祭りの屋台よりずっと立派です。今回参加のメンバーはバラエティーにとんでいます。下は小学生から上は80歳まですごいですね。おばあちゃんとお孫さんの参加がありました。デコボコの登山道を登るのに四苦八苦しているのを気遣う優しいお孫さんでした。そうそう、食事の時、お隣の〇〇さんから、おにぎりを頂きました。「近藤さん、どうですか？」「あ、有り難うございます。うん、半分だけ」ダイエット中なのです。

高齢者になると体力の衰えが気になります。年に一度のこの登山は、自分の体力の確認です。来年も登るぞ。

(近藤昌泰)

西支部

スクエアステップ班会

支部総会をきっかけに、念願だったスクエアステップを開催することができました。

支部長はじめ、運営委員の方々が快く受け入れてくださり、支部ニュースの発行から講師の手配までしていただきました。身近な組合員の方と友達に声かけ

をして7月3日(水)に第1回を開催し、14名の参加で楽しい時間を過ごすことができました。

初めての方がほとんどでしたが、また次回もぜひ参加したいという感想をいただきました。1回目、2回目と継続できるように願っています。

以降の予定は9月4日(水)、10月2日(水)、11月6日(水)、

12月4日(水)。場所は長松会館。10時からです。飲み物を持参してください。

どなたでもご参加いただけます。興味のある方お出かけください。

(追立フエミ)

問合せ先

酒向 0584 91 3102
追立 0584 91 7196

不破支部

ハーブ料理教室に参加して

7月6日、関ヶ原中央公民館で行われたハーブ料理教室に今年も参加しました。メニューはベジタブルソースのスパゲッティ、バジルソースのスープ、旬の野菜サラダ(ナッツ入り)、苺のアーモンドミルクでした。スパゲッティとスープはそれぞれ別の班で分かれて作ることになり、わたしの班はスープの担当でした。玉ねぎとニンニクをオリーブオイルで炒め、野菜とシーフードを煮込みます。味をみながら、さっ

ぱり系かなと思っていましたが、バジルソースを加えたらひと味もふた味もアップして驚きでした。

わが家も市販のスパイスには馴染みがありました。生でハーブを使うことはこれまでほとんどありませんでした。これを機会にプランターでハーブを育ててみるのも良いなと思いました。バジルソースに魅了された教室でした。

(水野宏子)



不破支部 健康講座 日本茶の魅力 緑茶とハーブのフレイバーティー

日時 9月28日(土) 10時00分～11時30分
場所 府中地区まちづくりセンター 調理室
講師 白井 一さん(日本茶インストラクター)
参加費 300円(お茶・和菓子代)
申込み先 伊藤 0584-22-5719
申込締切 9月26日(木)

しずさとデイサービス・ショートステイ・デイサービスのき合同
介護センター夏祭り開催

介護センターでは8月27日に夏祭りを開催しました!!

屋台をコンセプトにして千本引きや金魚釣り、おやつにはお好み焼き、フライドポテト、ノ



利用者さんがつくった神輿

ンアルコールドビールなどを楽しんで頂き、最後は皆で時間の許す限り、盆踊りを楽しみました。8名のボランティアさんにお手伝い頂き、今年も無事に終わることが出来ました。また、来年も笑顔で開催できるようにしたいです。ありがとうございました。

(介護センター 奥田尚史)

介護センター夏祭り

ボランティアに参加して

介護センターしずさとで、開催された夏祭りには、利用者さん70人余、職員さん、ボランティア

アあわせて総勢百名。おやつは水ようかん、フライドポテト、飲み物、アイスクリーム、お好み焼きで、利用者さんの好みを伺って出前し、楽しいひと時を共有しました。時間も押し迫り、太鼓の力強く打ち鳴らす音で盆踊り。最後は全員の本締めで終了。利用者さんの笑顔でスタッフの皆さんも疲れが吹き飛び明日からのファイトとなるでしょうね。スタッフの皆さま、ご苦労さまでした。〈ボランティアから一言〉

①職員さんの準備がよかった。
②初めて参加しました。以前家族がショートでお世話になったこともあり、雰囲気味わえ、今後もお手伝いしたい。
③現場の実態を知ることができた。皆さん楽しんでおられた。
④初めての参加。家族が他のデイを利用していたが、楽しそうに参加していた姿が想像できた。
⑤初めての参加。現場の雰囲気が味わえてよかった。
⑥職員さんの頑張りがよい。家族さんにも参加いただいて知ってもらえる機会になるとよい。

(江崎俊子)



しずさと診療所

高校生医療者1日体験

8月2日と19日、将来の仕事として薬剤師を選択肢の一



つと考えている高校生に、診療所に係わる薬剤業務の見学を中心として一日体験を行ってもらっています。

薬剤師は、調剤業務を行う場合には安全で有効な薬物治療が行なわれるようにすることが役割です。正確な調剤は基本ですが、年齢、性別、体重、検査データなどを考慮し処方が必要な用法・用量であること、正しい服薬方法、副作用の防止の注意点、相互作用の可能性など服薬に当たって必要な事柄を患者さんに理解してもらうこと、スタッフ

と考察している高校生に、診療所に係わる薬剤業務の見学を中心として一日体験を行ってもらっています。薬剤師は、調剤業務を行う場合には安全で有効な薬物治療が行なわれるようにすることが役割です。正確な調剤は基本ですが、年齢、性別、体重、検査データなどを考慮し処方が必要な用法・用量であること、正しい服薬方法、副作用の防止の注意点、相互作用の可能性など服薬に当たって必要な事柄を患者さんに理解してもらうこと、スタッフ

(薬剤師 長谷川哲雄)

**「介護家族のつどい」を開催
日頃の経験や思いを語り合う**

7月23日(火) 介護センターにて「家族のつどい」を開催しました。



自宅でご家族の介護を担っている方、11名の方が参加され、介護の経験談や日頃うまくいかないこと、介護をしながら感じる複雑な思いなど、様々

なお話をしてくださいました。短い時間でしたが、充分に話を伺うことはできませんでしたが、共通の悩みを抱える仲間との集まりということで、普段なかなか気軽に話づらいお話をしていただけな場となったのではないかと思います。解決には至りませんが、人に話すことで少しでも気持ちがかたくなっていただけたのではないかと思います。

介護支援センター

(ケアマネジャー 浅野多美江)

31回目を迎えた

空襲体験・戦争体験を語りつづつどい

「空襲体験・戦争体験を語りつづつどい」が、7月28日(日)、大垣市多目的交流イベントハウスで開催されました。この「つどい」は、31年目を迎えました。



大垣空襲の「特徴」としては、空襲が6回あったこと、4回目の空襲は

原爆投下訓練としてのパンキン爆弾投下であったこと、7月29日の大空襲での死者が50名と他の都市に比べて少なかったこと、等があげられます。

今年の参加は45名。戦後世代も四分の一から三分の一ほど、3人の大学生の参加、大垣の戦災遺族会、養老や安八の遺族会からの複数参加もありました。

例年、参加者が発言し、それを聞く、というスタイルでこの会を持っています。

今年の注目は岐朋会の宇田さんによる被爆稲の話でした。

第25回西濃ピースフェスティバルを開催

今年も多くの方のご協力を得て、岐阜県被爆者団体岐朋会主催の「原爆と人間展」会場で「子どもの平和広場」を開催し、川並子ども会やはだしっこ保育園、どろんこ学童クラブの参加で平和出前講座を実施しました。

宇田さんご自身が胎内被爆者であり、放射能被害を目に見える形で伝えたいと準備を重ねられていた姿に心打たれました。

また広島の高校生が描いた原爆の絵を展示し、市内の高校生が訪れ、じつ



と見入る姿が印象的でした。(寺倉和子)

ますが、それぞれの方の体験の報告に加えて、空襲や戦争をどう伝えていくのか、課題提起が話題のひとつになりました。

戦争について小学生の学習時間は少ないので、教育委員会などに働きかけながら、伝えていく行事・とりくみを始めています。

「焼夷弾」とか「防空壕」、「空襲警報」などといった用語は、小学生どころか若い親さん方にもなじみはありません。

そもそも、当時の生活そのものが今からは想像できないような時代、それを実感を持ってわかりや

すく伝えていく必要があります。

体験記、手記、あるいは子どもが接しやすい童話など、まとめられたものを読み直してみる、戦跡めぐりなど当時と同じ場所に立って当時を想像する、など知らない世代に伝えるさまざまな工夫が大事でしょう。

新人職員紹介



看護師 西川 瑞生 (にしがわ みずき)

8月より訪問看護ステーションに入職しました。看護師として2年目ですが、ご指導頂きながら頑張りたいと思いますのでよろしくお願いします。

しずやとたすけあい通信

遠方で一人暮らしをしている父が慢性硬膜下血腫になりました。倒れているところを訪ねた兄が発見、緊急搬送され手術、無事に退院することができました。発見が遅れましたが、今回は大事に至らなかったものの命に関わる病気だったと考えると怖くなりました。

母を亡くしたばかりの父を近所の方々も心配をされて、「もしもの時におばちゃんに頼ってええよ」と言ってくれたので、連絡先の交換をしてつながりを作ってきた。他人同士なのにとても嬉しく感じました。両親が築き上げたご近所づきあいを大事にしていきたいです。「たすけあい」では困り事を助けながらつながりを作っていけたら良いと思います。(事務局)

担い手会議を10月4日(金) 13時30分から開催します。詳細はお問合せ下さい。今後、担い手ボランティアに参加を考えていただいている方もぜひご参加ください。

「利用・担い手登録のお問い合わせは
電話：080・3645・3268

おしゃべりサロン「花の木」

自宅を開放して、おしゃべり会や趣味の会など行っています。

今回は「シリーズ健康講座」のご案内
テーマ「毎日を健やかにすごすために」

第3回「膝痛・腰痛」

講師はしずさと診療所スタッフ

日時 9月13日(金) 13時半～15時

詳細は78・5714 松岡まで

診療所・介護事業所の草取りボラに 皆さまのご協力をお願いします

■日時

9月15日(日) 7時～ ※雨天の場合は9月22日(日)
10月27日(日) 8時～ ※雨天の場合は11月3日(日)

■集合場所 しずさと診療所

■問合せ先 正岡礼子 0584-27-5957

山楽会

日 時 9月9日(月) ※雨天の場合11日(水)

行 き 先 南宮山(404m:垂井町)

歩行時間 1.5+1時間

健 脚 度 初級の中(南宮大社から往復)

集合時間 教育会館 8時00分

しずさと診療所 8時20分

南宮大社駐車場 8時40分

登山開始 南宮大社 9時00分

毛利陣碑(頂上) 10時30分

三角点往復(可能なら)

昼 食 11時頃

下山開始 12時00分

現地解散 14時00分

持 ち 物 弁当、お茶(ペットボトル2本)

帽子、タオル、杖、登山靴、雨具

費 用 会費100円+交通費100円

問合せ先 奥田 進

0584-89-2604または090-7687-0031

※10月は10月28日の予定。

しずさと診療所 診療案内

内科・外科・整形外科・リハビリテーション

○ 水曜夜の柄澤医師の診察は予約のみです。

○ 金曜午前は阿川医師・長谷川医師が診察を担当、
柄澤医師は胃カメラ・エコーを担当します。

※1 火曜日の診察

第1・3火曜日は第一診察室岡野先生、第二診察室は柄澤先生、第三診察室は長谷川先生です。

※2 土曜日の診察

第1・3に岡野医師が担当します。

第2・3・5は柄澤医師が担当します。

第4は長谷川医師が担当します。

インフルエンザ予防接種の実施について

日程は10月中旬以降を予定しています。

実施日・予約開始時期などの詳細は、別途ご案内させていただきます。

北支部健康講座 スクエアステップ

日 時 9月18日(水) 10時00分～11時30分

場 所 中川地区センター会議室1

講 師 玄 瞳さん 参加費 無料

持ち物 飲み物

問合せ先 吉田健次 090-1097-2174

申込不要です。皆様お気軽にご参加ください。

グラウンドゴルフで楽しく健康づくり

実施日 9月 12日(木) 18日(水) 27日(金)

10月 2日(水) 9日(水) 17日(木)

25日(金) 30日(水)

※時間はいずれも13時集合 13時30分開始

場 所 三城公園 ソフトボール場

問合せ・申込先 河村秀一 090-5450-3227

ウォーキングの会

日 時 9月23日(月) ※雨天の場合25日(水)

今回は419年前の歴史をさかのぼって権力闘争の跡、
関ヶ原を地元染矢さんのご案内で訪れます。

話し合い、譲り合い、助け合い、平和な世の中で静かに生きたいのが私たち。傷つけあい、殺し合い、奪い合う世の中には絶対にしたくありません。そんな祈りを込めて歩きましょう。

集 合 教育会館 8時30分

しずさと診療所 8時30分

関ヶ原歴史民俗資料館 9時15分

持 ち 物 弁当、飲み物、雨具、杖

登山靴又は運動靴

費 用 会費100円+交通費300円

問合せ先 馬淵秀人

0584-91-5687または090-6580-8156

※10月は10月21日の予定。

		月	火	水	木	金	土
8～9時	検査	柄澤	柄澤	柄澤		柄澤	柄澤
9～12時	第一診察室	柄澤	柄澤	柄澤	柄澤	阿川	※2
	第二診察室	長谷川	長谷川	長谷川	〈往診〉 長谷川	長谷川	
	第三診察室		※1				
14～17時	訪問診療	柄澤 長谷川	柄澤 長谷川 岡野	柄澤 長谷川	柄澤	柄澤 長谷川	
17～19時	第一診察室	柄澤		泉		長谷川	
	第二診察室			柄澤			

<医療・介護のお問い合わせは>

▼しずさと診療所

電話 0584-93-1170 FAX 0584-93-1169

〒503-0982 大垣市久徳町153-1

▼デイサービスひのき

電話 0584-93-0310 FAX 0584-93-0311

〒503-0981 大垣市松町706

▼介護センターしずさと

電話 0584-91-3912 FAX 0584-93-1151

〒503-0981 大垣市松町1452

・介護支援センター 0584-93-1171

・デイサービスセンター 0584-93-1172

・訪問看護ステーション 0584-93-1173

・ショートステイ 0584-93-1175