

詳しくは折り込みの案内をご覧ください。

診療所の体制が新しくなります!

診療所の中だけでなく、健康なまちづくりを皆さんと一緒にすすめていくために地域に出ています。趣味は競技かるたとマラソンです。笑顔で元気に診療していきますので、よろしくお願ひください。

みなさん、はじめまして!
2019年4月から着任しました西澤寛貴です。
滋賀県彦根市出身、滋賀医大を卒業して京都市民医連中央病院を中心に京都府内で診療してきました。子どもからお年寄りまでさまざまな世代のどのような訴えも受け止められる「家庭医」を目指しています。外来や訪問診療(往診)を担当しますので、気軽にご相談ください。



西澤 寛貴 (医師)

この春からひばり居宅にお世話になることになりました。佐野達也と申します。
今まで、他市でケアマネとして約10年勤務しております。地域が変わるので覚えることばかりで迷惑をお掛けする事があると思いますが、今までの経験を活かして少しでも利用者様が安心して暮らせるお手伝い出来る様に頑張りたいと思います。
よろしくお願ひ致します。



佐野 達也 (ケアマネージャー)

笑顔・元気のつどい

5/19 (日)

11時から

医療生協こうせい駅前診療所 駐車場にて



ゴールデンウィーク中、5/2の午前のみ診療所を開けます。佐々木医師・事務長のみでの対応になり、原則、診察・処方箋発行のみとなります。直接お越しください、お電話での相談のみでも構いません。

在宅定期訪問診療中の患者様は通常通り24時間365日対応しております。

診療所からお知らせ

一ヶ月に一回の「ほほえみ」の手配りボランティア募集中

ほほえみ

2019年 4月号

発行 しが健康医療生活協同組合 湖南・甲賀支部 機関紙委員会
〒520-3231 滋賀県湖南市針 337-1
電話 0748-71-3211 fax0748-71-3223 konan-kouka@shigamin.jp

4月の予定

4/28~5/6までお休みをいただきます

日	曜	内容
1	月	<総代者公示> 14:00~百歳体操 15:30~ほほえみ編集委員会
2	火	10:00~卓球サークル 13:30~気功サークル
3	水	
4	木	14:00~石部百歳体操
5	金	10:30~かんがる〜広場
6	土	13:30~切り絵サークル
7	日	
8	月	14:00~百歳体操
9	火	10:00~卓球サークル 12:15~男のランチタイム 15:30~みんなきてやカフェ実行委員会
10	水	10:00~うぐい川班 13:30~すずか班 14:00~事業所づくり委員会
11	木	12:00~さくら咲く班 13:30~丸保班 14:00~事業所づくり委員会、石部百歳体操
12	金	13:30~みんなきてやオープンカフェ 14:00~無料法律相談、まちづくり委員会
13	土	13:30~保健講座
14	日	
15	月	14:00~百歳体操
16	火	10:00~卓球サークル、いずみ班 13:30~健康チェック、気功サークル 18:30~事務局会議
17	水	14:00~茶々班
18	木	13:30~うたごえカフェ 14:00~石部百歳体操 19:00~運営委員会
19	金	10:00~クリリン班
20	土	10:00~はな班
21	日	
22	月	10:00~卓球サークル 14:00~百歳体操
23	火	9:00~ほほえみ仕分け 14:00~健康づくり委員会
24	水	8:30~医療生協かわち野生協 視察ツアー
25	木	14:00~石部百歳体操(健)
26	金	13:30~みんなきてやカフェ、しろやま班
27	土	
28	日	
29	月	昭和の日 8:30~健康ウォーキング(詳しくは紙面をご覧ください)
30	火	国民の休日

企画・イベント・お知らせ

場所の記載が無いものは「生協ホール」で開催します。

- かんがる〜広場 (未就学児さん対象)
自由にのびのび遊べます。保護者の「ほっとタイム」にも。
日時: 4月5日(金) 10:30~11:30
- 男のランチタイム (持ち寄り昼食会)
男同士、ランチしながら交流しましょう!
日時: 4月9日(火) 12:15~
持ち物: 昼食(コピペ弁当でOK!)
- みんなきてやオープンカフェ
お気軽におこしください。健康マージャンもできます。
日時: 4月12日(金) 13:30~16:00
(詳しくは紙面の案内をご覧ください。)
- 保健講座 「塩分と健康について」
日時: 4月13日(土) 13:30~15:30
ゲスト: 佐々木隆史さん(医師)
- まちかど健康チェック
あなたのまちかどと一緒に健康チェックをしましょう。
日時: 4月16日(火) 14:00~
場所: 柑子袋 やしま憩いの館
- うたごえカフェ
みんなで元気に歌いましょう。自由に参加できます。
日時: 4月18日(木) 13:30~
歌唱指導: 京都うたごえ協議会 沓掛佳音利さん
アコーディオン 青木実さん
参加費: 300円(お茶代含む)
- みんなきてやカフェ
~コツコツ貯めよう 貯筋で元気~
日時: 4月26日(金) 13:30~
ゲスト: 大橋純子さん(理学療法士)
参加費: 200円(お茶代)
- スタイルエクサ+K
次回は5月29日(水) 10:00~です。
問い合わせ先
しが健康医療生協 湖南・甲賀支部 71-3211

滋賀第一法律事務所の協力で

無料法律相談

4月13日(金)

午後2時から4時まで

事前予約が必要です。
電話で予約できます。
TEL 0748-71-3211
0748-71-3222

一相談 30分です。相談に関する資料や内容をまとめていただき当日お越しいただくと有効です。

4月の診療体制 こうせい駅前診療所 ☎71-3222

	月	火	水	木	金	土
受付時間 8:30~12:00	佐々木 西澤	佐々木	金城	佐々木	佐々木	佐々木 西澤
診療時間 9:00~12:00						
訪問診療 13:30~16:30	佐々木 西澤		西澤	西澤	佐々木 西澤	
受付時間 17:30~20:00	松下 西澤					
診療時間 18:00~20:00		佐々木			佐々木	

読者の声 募集中

記事にして欲しい、こんな企画して欲しい、載せて欲しいなどなど。なんでも結構です。お気軽に投稿下さい。お待ちしております。掲載の際は僅かながら謝礼をお渡しさせていただきます。

しが健康医療生活協同組合
湖南・甲賀支部
〒520-3231
湖南市針 337-1
konan-kouka@shigamin.jp

健康ウォーキング ※ 雨天中止(但し、小雨決行)

新緑の中、山あいの里・妙感寺までゆっくり歩きましょう。

とき 4月29日(月・祝)8:30~12:30

行き先 三雲から妙感寺方面

集合場所 こうせい駅前診療所駐車場(8:30)
または、三雲駅(9:00)

対象 歩くのが可能な方(ゆったりコースで往復3時間位)

持ち物 飲み物、駐車場集合の方は電車賃(往復380円)

事前の申し込みは不要です。参加される方は当日集合場所へお越しください(時間厳守です)

当日の緊急連絡先 090-8938-2743(園田)

医療生協かわち野生活協同組合 視察ツアー

医療生協かわち野は昭和46年に発足し、約75,000世帯、1病院、7診療所を中心に様々な事業を展開されています。地域のたまり場の取り組みも活発に活動されている「かわち野」へ視察に行きましょう！食事会のランチもいただきます。

医療生協で「こんな活動してみたい！」が広がりますよ♪

とき 4月24日(水)

集合 生協ホールへ 8:30にお越しください。

参加費 1000円(昼食代別)

定員 20人(定員になり次第締め切ります)

申し込み 4月17日(金)までにお電話ください。

みんなきてやオープンカフェ

4月12日(金)午後1時半から4時まで、健康麻雀コーナーとフリースペースを設けた「みんなきてやオープンカフェ」を開催します。

健康麻雀は、九連班の方々に、初心者にも分かりやすく教えていただきます。フリースペースでは、フリートーキングや、したいこと(持ち込み可)を自由に楽しんでいただけます。健康麻雀に興味ある方、集まって元気になりたいと思われる方、いつでも、誰でも大歓迎です。

今後、毎月第2金曜日に開催予定です。参加費は無料。コーヒー(50円)は飲みたい方で。茶菓持ち込みも自由です。

4月の保健講座

今回のテーマは「塩分と健康について」
塩分の取りすぎはよくないと言われますが、健康にどう関わりがあるのか、一緒に学びましょう！

とき 4月13日(土) 13:30~

ゲスト 佐々木 隆史(医療生協こうせい駅前診療所 医師)



お気軽にご参加ください！

ゆららで健康チェック 26名参加

3月7日湖南市の温泉「ゆらら」で2回目の無料健康チェックを行いました。午後2時からの開始で、こうせい駅前診療所の看護師2名を含む8名のスタッフが担当しました。26名の参加。入浴を終えた方、今から入浴される方、市外の方もおられ、こうせい駅前診療所の存在をご存知ない方もおられ、広範囲の地域から参加されていることを実感しました。



かんがる〜広場



3月2日(土)生協ホールで「ひなまつり・かんがる〜広場」を開催しました。始めに水口わらい隊さんの『一休さん』を親子で楽しく観賞しました。劇中で「さんぽ」の歌が流れると子どもたちも一緒に歌いだす、微笑ましい場面もありました。続いて親子でひなかざりを作りました。みんなそれぞれに素敵な笑顔のひなかざりが完成しました！

かんがる〜広場は毎月第2金曜日 10:30~11:30に自由遊びの場も設けています。季節行事は「ほほえみ」で案内します。ぜひお越しください！

ヨガサークルを発足します！

日時 5月14日(火)14:00~15:30

場所 生協ホール

参加費 500円

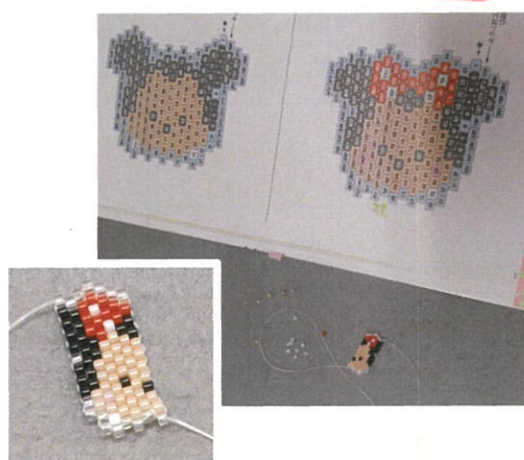
講師 中島豊子さん

定員 15人

参加希望の方は4月30日(火)までに
こうせい生協事務所(0748-71-3211)へ
お申し込みください。

湖南省 いちご班 班紹介

約1年ぶりの班会となりました。
1ヶ月前から予定をたてていたのですが、当日急な欠席があり、3人での班会となりました。
「デリカビーズ」という極小のビーズを専用の針と糸でつなぎあわせ、モチーフを作りました。本を見ながら無口でもくもくと作成したのですが、時間内に完成できず、「次回もう一度班会でしよう！」ということになりました。
興味のある方は是非!! 班会をのぞいてください。



デリカビーズに挑戦！

誘われて、石部のささゆり班に参加しています。健康についての勉強や、お楽しみを取り組みもあり、毎回楽しく参加しています。自分の健康状態を確認できる、みなさんと交流し、新しいことができることがいいです。
三雲にも班があったらいいなあと考えています。
生協ホール横の喫茶コーナーもよく利用しています。みなさんのおしゃべりが楽しいです。



中西 和代さん
湖南省三雲在住

こんにちは
医療生協
組合員です。