

セルフケアスクール開催

セルフケアで健康づくり！そして、つながりの輪を広げよう！

セルフケアスクールが10月18日(火)、11月16日(水)の2日間開催され、会場参加とオンライン参加のハイブリット形式で行い、併せて125名の参加がありました。

長期化するコロナ禍により家にこもる機会が増えた今、おうちやグループ（班会など）で取り組むことのできるセルフケアの紹介や各分野の専門的なお話を6名の講師が講義しました。

10月18日（火）



協立歯科
クリニック所長
半澤 正
歯科医師

お口の健康（オーラルフレイル予防）
「口」と「のど」の機能低下を防ぎましょう
オーラルフレイルの危険性や口腔ケアの重要性を解説。おうちでできるパタカラ体操、お口の健口体操など紹介。



前橋協立病院
関 若菜
理学療法士

フレイル予防
フレイルの説明や予防方法、社会的要因など解説。フレイルの自己チェックや簡単にできる体操の紹介。



前橋協立病院
木村 敦実
保健師

健診結果の解釈の仕方と健康づくり
コロナ禍によるがん検診受診率の低下や健康診断の必要性、健診結果で分かる関連疾患など解説。

11月16日（水）



前橋協立病院
平山 結佳子
医師

自分の健康は自分でつくる
～明日からできるセルフケア～
健康観に関する事前アンケートの紹介・解説や、ワークブックを使用して自分を振り返ることの重要性など説明。



前橋協立病院
中村 綾
管理栄養士

おいしく無理なく減塩を
食塩の摂りすぎによる影響や群馬県民の食塩摂取量などの解説、無理なく減塩するためのポイントなど紹介。



大泉千代田支部
松尾 初美
医学体操指導者

魔法の4分間運動「ゆるHIIT(ヒット)」
ゆるHIITのもとになっているトレーニング「HIIT」について丁寧に解説。継続している方の効果を紹介し、班会などで取り組むことを呼びかけ、最後に参加者全員が実際に体験。

参加者の感想と会場の様子



太田会場

- ★退職してから3年経ちますが、一度しか健康診断を受けてないので、受けます!!
- ★班会で今回の資料を使って自己点検をやってみようと思います。

- ★つながりが長生き効果がある、とのこと。仲間を大切に、毎日笑顔で過ごし楽しく生きていけるように「活動」に心掛けていきたい
- ★「ゆるHIIT」は今までなかった体操でした。楽しく出来そうです。



中毛会場



桐生会場

- ★テレビを観ながらできる体操を教えてくださいましたので、毎日実践したい。
- ★とても参考になり、ありがとうございました。これからもセルフケアスクールを続けて行ってほしいと思います。

10月29日（土）太田医療介護なんでも相談会

「生活上の様々な不安への相談がありました」

～太田市矢場新町で

「医療介護なんでも相談会」ひらく

10月29日（土）午後、太田協立診療所から約3kmの地域の矢場新町会館で、「医療介護なんでも相談会」が行われ、27の方が来場しました。

この相談会は太田協立診療所で企画され、事前に地元の自治会長、民生委員の方のところへ協力をお願いして、回覧板で相談会のお知らせをいただいたり、民生委員の方からも地域の中で気になる方に声をかけていただいたりしました。

当日は開始時間前から人が集まりはじめ、開会の午後2時には骨密度測定や体組成計測定をはじめ、すべてのコーナーが人



職員に相談している様子



骨密度測定

でいっぱいとなり、医師、看護師、放射線技師、保健師、リハビリ職員、ケアマネージャー、薬剤師（あおば薬局）がそれぞれ来場された地域の方の相談にあたりました。

参加した職員からは、「一見元気がそうに見えましたが、話を聞くと様々な不安を抱えており、今回の相談会では、今後困りごとで発展しそうな不安を確認できました」「相談内容に応じて、別の職種へ連携することができた。地域の方やほかの職員と交流も出来て楽しい時間でした」など感想がありました。

群馬県消費生活課からのお知らせ その4

「クーリング・オフ」を

「ご存じですか？」

クーリング・オフの仕方

- 1 クーリング・オフは書面（ハガキ）で行い、「特定記録郵便」や「簡易書留」など発信記録が残る方法で、クーリング・オフ期間内に送ります。
- 2 ハガキ等両面をコピーして、発信記録と一緒に保管します。
- 3 支払い方法がクレジットの場合、販売会社とクレジット会社

社の両方に通知する必要があります。

4 令和4年6月から電子メール等電磁的記録でもクーリング・オフの通知が可能になりました。

トラブルに遭わないために

クーリング・オフの通知の書き方や手続きの方法がわからないときはお住まいの地域の消費生活センターまたは消費者ホットライン（局番なしの「188（イヤヤ）」へご相談ください。

クーリング・オフが可能な取引と期間

クーリング・オフは、「不意打ち性のある契約」や「仕組みが難しい契約」など、特定の取引の場合に一定期間内であれば、無条件で契約を解除できます。

上表のとおり、取引方法によってクーリング・オフが可能な期間が異なりますのでご注意ください。

クーリング・オフの対象になる取引方法と期間

訪問販売（キャッチ・アポイントメントセールス）	8日間
電話勧誘販売	8日間
連鎖販売取引（マルチ商法）	20日間
特定継続的役務提供（エステ、語学、家庭教師、塾、パソコン教室、結婚相手紹介サービス、一部の美容医療）	8日間
業務提供誘因販売（内職商法、モニター商法）	20日間
訪問購入（押し買い）	8日間

クーリング・オフ通知の書き方

○「特定記録郵便」か「簡易書留」で郵便局から出す
○はがきの両面コピーも忘れずに！

郵便はがき
切手 〇〇〇-〇〇〇〇

販売店の住所
販売店名
代表者 様

(葉書 表面)

契約解除通知
契約日 令和〇〇年〇月〇日
商品名 △△△
契約金額 〇〇〇円
販売店名 ×××

上記日付の契約は解除します。支払済みの〇〇円を返金し、商品を引き取ってください。

令和〇〇年 〇月〇日
住所 ××市〇〇町
名前 〇〇〇 ××

(葉書 裏面)

困ったときは、迷わずにお早めに相談ください！

特集

誤嚥性肺炎について



前橋協立病院 訪問診療科

科長 宮澤 智久 医師

食べ物や唾液などが、食道ではなく気管に入ってしまうことを誤嚥といいますが、通常ならば反射機能が働き、むせることによ

しても誤嚥性肺炎を発症するわけではなく、発症のメカニズムには『誤嚥物の侵襲性』と『抵抗力』が関与していると考えられています。

誤嚥物の侵襲性・・・？

誤嚥物の侵襲性とは肺に入ってきた異物の病原性、侵襲性、量、侵入部位（深さ）に関連しています。少量でも人体に対して害を及ぼすような菌であったり、侵入した先が肺の末梢であったりすると肺炎を引き起こしやすくなります。特に気を付けていた

したからといって必ず起る肺炎を誤嚥性肺炎といいますが、単に誤嚥したからといって必ず

だきたい事は口腔衛生

です。口腔内には、多くの微生物が常在しており、これらの微生物は口腔の粘膜や歯垢の中で増殖し続け、通常は唾液と一緒に胃の中へ運ばれ胃酸によって死滅しますが、誤嚥により肺に入ってしまった微生物は誤嚥性肺炎の原因となります。よって口腔内を衛生的に保つことが誤嚥性肺炎予防のためにはとても重要です。

抵抗力・・・？

抵抗力とは肺に入ってきた異物・細菌を肺の外に出す喀出力と、異物や細菌に対する肺の免

疫力を指します。ここで喀出力とは、むせる感度、むせる力、気道上皮細胞の腺毛運動（気道に侵入してきたウイルスなどを線毛の動きによって排除する働き）のことです。『咽頭や気道の感覚が低下』するような病態の方、『呼吸筋の瞬発力が低下』した方、『気道上皮細胞機能が低下』した方は異物・細菌を肺の外に出す喀出力が落ちていいため抵抗力が低いと考えられています。ここで、『咽頭や気道の感覚低下』は脳血管疾患（脳卒中など）や進行性神経疾患（認知症など）の方に多いことが知られています。『呼吸筋の瞬発力低下』は、いわゆるサルコペニア（骨格筋量の減少、筋力低下）の高齢者に多く、『気道上皮細胞機能低下』は、肺気腫や慢性副鼻腔炎の患者さんに多く、誤嚥性肺炎のリスクは高いため注意が必要です。

まとめ

誤嚥性肺炎は癌、心臓病、脳卒中とならぶ命に係わる重大な病気です。生死の問題以外にも、誤嚥性肺炎後に嚥下機能、認知機能、身体機能など

QOL（生活の質）が低下するといわれています。リスクを減らすためにも、口腔内環境を常に良い状態が維持できるように、日々の歯磨きは忘れずに、そして定期的な歯科受診をお勧めします。

地域や病院の人たちを元気づける花畑



天川・天川原支部

前橋市天川原町2丁目地内の東京電力(株)高圧線下(空地)は、地域の人たちが個人個人で手入れ・育成・清掃作業を行っていて、花や野菜の畑に変身して久しくなります。特に、宮前結城雄さん夫妻(組合員)が手入れをしている花畑は、見事なもので、地域の全体に元気を与えています。

前橋協立病院の職員(リハビリ担当)が患者さんと一緒に散歩コースにもしており、心をなごませてくれています。

※写真は、11月に撮影したのですが、春先はなお一層の見映えする景色です。



地域活動アラカルト

秋晴れの下、久しぶりのお出かけ 日光田母沢（旧御用邸）周辺散策

10/23

中央支部

まずは、集合時間の騒動から。参加者それぞれの認識違いで、すったもんだ。何とかみんな集まり、出発（先が思いやられる～）。大間々支部の方5名と無事合流し、総勢11名。自動車3台に分乗し秋晴れの下、日光へと向かいました。途中、富弘美術館で一休み。「売店に寄りたいたい！！」という強い要望にも応え（本当は早く日光に行きたい）ながら。

行楽シーズンになり、道路はオートバイや自転車が目立ちました。それでも渋滞せず目的の御用邸記念館近くの「蕎麦屋」に到着しました。この蕎麦屋さん、有名な様で、我々の到着時にすでに10人くらいの行列ができていました。

昼食後は、大谷川の憾満（カンマン）ヶ淵にならぶお地蔵さまを観ながらの逍遥でした。紅葉はまだ少しでしたが、すれ違うのは外国の方、「泣き虫山」登山の方や若い方、犬を連れた人など、多様でカラフルさが印象的でした。久しぶりのお出かけで、良い気分転換になった企画でした。
理事 山形孝



みんなの力作披露の場に

通所リハビリテーションさくらんぼでは、11月2・3日に文化祭を催しました。この1年間の利用者さんのリハビリの頑張りや趣味・特技が形になったものを、利用者さんやご家族・ケアマネジャーさんに見ていただけて楽しい文化祭となりました。

室長 鹿沼まゆみ



「津軽三味線で配布者交流会」

文京支部

キンモクセイの香りが心地よく秋も深まってきた10月18日（火）、生涯学習センター4階の音楽スタジオで、文京支部の配布者・組合員学習交流会が開かれました。コロナの中、なかなか会えなかった顔、顔、顔。

その一人一人の顔を思い浮かべ、「今年は何か楽しいことを考えましょう。」という声から、ほなみのカフェなどで津軽三味線の演奏をお願いしていた上村早苗さん、芸名、小山宗香（おやまむねか）さんをお願いしたところ、快く引き受けてくださり当日を迎えました。

津軽三味線の力強い音にしびれ、民謡メドレーで炭坑節（福岡県）からソーラン節（北海道）まで日本縦断。皆さん、マスクの下でしたが、この日ばかりは元気な声で歌われていました。17名の参加で楽しい1日を過ごせました。

桑原順子



仲間の作品コーナー



牛乳パックで作ったバースデーケーキ
デイサービス城東利用者一同

みんなの声

クロス・漢字・ワードの
ハガキから

(敬称略)

● そのセキュリティ警告画面、警告音は偽物です！の記事を
読み私も一度、同じ様な画面
が出てびっくりしたことがあ
ります。幸い友人に相談して
被害にはあいませんでした。
(太田市 春山祐一郎)

● 健康と憲法を守るといこと
で名付けた「健憲班」は、毎
月九の日に笠懸の中で一番大
きな交差点で「憲法九条を守
ろう」のスタンディングをし
ています。
(みどり市 須田章七郎)

● マゴ娘は今年学校の吹奏楽コ
ンクールで「東日本大会」ま
で出場、みごと「銀賞」でし
た！
(前橋市 マルサン)

● 毎月楽しく読ませて頂いてい
ます。
(太田市 キリキリ)

● いつも有意義に読ませて頂い
て居ます。
(前橋市 依田一枝)

● 今年の特健診は、黄色い封
筒の中にクイズが有り応募し
ましたところ、お米5kgが当
たりラッキーでした、がん検
診も異常なしでした。
(太田市 中村正一)

● おいしいものがいっぱいの時
期がやってきました。運動も
して本も読んで楽しみがたく
さんです。楽しいことが増え
ると健康にもいいと思いま
す。
(太田市 みのりん)

● やはり茂木先生のこぼれ話、
私自身のころのことも思い出
され、ドクターとはすごい人
だなと思う。
(前橋市 中澤のり子)

● 帰省中の娘と一緒にしまし
た。楽しいひとときでした。
クロスワードは、とても大好
きです。
(赤トンボ)

● 先日、道の駅八ッ場ダムふる
さと館を訪れた際、駐車場に
は水陸両用車両が停留されて
いました。半世紀前に八ッ場
ダム建設反対の集会に参加し
た、旧温泉街がダムの底にあ
り、バスが湖上を運行する現
実に複雑な心境になりました。
(前橋市 いがりん)

● 11月に入った途端に年賀状発
売、5年日誌がもうじき終わ
るので来年からの日誌をどう
しようかな？と迷った末に、
又同じメーカーの5年物をゲ
ットしました。月日の経つ
のは早いもので、慌ただしい年
の瀬がすぐそこまで来ていま
す。少しずつ掃除・ガラス磨
きを始めました。
(前橋市 松村恵津子)

● うんちとは健康のパロメータ
ー
(前橋市 ピノ)

● 今月27日で76才になります
が、毎年協立病院で健診を受
けており、今のところ異常は
ないと云うことで、感謝して
おります。私は、趣味が園芸
で果樹や観葉植物をはじめ、
洋ラン、盆栽、そして南国の
花などを鉢植えで200種類
の植物を育てています。
(前橋市 石原茂男)

● 終活をはじめました。50数年
前のハガキや切手が出てきま
した。お店に持参しましたら
20円以上(額面)だそうです。
又、切手、ハガキは大量に出
まわっているので安いし、今
は使う人が居ません。との事
でした。時代の流れでしょう
か？乗り遅れました。ごめん
なさい。このようなハガキで
誌面届けて頂きありがとうございます。
(邑楽町 おうらちゃん)

● 茂木元院長の「産婦人科こぼ
れ話」を毎回楽しみに拝読し
ております。前橋協立病院で
出産した私は第一子を茂木弘
道先生に第二子を今井昭満先
生にとりあげていただきました。
当時は毎月のように受診
に行っており「くらしと健康」
に掲載のお写真を拝見し、な
つかしい思い出いっぱい
です。
(前橋市 たくあん)

● セキュリティ警告の記事ほと
も勉強になりました。だま
されないようにしなくてはと
肝にめいじました。
(前橋市 関根義之)

第151回あずま支部俳句会

2022・11
小春日や夫の退院猫と待つ
3年ぶり野良ニャン戻り来し暮秋
夕日さす土蔵に柿は影ゆらし
短日や四方の山々暮れ急ぐ
和子
星子
丑男
麗子

お茶のみ保健室俳句会

2022・11
窓開けるさんま息い秋久暮 はつちゃん
もみじの葉風に舞い落つ淋しさや あきこちゃん
ふかし芋ほっこり甘く秋の味 Yちゃん
カルガモが日に日に数増とる広瀬川 マーちゃん
茜空コキアの赤と競い合う あこちゃん
お茶のみで里いももらいみそ汁に 克ちゃん
コロナかで久しぶりにて紅葉がり かずちゃん
七五三ひ孫の晴着うつとりと ミネ
赤城小沼流れる雲に富士冴える 章
青き葉を残して銀杏散り急ぐ 松ちゃん
柿実る空屋庭に風がふく 洋子
鬼灯のなるかならぬか口しだい けんちゃん

投稿

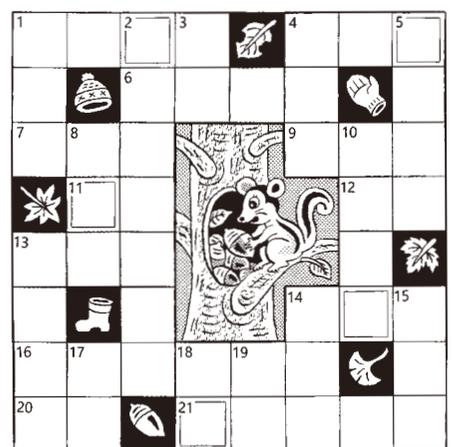
【俳句】
浅間嶺のまぶしき光冬帽子 中島毅
あじきなく世の中思う秋の夜 三輪ヒサ
紅葉散り始めうなじをむぐす川辺の路 伊藤ミツ
【川柳】
相撲取り肉欲しい俺瘦せポリック 中村正一
打ち上げて楽しむ北に震えてる 石田俊彦
五輪汚職以外に傷は深かった 松井賢一

《解き方》

イラストをヒントにして、二重ワクの○文字をうま
く並べてできる言葉は？

クロス・漢字・ワード

<第280回>



「タテのカギ」

1 ヘビの絵に足を描くような余計なこと
2 温風を送る暖房機です
3 フランス国王で「太陽王」とも呼ばれた……14世
4 カボチャを食べたりユズ湯に入った
5 コアラといえは
8 「蜆」って読めますか？
10 国際会議では必要不可欠な人です
13 本人に代わって書きます
14 3度まで……の顔で許す？
15 神社の入口に立っています
17 淡……、粉……、細……
18 一面に広がっているようす
19 ……居、……番、……電

「ヨコのカギ」

1 元々は北欧の漁師の仕事だった……コート
4 冬は値段が気になります
6 杉下右京と亀山薫の関係
7 あれこれ心をくだいて苦勞すること。……さんたん
9 自分が生まれ育った家
11 自分で払う費用。……出版
12 メロンは……科の植物
13 替え玉や身代わりのこと
14 字は違いますが、北海道と山梨県にある同音の市
16 「冬の旅」「野ばら」などを作曲した「歌曲の王」
20 ……せぬ出来事に驚いた
21 年末恒例の歳末……募金

《第279回の答え》

オンガクカイ(音楽会)

ド」と明記。住所、氏名(匿名を希望の方はペンネーム)を必ずお書き下さい。
御意見・投稿等もお寄せ下さい。

《応募方法》

解答 官製・私製はがきを使用。「第280回クロス漢字ワード」

ク	シ	ラ	ク	ス	ク	シ	ラ	ク	ス
オ	バ	イ	ハ	ナ	ウ	キ	コ	ガ	ラ
メ	ガ	ネ	オ	ス	イ	コ	ラ	シ	ガ
ム	シ	ラ	ク	ス	ク	シ	ラ	ク	ス

当日消印まで有効
〒三七一〇八一 前橋市朝倉町八三〇の一。群馬中央医療生協くらしと健康係

《送り先》

〒三七一〇八一 前橋市朝倉町八三〇の一。群馬中央医療生協くらしと健康係

《賞品》

正解者の中から抽選で五名に図書券五〇〇円分を進呈

令和4年度 自治体健診

感染対策を行い、安心して受診することができます。ぜひご予約ください。

前橋市

※今年度から一部制度が変わりました。

ご予約・お問い合わせ先

前橋協立病院 健診室

TEL 027-265-3511(代表)
平日 9時30分～16時30分

予約受付中!

各種オプション検査・人間ドックも実施しています。

前橋協立診療所

予約制となっております。
お電話にてご予約・お問い合わせください。
ご予約・お問い合わせ TEL 027-231-6060

太田市

太田協立診療所

特定健診・ヘルスチェック・大腸がん
前立腺がん・肝炎ウイルス検診

12/20 (火) まで

一胃がん検診は要予約です。一度ご来所くださいー
※今年度より胃内視鏡検査のみとなります
ご予約・お問い合わせ TEL 0276-45-4911

桐生市・みどり市

桐生協立診療所

わたらせ みどり健診 今年度は12/28まで

ご予約・お問い合わせ TEL 0277-53-3911

お米・食材のカンパにご協力ください

群馬中央医療生協では、生活困窮者からのSOSを受け、フードドライブを実施し、食糧支援をおこなってきました。

現在、お米や食料が不足しています。ご自宅で眠っているものや古米でも結構ですので、支援にご協力をお願い致します。



お米・常温保存が可能なもの

(缶詰め・レトルト食品・

インスタント食品・乾麺など)

※賞味期限が2か月以上残っているもの



お問い合わせ：生協本部 組合員活動課
027-265-3531 (代表)

群馬中央医療生協

生活応援プロジェクト 実行委員会主催

第3回 年越し協立まつり

とき：2022年12月25日 (日)

ところ：前橋協立病院敷地内 生協会館前

(住所：前橋市朝倉町830-1)

時間：10時～13時

食料品・日用品
のお土産あり

血圧測定・
なんでも相談
できます

おいしい
たべものあり!

焼きまんじゅう
のキッチンカー
もくるよ!

その他、
たのしい企画を
準備中

どなたでもお気軽にお越しください♪
みなさまのお越しをおまちしています。



※新型コロナウイルスの感染状況により内容が変更となる可能性があります。

問い合わせ

生協本部 組合員活動課

TEL:027-265-3531 E-mail:honbu-katsudobu@kyouritsu.org

群馬中央医療生協はいま (2022年10月末)

組合員	35,360人
前橋・伊勢崎地域	組合員：26,282人
太田・館林地域	組合員：5,922人
桐生・みどり地域	組合員：3,022人
その他の地域	組合員：134人
出資金	9億7,732万6,233円
一人平均出資金	27,639円

理事会だより

●10月22日(土)定数30名中25名の出席で第5回理事会を開催しました。

主な議題

- ① 会務報告
- ② 専門委員会報告
- ③ 臨時総代会1号議案に関する件
- ④ 臨時総代会招集に関する件
- ⑤ 生協強化月間の取り組みに関する件
- ⑥ 組合員活動規程に関する件
- ⑦ 理事研修会に関する件
- ⑧ 就業規則一部改定に関する件

以上、報告・協議の上、オンライン出席者4名を含め確認または承認しました。

前橋協立病院 前橋市朝倉町828-1 ☎ 027-265-3511 (代)

2022年12月1日現在の診療体制
第2土曜日・日曜日・国民の休日は休診
及び年末年始(12月30日~1月3日)は休診

		月	火	水	木	金	土
内科	予約外	小林修 平山	保田	内科医	弘中	宮澤	大宮
	午前 予約外来	瀧口道 鈴木(第4週休診) 糖尿病:深津 塵肺:小林 (第4週)	瀧口道(第2/4週) 工藤瑞 鈴木 糖尿病:深津 骨:茂木 8:30~10:00 循環器:須賀 呼吸器:櫻井 (第1/3/5週)	瀧口道 宮澤 (第1/2/3/5週) 鈴木 小野芳 糖尿病運動療法:深津 (第1/3週) 肝臓:高柳	西上 糖尿病:深津 糖尿病・甲状腺:吉川 平山 小林修(第2/4/5週)	瀧口道 鈴木 瀧口由 西上	瀧口道 鈴木(第1/4/5週) 西上(第4週) 循環器:滝沢(第1週) 呼吸器:砂長(第3週) 糖尿病・甲状腺:渋沢(第4・5週) 循環器:森(第3/4週) 神経・リハビリ:大竹(第3週)
	午後 予約外来	須藤 田ヶ原 循環器:金古(隔週) 泌尿器(松尾/吉原) 瀧口由(第2/4週) 保田(第1/2/3/5週)	工藤瑞 野本 心療内科:鈴木 糖尿病:深津 糖尿病・甲状腺:倉林	大宮 野本(第2/4/5) 三浦章 肝臓:高柳	弘中 循環器:金古(隔週) 糖尿病・甲状腺:松本 呼吸器:上吉原(第4週) 小林修(第1/3週)	須藤 田ヶ原 心療内科:鈴木 橋爪洋 循環器:小保方(第1/3/5週) 糖尿病・甲状腺:登丸	*夜間は予約患者さん専用外来 となります。 *急患の方はいつでもご相談下 さい。
	夜間 予約外来		鈴木	石川(第1/3/5週) 三浦章		西上	
	訪問 診療	午前 瀧口由 午後 宮澤	齋藤 瀧口由(第1/3)	瀧口由 宮澤(第1/3)	瀧口由 岩森(第3)	保田 西上	
	嚥下外来	午後				矢島賢	
	小児科	午前 一般外来	矢島 佐藤	矢島	齋藤	矢島 齋藤	矢島 齋藤
	午後 専門外来	神経発達:齋藤 (第2/4週) 精神衛生相談:角田	予防接種 齋藤 (第4週は午後3時迄)	予防接種 齋藤 (第3休診)	アレルギー:矢島 (第3週休診) アトピー教室:矢島 (第3週のみ) 神経発達:齋藤	乳児健診・予防接種 齋藤(第1/3/5休診) アレルギー:矢島 (第1週休診) 精神衛生相談:角田	
	夜間 一般	矢島	齋藤	(休診)	齋藤	(休診)	
	夜間 専門	神経発達:齋藤	喘息(予約制)第2休診:矢島			喘息(予約制)第3休診:矢島 神経(第3休診):齋藤	
産婦人科 産科	午前 婦人科	小松	小松	小松	小松・北原	北原	北原(第1/3/5週) 西出(第4週)
	午後 婦人科	小松	小松	休診(手術)	小松・北原(14:30~)	北原	
	夜間					北原(17:00~18:30)	
外科	午前	休診	飯島哲	飯島哲	飯島哲	大島	休診
	午後					長岡(予約制)	
整形外科	午前	岩森	岩森	岩森	岩森	岩森	岩森(第4/5週休診)
	午後	岩森	岩森	(岩森)※手術の場合は休診	岩森※第3週休診	岩森	
眼科	午前	山田	森	森	山田	山田	休診
	午後		手術	森			
皮膚科	午前				工藤隆		
内視鏡	午前 胃	安達	柿崎	高草木	安達	坂本	交替制
	午後 腸	岡野	橋爪真	山崎			
健診	午前	須藤	伊藤	矢島	須藤	須藤	
	乳腺・ 甲状腺	担当医 AM	飯島 AM	飯島 AM	飯島 AM	大島 AM	
小児科受付時間	午前8:00~11:30 夕方16:45~18:30(月・火・木) *水・金の夜 間外来(一般)は休診となります。	その他の科の受付時間			午前8:00~11:30	救急患者さんにおかれましては、 この限りではございません。 電話にてお問い合わせ下さい。	
産婦人科受付時間	午前8:00~11:00 ※予約優先 午後14:00~16:00 (初診予約可)				午後14:00~16:00		

太田協立診療所 太田市石原町927 ☎0276-45-4911

前橋協立診療所 前橋市城東町3-15-28 ☎027-231-6060

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~ 12:00	加藤 江田 (第1・3・5) 朱(予約) (第2・4)	加藤 遠藤	加藤 遠藤	遠藤 加藤 (第3) 服部 (第1・2・4・5)	加藤 遠藤	第1週 遠藤 吉岡 第3週 加藤 堀口 遠藤 第4週 加藤 吉岡 第5週 遠藤 吉岡
午後 14:00~ 17:00	遠藤 小泉	小平	江田	須江 遠藤	加藤 (金のみ15:00~)	
夜間 17:00~		加藤				
往診	加藤	加藤 遠藤	加藤		遠藤	
内視鏡	櫻井	小平		小平		小澤

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	高柳(11:00まで) 井上	高柳(11:00まで) 桑原	桑原 谷口	高柳(11:00まで) 井上	高柳(11:00まで) 桑原	3日:高柳 17日:井上 29日:谷口
午後 9:30~12:00						
午後 15:30~17:00	高柳	桑原	井上	井上	井上	
夜間	高柳 17:00~18:30				高柳 17:00~18:00	

午前・午後とも、予約制となっています。予約がない場合、待ち時間が長くなることがあります。ご了承下さい。
*新型コロナウイルスワクチン・インフルエンザワクチン接種の対応のため、午後の診療時間と土曜の診療体制の一部を変更しています。
*レントゲン:月~金曜日の午前中 *胃カメラ:月・火・木・金曜日午前
*休診:土曜日午後・第2土曜日・日曜日・国民の休日 *詳しくはお問い合わせください。
*インフルエンザワクチン接種可能です。(予約制)

桐生協立診療所 桐生市相生町2-554-7

協立歯科クリニック 前橋市朝倉町830-1 ☎027-265-6601

予約制(予約外受付可) ☎0277-53-3911 (予約電話)

受付時間	診療開始	月	火	水	木	金	土
午前8:30~ 12:00	9:00~	西上	小林(第1・2) 西上(第1休診)	西上	鈴木 (第4休診)	小林	西上(第1・3) 片岡(第4)
午後15:00~ 17:00	15:30~	西上	西上 (第1休診)	西上	西上		
夜間17:00~ 19:00	17:00~				西上 (第2・4週)		

*往診も行っています
介護に関する問い合わせ TEL:0277-53-3912
外来受診送迎実施中(当生協組合員のみ、事前登録必要)

*第2土曜・
年末年始12/30~
1/3休診

	月	火	水	木	金	土
午前 8:40~ 12:00	半澤 萱間	半澤 (偶数月第3休診) 萱間 (偶数月第3)	半澤 (第1,2,3,5) 萱間	半澤 萱間	半澤 (第2,3,4,5) 萱間 (第1,奇数月第3)	半澤 (第1,3,4,5) 萱間 (第2,4,5)
午後 火・金 12:30~16:30 月・水 13:30~16:30 木 15:00~16:30					半澤 (奇数月第3) 萱間 (奇数月第3休診)	
夜間 17:30~20:00 (休診#17:00~20:00)		半澤 (偶数月第3) 萱間			半澤 (第1,奇数月第3) 萱間 (第2,3,4,5)	

あくまでも、基本体制のため、診療月によっては、
祝祭日・休日の取得等による変動がありますので、
ご了承ください。

*歯科医の研修等で変更
になることがあります。
担当制を希望される方
は、お手数ですが事前
にお問い合わせ下さい。
*待ち時間をなくすため
に、予約制になっており
ます、お電話で予約で
きます。
*診療時間中の急患は随
時受け付けておりますの
で、ご連絡ください。
*訪問診療をご希望の方
は、お問い合わせ下さい。

診療体制は毎月変わる可能性がありますので、受診の際は最新号の「くらしと健康」をご覧ください。事業所へお電話でお問い合わせ下さい。