

医療費でお困りの方ご相談ください  
無料・低額診療事業を行っています  
前橋協立病院 TEL:027-265-3511  
太田協立診療所 TEL:0276-45-4911  
前橋協立診療所 TEL:027-231-6060  
桐生協立診療所 TEL:0277-53-3911  
協立歯科クリニック TEL:027-265-6601

# くらしと健康

第698号  
6月号 / 2024年

群馬中央医療生活協同組合  
発行番号371-0811 前橋市朝倉町830-1  
発行人 長谷川敦子 TEL 027-265-3531  
編集 くらしと健康編集委員会  
<http://www.kyouritsu.org/>

定価 1部 30円(組合員の購読料は出資金に含まれています)



在宅栄養相談のイメージ



私たち管理栄養士は「皆さんの生活に寄り添いながら、その人らしい方法を知りたい」「水分を摂ることを目標としています。在宅で栄養相談が必要な方やその家族の方は、「手軽にカロリーを摂れ」といった気があるのか分からない「なんとなく痩せてきた気がする」など自宅での食生活に不安をかかえている方が多いです。そのような方が、私たち管理栄養士と話をすることで、少しでも安心して自宅での生活を送ることができます。少しだけ、私たち管理栄養士と話すことで、少しでも安心して自宅での生活を送ることができます。そのような形の提案は、歯がなく、噛むことに不安がある方への食事の練習と一緒に調理

## 本人と家族の不安に寄り添つて

前橋協立病院は、生活支援型病院として地域住民の暮らしをサポートしています。私たち管理栄養士は、地域の皆さんのが在宅生活を続けていくために、口から食べることを支えます。今年度から、新事業として在宅栄養指導を開始したので紹介します。



前橋協立病院 管理栄養士

阿久津 玲奈

レシピのみの提案でなく、一緒に作り方の練習も行います。この時、出来るだけ自宅にある調理

器具や食材で作れるよう、利用者と相談してい

くことが、在宅での生活支援につながります。

事が段々食べられなくな

り、痩せてきてしまった

方には少量で高カロリー

なレシピの提案を行いま

す。歯がなくて食事が食

べられないという方にも

食品に水分を加えて、ミ

キサーやプロセッサーを

使いペースト状

にした食事をお

すすめしたりし

ます。

安心して自分らしく

生活していく事を支え

ていく管理栄養士の役

割は、「指導」ではなく「

指導ではなく相談を

行います。例えば、食

事が段々食べられなくな

り、痩せてきてしまった

方には少量で高カロリー

なレシピの提案を行いま

す。歯がなくて食事が食

べられないという方にも

食品に水分を加えて、ミ

キサーやプロセッサーを

使いペースト状

にした食事をお

すすめしたりし

ます。

安心して自分らしく

生活していく事を支え

ていく管理栄養士の役

割は、「指導」ではなく「

指導ではなく相談を

行います。例えば、食

事が段々食べられなくな

り、痩せてきてしまった

方には少量で高カロリー

なレシピの提案を行いま

す。歯がなくて食事が食

べられないという方にも

食品に水分を加えて、ミ

キサーやプロセッサーを

使いペースト状

にした食事をお

すすめたりし

ます。

安心して自分らしく

生活していく事を支え

ていく管理栄養士の役

割は、「指導」ではなく「

指導ではなく相談を

行います。例えば、食

事が段々食べられなくな

り、痩せてきてしまった

方には少量で高カロリー

なレシピの提案を行いま

す。歯がなくて食事が食

べられないという方にも

食品に水分を加えて、ミ

キサーやプロセッサーを

使いペースト状

にした食事をお

すすめたりし

ます。

安心して自分らしく

生活していく事を支え

ていく管理栄養士の役

割は、「指導」ではなく「

指導ではなく相談を

行います。例えば、食

事が段々食べられなくな

り、痩せてきてしまった

方には少量で高カロリー

なレシピの提案を行いま

す。歯がなくて食事が食

べられないという方にも

食品に水分を加えて、ミ

キサーやプロセッサーを

使いペースト状

にした食事をお

すすめたりし

ます。

安心して自分らしく

生活していく事を支え

ていく管理栄養士の役

割は、「指導」ではなく「

指導ではなく相談を

行います。例えば、食

事が段々食べられなくな

り、痩せてきてしまった

方には少量で高カロリー

なレシピの提案を行いま

す。歯がなくて食事が食

べられないという方にも

食品に水分を加えて、ミ

キサーやプロセッサーを

使いペースト状

にした食事をお

すすめたりし

ます。

安心して自分らしく

生活していく事を支え

ていく管理栄養士の役

割は、「指導」ではなく「

指導ではなく相談を

行います。例えば、食

事が段々食べられなくな

り、痩せてきてしまった

方には少量で高カロリー

なレシピの提案を行いま

す。歯がなくて食事が食

べられないという方にも

食品に水分を加えて、ミ

キサーやプロセッサーを

使いペースト状

にした食事をお

すすめたりし

ます。

安心して自分らしく

生活していく事を支え

ていく管理栄養士の役

割は、「指導」ではなく「

指導ではなく相談を

行います。例えば、食

事が段々食べられなくな

り、痩せてきてしまった

方には少量で高カロリー

なレシピの提案を行いま

す。歯がなくて食事が食

べられないという方にも

食品に水分を加えて、ミ

キサーやプロセッサーを

使いペースト状

にした食事をお

すすめたりし

ます。

安心して自分らしく

生活していく事を支え

ていく管理栄養士の役

割は、「指導」ではなく「

指導ではなく相談を

行います。例えば、食

事が段々食べられなくな

り、痩せてきてしまった

方には少量で高カロリー

なレシピの提案を行いま

す。歯がなくて食事が食

べられないという方にも

食品に水分を加えて、ミ

キサーやプロセッサーを

使いペースト状

にした食事をお

すすめたりし

ます。

安心して自分らしく

生活していく事を支え

ていく管理栄養士の役

割は、「指導」ではなく「

指導ではなく相

# 支部総会各地域で開催

2024年度の支部活動方針を決める総会が各地で開催されました。

今年の総会でも、多彩なイベントが支部ごとに準備され、盛り上がりを見せました。いくつかの支部総会を紹介します。

## 新里支部

4月19日（金）新里支部総会が開催されました。4年にわたる新型コロナウイルス感染症が様々な活動に影響しました。2023年度は感染予防対策をとりながら出来うる限りの活動が行われました。支部主催の焼き芋大会の開催。3年ぶりの配布者の集いも行われました。キッズチャレンジでは新たに支部で声をかけ桐生市立北小学校とのびのび保育園の参加がありました。今年度は、趣味などを活かした楽しく活動できる班を増やしていく目標を立てました。



## 蘿川北支部

4月20日(土)に太田組合員会館で蘿川北支部の総会が開催されました。健康づくり班会やミニ旅行など一年間の取り組みが報告されました。第二部では、南京玉すだれ班会のメンバーによる出し物、また支部長の小川さんのギター伴奏で、参加者みんなで歌謡曲をうたいました。秋に予定されている太田地区WHO健康ウォーキングの担当支部として準備をすすめていくことも確認しました。



## 宝泉支部

4月20日(土)に宝泉センターで宝泉支部の総会が行われました。宝泉地域は太田協立診療所から車で約30分と離れた地域の支部です。支部の25班のうち、毎月約15班、160人が健康づくりに取り組んでいます。総会の第二部では、秋桜会のみなさんによるハーモニカ演奏にあわせて懐メロを合唱しました。当日は、看護師、検査技師による血圧測定や体組成測定のほか、希望者に骨密度測定を行いました。



## 大泉千代田支部

4月28日(日)大泉公民館で大泉千代田支部の総会が行われました。支部の約50班のうち、半分近くが毎月班会を開催して、延べ200人近くの組合員さんが活動を行っています。総会には地元大泉町多文化協働課の福田雅美課長、「よりきど暮しの会」共同代表の月橋章様に列席いただきました。総会の第二部では、支部事務局で医学体操指導者の松尾初美さんによる「免疫力を高める4つのエクササイズ」紹介の講演がありました。会場では呼気圧測定やピロピロ伸ばしテスト、能登半島地震支援としてワンちゃんの洋服と絵本販売も行われました。



## 下川淵支部

5月11日（土）下川淵公民館で、支部総会が開催されました。フリートークでは、介護サポーターの方から近隣地域での活動内容も紹介され、医療生協の活動にも活かせるのではと話が盛り上りました。2部では「始めてみませんか？お口のトレーニング」と題して、協立歯科クリニックの桑原歯科医師と吉井歯科衛生士長を講師に学習会を行いました。オーラルフレイルチェック（口周りの機能低下のチェック）を行い自分の口や舌の動きを確認しました。その後、舌を唇の内側でぐるりと回す「舌回し」、口と舌を大きく動かしながら発声する「あいうべ体操」「パタカラ体操」を練習し、体操後の変化を感じることが出来ました。これからも自分の口でおいしく食べていくためにも本気で体操することが大切と学びました。



## 木瀬支部

5月11日（土）に永明公民館で、支部総会が開催されました。ふれあい訪問や平和問題など一年間の取り組み報告や新班の紹介など行われました。第2部では、「聞くだけではもったいない！～ピンピン〇〇〇をめざすには～」というテーマで、理学療法士の鈴木智加恵さんを講師に学習会を行いました。元気に過ごしていくために必要な3つの要素や重要なキーワード、おうちで簡単にできる運動の紹介などしていただき、分かりやすく笑顔溢れる学習会となりました。第3部では、ピアノとハーモニカ演奏に合わせて歌を歌い、楽しいひと時となりました。



# この100年間で世界は確実に平和に向かっている

5月3日、群馬音楽センターで「第39回憲法記念日集会 誰もが平和に生きられる社会に」が開催され、群馬中央医療生協からも多数の職員・組合員が参加しました。会場には約1200人、オンラインでは約150人という大きなイベントとなりました。

第1部は上州榛名太鼓保存会による大迫力の和太鼓演奏でした。第2部は「世界は憲法9条をもとめている ~誰もが平和に生きられる社会を築くには~」をテーマに、ジャーナリストの伊藤千尋さんが講演しました。参加者の2人の感想を紹介します。



講師の伊藤さんは「日本国憲法施行から77年目、今こそ、憲法9条に基づいた政治が行われ、世界中の人々の命や暮らしを守らなければならない」と語られました。日本国憲法は「二度と戦争を起こしてはならない」という強い反省から生まれたものです。しかし与党は再び戦争する国づくりの方向に舵をきっています。5年間で43兆円まで膨張する軍事費を教育費に変えた「平和国家コスタリカ」に学んでほしいです。私たちを取り巻く環境が多く危機に直面している中で、大軍拡などしている場合ではないです。それを発信するリーダー的な存在に日本はなってほしいものです。

理事：秋山ユミ子

ウクライナやパレスチナで日々起こっているニュースを見聞きすると、「歴史から何も学んでいないのだな」と落胆し悲しい気持ちでいっぱいになります。しかし、伊藤千尋さんの講演の中で、「大きな歴史の流れの中では世界は確実に平和に向かっている」との言葉があり、勇気づけられ希望が持てると思いました。

また、「世界中の誰もが平和に生きる権利がある」と宣言した日本国憲法の先進性・素晴らしさをあらためて認識し、日本にはこの崇高な理念を世界に発信する役割を果たしてもらいたいと強く感じました。

前橋協立病院 医師：瀧口由希

## 能登半島地震復興ボランティア活動の実態

高橋工房  
代表 高橋 宏誌



現在、群馬県に住んでいますが、能登半島地震がおこった1月1日には、能登町の妻の実家おり、自分も被災した1人でした。家は、窓が割れたり壁が崩れたりしました。壊滅的な被害ではありませんでしたが、車で数分走ると家や道路が全倒壊したり、ぐちゃぐちゃの状況でした。初めて、被災地支援をおこなったのは1月7日のことで、金沢まで物資を買い込みに戻りました。当時は、道路に検問がはられており、誰もが現地に入ることができる状況ではありませんでしたが、自分は現地の住民だったので出入りができました。その後のボランティアは、2月11日からの1か月弱で、本業を生かして建物や建具の修繕を実施しました。

朝から晩まで続く過酷な環境のボランティアで、個人では心身の負担やコストの壁の限界を感じています。そこで、任意団体を立ち上げ、補助金を受けて、5月のボランティアを継続しました。今後は、個人の支援からNPO法人などと連携した支援に切り替えることや、自分たちのように小さく動くボランティアにできる役割を新ためて見直すことを考えています。現在、道路やインフラは徐々に復旧しつつありますが、建物の倒壊や住民の慣れ親しんだ生活を失った心理的負担はまだ大きいです。生活直結の課題も多く抱えています。仮設住宅にすら入れず、二次避難をする方、仮設住宅の入居許可を得たが、二次避難先から家電が運べず生活をリスタートできない方もいます。

メディアの報道が減っても復興がそのスピードに伴っているわけではなく、ボランティア活動はまだ続いている感じです。心身が疲れ切ったとき、1月1日の被災した日に、今まであったものが目の前で崩れていく景色や、寒くて眠れず祖父と朝まで温かくないストーブのままで過ごした避難所を思い出し、頑張ろうと自分に言い聞かせています。

中毛地区のちょっと助け合いの会から呼びかけた能登半島支援のための家電募集は、高橋さんを通じ、現地の被災された方々へ届けていただきました。皆様ありがとうございました。



オーラルフレイルのチェック項目 (Oral frailty 5-item Checklist : OF-5)

質問	選択肢	
	該当	非該当
自身の歯は、何本ありますか？ (さし歯や金属をかぶせた歯は、自分の歯として数えます。 インプラントは、自分の歯として数えません。)	0~19本	20本以上
半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか？	はい	いいえ
お茶や汁物等でむせることがありますか？	はい	いいえ
口の渴きが気になりますか？	はい	いいえ
普段の会話で、言葉をはっきりと発音できないことがありますか？	はい	いいえ

5つの項目のうち、2つ以上該当すると「オーラルフレイル」です。

予防や対応については当院スタッフまでお声掛けください。

株式会社ジーシー HPより

日本老年医学会  
THE JAPANESE GERIATRIC SOCIETY

日本老年歯科医学会  
Japanese Society of Geriatric Dentistry

日本老健学会、日本サルコペニア・コレイル学会  
Japan Society of Geriatric and Health

## オーラルフレイル セルフチェック

今年2月の本誌で、口腔機能低下症の検査について紹介させていただきました。その後、たくさんの方々の反響をいただき、みなさんの関心の高さを実感しました。今回はオーラルフレイルについて紹介します。

自分でできるチェックリストをご紹介します。3つの学会（日本老年医学会、日本老年歯科医学会、日本老健学会、日本サルコペニア・コレイル学会）が作成したも

のです。

オーラルフレイルとは、「お

くちの虚弱」という意味で、おくちの機能が低下することは体全体の衰えの入口であることがわかつてきています。

早めの段階で気付いて対策することで、もとの健康なおくちの状態に戻すことができるので、ちょっととしたおくちの変化を見逃さないことが大切です。

### オーラルフレイル予防の ワンポイントアドバイス

● ブクブクうがいを  
本気でやってみよう！

口を鍛えるトレーニングとしてはとても有効です。口をしつかりすばめたり、頬を大きく膨らませるようにして行いましょう。口の中の筋肉をよく動かす様に、少し口が疲れるぐらい大きく動かすのがポイントです。● あいづべ体操をやってみよう！毎日続けることで、舌の力のアップにもつながります。



言語聴覚士 萩原一也

## 「吹き戻し」が健康器具に！？

皆さん、「吹き戻し」ってご存じですか？子どもの時に遊んだ…息を吹き込むとピローンと伸びる…そう、あの笛です！その吹き戻しですが子供の玩具としてではなく、口腔機能を改善する訓練器具として徐々に注目されています（実際2010年くらいから研究、開発されています）。使い方としましては…①腹式呼吸で息を整える。②一気に吹き伸ばし呼気力を強める。③吹き伸ばしたまま戻らない状態を5~10秒維持し、持続力につける。…です。

腹式呼吸を促して呼気力や腹筋の強化が期待できます。それだけでなく、口元の筋肉トレーニング（口腔機能改善）も兼ねており、オーラルフレイル予防や誤嚥予防にも繋がります。ダイエット効果、美容にも良いとされています。「長息生活」（販売元：株式会社ルピナス）という大人のトレーニング用の吹き戻しもあります。皆さんも自分のレベルに合わせた吹き戻しを使って、呼吸やお口のトレーニング…いかがでしょうか？



\*吹き戻しの一部を生協本部組合員活動課で取り扱っています。TEL 027-265-3531（代表）

## 特集

# 正しい知識で オーラルフレイル予防



協立歯科クリニック  
歯科衛生士長  
吉井 さか枝

### 皆さんからの質問に お答えします

大きく口を開かすのが大切です。1日30回を目安にやってみましょう。

- ① 口腔機能低下症の検査は何曜日にやっていますか？
- ② 検査の金額はどのくらいかかりますか？
- ③ 検査の時間はどのくらいかかりますか？
- ④ 検査のあとはどのようなことをしますか？



少し低下が始まつた状態で気が付くことが大切です。オーラルフレイルにあてはまりそうであれば、是非お気軽に協立歯科クリニックでお問い合わせください。

ご自分のおうちの状態を知つてもらって、適切なトレーニングをご説明します。継続していくことがポイントなので、その後も定期的に状態を確認し検査していくことをお勧めします。

# 地域活動アラカルト

## 道の駅巡り二回目の 花と新緑散歩

中央支部

4月18日（木）葉桜と花桃のしだれ桜2000本以上2kmの中を散策して富弘美術館と黒保根やまびこ道の駅巡り、地元のフキノトウ・山ウド・タラの芽の買い物し、最後に小平の里でなかなか見られない、世界にここだけの花 絶滅種のカッコソウをガイドさんの案内で観察し協力金を払いました。

近くに居ながら素晴らしい物を初めて観れて楽しい一日でした。  
川瀬晴夫



## トライアングルフェスタ 健康チェック

中毛地区

5月18日（土）下川淵地区の横手わせだ緑地公園にてトライアングルフェスタが開催されました。公園内では、地域サークルの発表や子どもの遊び場、花苗販売などのイベントが開催され、小さい子どもから高齢の方まで、会場にぞくぞくと集まりました。医療生協は民生委員企画の一員として参加し、健康チェックをさせていただきました。

ブースには116名が参加し、体組成測定、骨密度測定、握力測定、血圧測定を実施し、保健師・看護師・管理栄養士・理学療法士・作業療法士などの各専門職が検査結果の説明と、健康相談も行い好評でした。今後も、民生委員さんと協力した地域づくりを大切にしていきます。



## 「三線弾いてみました」 たんぽぽ三線愛好会

伊勢崎支部

去年、あちらこちらから、「三線やりたい」「やってるよ」「買ったよ」と声があがり、3月下旬に「近くに三線を教えられる人がいるので教えてもらおう！」と、お茶飲み保健室たんぽぽで4月22日に初めて班会を開催しました。

伊勢崎在住の組合員活動課職員吉村さんの指導の下、初心者4名と、中学生1名で三線の持ち方から、爪の持ち方などを習いました。「合（ド）、ビヨン！ とはじくと微妙な音が響きます。ドレミ、とは全く違う音階（漢字の譜面）に頭はこんがらがって、きっとすごいの音だったでしょう。私には音を聞き取る余裕もありませんでした。手ごわい三線を弾きこなせるようになるのかお楽しみに！」

理事 工藤玲子



## 仲間の作品コーナー



桐生市 田多野香平さん



木目込み「百合の花」  
大泉町 橋本さわ子さん



## 令和6年度 自治体健診

## 前橋市

前橋協立病院

前橋協立診療所

## 予約受付中！

シールが届いてからは、予約が殺到します。  
早めのご予約をおススメです!!

## ご予約・お問い合わせは

前橋協立病院健診室

TEL 027-265-3511(代表)  
平日：9:30～16:30

前橋協立診療所

TEL 027-231-6060  
平日：9:00～17:00

## 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

5月1日～12月20日

## 随時受付中！

—胃がん検診は要予約です。一度ご来所ください—  
(お問い合わせ) TEL 0276-45-4911

## 桐生市

桐生協立診療所

わたらせみどり健診

6月1日～12月28日

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、フードドライブを実施し、必要とする方に食糧支援をおこなっています。

現在、ご自宅で使われない食料やお米を募集しています。お米は古米でも結構ですので、支援にご協力ををお願い致します。

## 〔集めているもの〕

お米・常温保存が可能な食品

(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 TEL 027-265-3531 (代表)

## 群馬中央医療生協はいま (2024年4月末)

組合員	35,163人
前橋・伊勢崎地域	組合員： 26,267人
太田・館林地域	組合員： 5,795人
桐生・みどり地域	組合員： 2,965人
その他の地域	組合員： 136人

出資金	9億5,801万2,500円
一人平均出資金	27,244円

群馬中央医療生活協同組合 主催

## 第6回 生活応援企画 協立サマーフェア

とき：2024年7月28日 (日)

ところ：前橋協立病院敷地内 生協会館

(住所：前橋市朝倉町830-1)

時間：10時～13時

おいしい  
たべものあり！食料品・日用品の  
お土産ありヘアカットコーナー  
500円  
(予約優先)焼きまんじゅうの  
キッチンカーも  
くるよ！血圧測定  
健康相談  
コーナーありどなたでもお気軽  
にお越しください♪  
みなさまのお越しを  
お待ちしています

※フェアの内容は2024年5月現在の予定です。

今後変更となる可能性もありますのでその際はご了承ください。

※当日、都合で会場に来場できない方には後日食料や日用品をお渡しすることも可能です。

希望される方は右記連絡先にご相談ください。

## 問い合わせ

群馬中央医療生活協同組合

組合員活動課

TEL : 027-265-3531

E-mail: honbu-katsudobu@kyouritsu.org

医療費の支払いにお困りの方は  
ご相談ください

## 無料低額診療事業のご案内

無料低額診療事業は、生計困難な方が経済的理由で必要な医療を受ける機会を制限されることがないよう、無料または低額な料金で診療を行う事業として、社会福祉法に位置付けられています。

群馬中央医療生協は「一人ひとりのいのちが大切にされ、人権が尊重されるまちづくりに貢献する」という理念にもとづき、この事業に取り組んでいます。

## ◆減免の対象となる方

○生計困難者で、1ヶ月の世帯収入が生活保護基準の140%以下の場合は、収入額に応じて医療費の本人負担が全額免除または一部免除になります。

○外国人、ホームレス・住所喪失不安定労働者、DV被害者等社会的援助を要する人などで、明らかに無保険の方は無料で診療を行います。

## ◆実施している事業所 ※問い合わせ及び相談窓口

前橋協立病院	前橋市朝倉町828-1	TEL 027(265)3511
太田協立診療所	太田市石原町927	TEL 0276(45)4911
前橋協立診療所	前橋市城東町3-15-28	TEL 027(231)6060
桐生協立診療所	桐生市相生町2-554-7	TEL 0277(53)3911
協立歯科クリニック	前橋市朝倉町830-1	TEL 027(265)6601

● 4月27日 (土) 定数27名中22名の出席で12回理事会を開催しました。
件
以上、報告・協議の上、提案どおり承認しました。
①会務報告
②専門委員会報告
③地区別総代会議のまとめと総代会議案への反映に関する件
④新病院建設に関する件
⑤管理者の任免に関する件
⑥2023年度決算処理(固定資産廃棄損追加分)に関する件

## 理事会だより

## 前橋協立病院

前橋市朝倉町828-1

☎ 027-265-3511 (代)

ホームページ



2024年6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 総合診療	初診	小林修	中村	小野	弘中	保田	大宮
	午前	瀧口道 総合診療:保田 総合診療:瀧口由	瀧口道(第2/4週) 工藤瑞	瀧口道 総合診療:宮澤 小野芳 高柳(第2/4週)	西上(第4休診) 総合診療:小林修 総合診療:瀧口由	瀧口道 総合診療:瀧口由 西上	瀧口道 西上(第4週)
	午後	予約外来 内科/心療内科:鈴木(第1/2/3/5週) 糖尿病:深津 塵肺:小林 (第4週)	内科/心療内科:鈴木 糖尿病:深津 循環器:須賀 呼吸器:櫻井 (第1/3/5週)	内科/心療内科:鈴木 糖尿病運動療法:深津 (第1/3週)	糖尿病・甲状腺:松本	内科/心療内科:鈴木 糖尿病:深津	内科/心療内科:鈴木(第1/4/5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1/3週) 神経・リハビリ:大竹(第3週)
	夜間	初診 内科/心療内科:鈴木 糖尿病:深津	菊島 工藤瑞	大宮	弘中	橋爪洋	
小児科	午後	予約外来 田ヶ原	野本	野本 三浦章	鈴木	田ヶ原 橋爪洋	*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。
	午後	予約外来 松尾/石尾	内科/心療内科:鈴木 糖尿病:深津 糖尿病・甲状腺:新井	菊島 (第4週休診)	循環器:金古 糖尿病・甲状腺:綿貫	心療内科:鈴木 循環器:小保方(第1/3/5週) 糖尿病・甲状腺:登丸 嚙下外来:矢島賢	
	夜間	予約外来	内科/心療内科:鈴木 糖尿病:深津	三浦章		西上(第4週)	
	午前	一般 矢島 齋藤 佐藤	矢島	齋藤	矢島 齋藤	矢島 齋藤	齋藤 佐藤
産婦人科 産科	午後	予約外来 専門 精神衛生相談:角田	神經発達:齋藤 (第2/4週)		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) 神經発達:齋藤	アレルギー:矢島 (第1週休診) 精神衛生相談:角田	
	午後	予防	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)		乳児健診 齋藤(第2・4週)	
	夜間	一般 矢島	齋藤	(休診)	齋藤	(休診)	
	夜間	専門 神經発達: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	
外科	午前	婦人科 産科	北原 (10:00~)	北原 (9:45~)予約のみ	北原 予約のみ	北原 (第2・4週10:00~) (第1・3・5週9:00~)	北原(第1/3週) 西出(第4週)
	午後	婦人科	北原	休診(手術)	北原(14:30~)(第2・4休診)	北原	
	夜間					北原(17:00~18:30)	
整形外科	午前		休診	飯島哲	飯島哲	大島	休診
	午後					長岡(予約制)	
脳神経外科	午前		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	
骨	午前			朝倉		朝倉	
	午後		茂木 8:30~10:00				
眼科	午前		山田	森	山田	山田	休診
	午後		手術	森			
皮膚科	午前				工藤隆		
	午後						
内視鏡	午前	胃	岡村	柿崎	高草木	植原	坂本
	午後	腸	岡野		山崎		交替制
健診	午前		交替制	伊藤	交替制	深澤	
	午前	職・軽	担当医	飯島	飯島	大島	
	午前	婦人科	根岸	根岸	飯島	根岸	北原
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 午後14:00~16:00	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。		

## 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 服部	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	小泉	遠藤 (15:00~)	江田	伊藤 遠藤	加藤 (15:00~)	
夜間 17:00~		加藤				
訪問診療	加藤	遠藤	加藤		遠藤	
内視鏡	櫻井	野田				小澤

月	火	水	木	金	土
午前 月~金 9:00~12:00 土 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	1日:高柳 15日:井上 22日:谷口 29日:桑原
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	

発熱外来をおこなっています。風邪症状がある方は、事前にご連絡ください。なるべく待ち時間が少なくなるよう対応させていただきます。  
2024年度も前橋市自治体健診受け付けます。ご希望の方はご連絡ください。  
※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 \*訪問診療を行っています。詳しくはお問い合わせください。

\*糖尿病の方、健診・予防接種などの検査や経過観察のある方は、なるべくお早めに受付をお願い致します。  
※新型コロナワクチン接種のため、午後の診療時間が一部変更となる場合があります。

## 桐生協立診療所 桐生市相生町2-554-7

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3~5)	西上	鈴木(第4以外) 西上(第4)	小林	西上(第1・3) 片岡(第4~5)
午後15:00~ 17:00	15:30~	西上	西上 (第1以外)	西上	西上 (第4休)		
夜間 17:00~ 19:00	17:00~				西上 (第2・4週)		

新型コロナワクチン接種実施中  
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・  
祝日 休診

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」をご覧いただくか、事業所へお電話でお問い合わせ下さい。

## 協立歯科クリニック 前橋市朝倉町830-1

☎ 027-265-6601

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

ご了承ください。  
あくまで休日の取得等による変動がありますので、診療月によっては、  
診療体制の変更があります。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、予約制になっています。  
\*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。