



月刊 強い体

松江保健生活協同組合

発行「強い体」編集委員会 〒690-8552 松江市西津田8-8-10
(地域担当課) TEL.0852-27-3774 FAX.0852-32-9371

松江保健生協の現況 (6月末現在)

組合員 32,885人
出資金高 1,642,807,700円
平均出資金額 49,956円
機関紙手配り協力員数 1,887人
手配り配布数 12,453部

8月号

2023年8月1日
No.587

ホームページ
<http://www.matsue-hew.jp/>
スマートフォン用サイトは[こちらから](#)



いのちを
つなぐ

無料または低額な料金で診療をおこなう事業

無料・低額診療事業

2022年度 概要報告

2022年度の無料低額診療事業(以下、無低診)の概要 を報告させていただきます。

はじめに

増になった方は4人(2022年6月末現在)いました。

一方で、制度利用につながらず経済的困窮が改善しないまま、引き続き無低診を利用しておりの方は(新規・更新含めて85人のうち)31人となっています。

2022年度の無低診申請状況は(表1)にありますように、申請は85人で、そのうち世帯収入等の基準に該当し承認された方は、新規申請28人、更新申請55人でした。

今回は、無低診利用のうち新規申請の方について詳しく報告をさせていただきます。経済的状況はグラフに示しました。

無低診の新規申請・承認者の特徴

2022年度の無低診の新規申請・承認者の特徴としては、若い世代から就労世帯までの世代が増加しており、関連して年金受給者以外で無職、無収入状態の方が3割近くを占めていることです。

世帯収入状況では、生活保護受給対象(生保基準率100%未満)となる方は、17人、65%に上ります。無低診利用から医療福祉相談員との相談を経て生活保護の申請に至つた方は10人となり、生活再建に向けて一步が踏み出している方もおられます。また、無低診利用により病気が完治し、就労復帰され、収入

方は、病気や後遺症により就労ができず社会制度も活用できず経済的困窮となつた方、避難民として日本に逃れてきたため住民票も保険証も取得できず、就労も出来ない外国人の方、コロナ禍で就労時間が激減し、退職せざるを得ず、その後無職となり保険料滞納で無保険状態になつた方など状況はさまざまです。

経済的困窮の状況は深刻

2022年度はありませんでしたが、過去には、経済的に困窮状態を誰にも相談できず、無低診利用で治療に結びついたものの治療の途中で亡くなつた方もおられました。

2022年度はあります。でも、過去には、経済的に困窮状態を誰にも相談できず、無低診利用で治療に結びついたものの治療の途中で亡くなつた方もおられました。

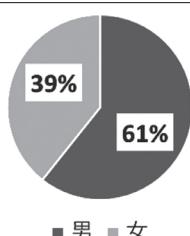
2022年度はあります。でも、過去には、経済的に困窮状態を誰にも相談できず、無低診利用で治療に結びついたものの治療の途中で亡くなつた方もおられました。

気軽に相談下さい。

<表1>受療権を守る取組み(無料低額診療事業)

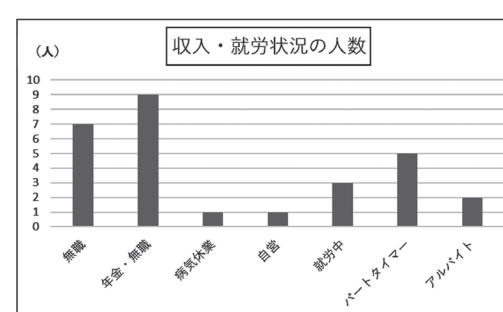
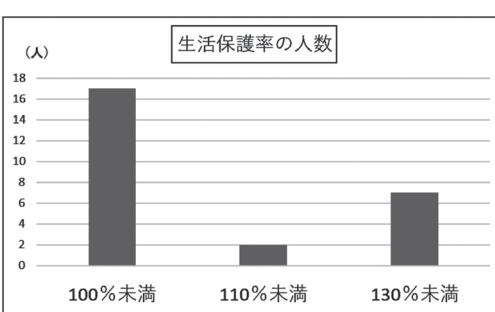
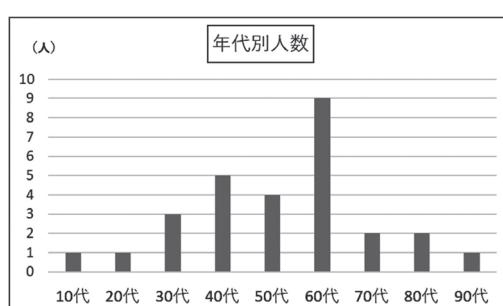
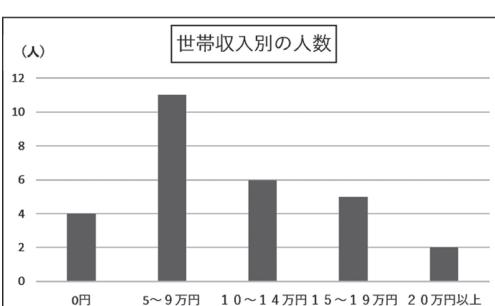
年度	申請	承認		不承認	取り下げ	保留	医療費減免額
		新規	更新				
2017年度 (7月～3月)	33	19	9	5			1,549,981円
2018年度	52	19	25	5	3		2,814,230円
2019年度	63	24	38	0	1		3,563,823円
2020年度	76	28	43	2	2	1	2,482,604円
2021年度	85	26	53	6			4,556,233円
2022年度	85	28	55	1		1	4,133,250円
合計	394	144	223	19	6	2	19,100,121円

新規申請者の男女別の構成



■男 ■女

くありました。コロナ禍を原因とした経済的困窮の状況で深刻な事例が多くありました。



新規申請者の経済的状況

〈実施施設〉

松江生協病院・ふれあい診療所・
松江生協歯科クリニック

<http://www.matsue-seikaku.jp/seisekiyoku/seisekiyoku.html>

〈ご相談窓口〉

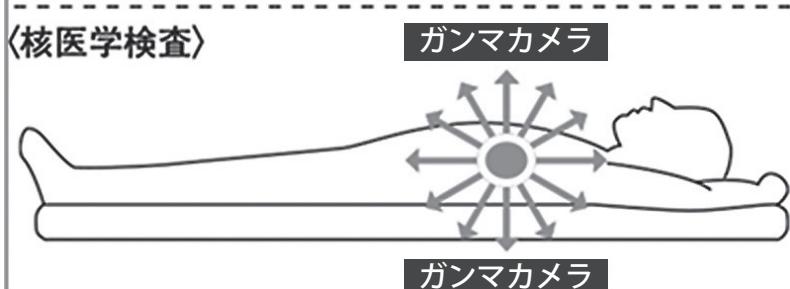
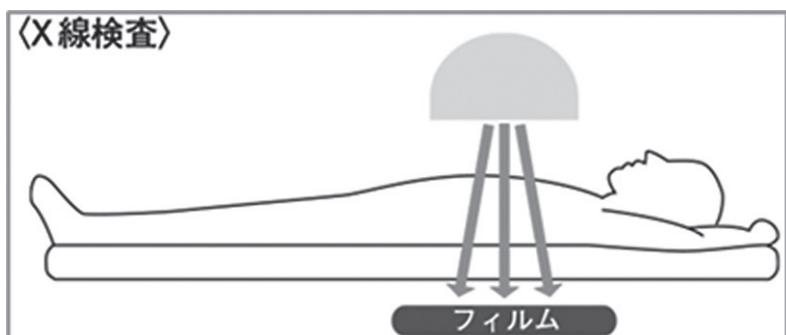
松江生協病院受付・ふれあい診療所受付
連絡先 病院代表 0852(23)1111
松江生協歯科クリニック 連絡先 0852(26)0444





GE社製 NM830

- 特長**
- ①収集性能向上……検査時間が短縮されます。
 - ②機器性能向上……病変抽出能が向上します。
 - ③画像処理能力向上…従来より正確な診断可能です。



放射線被ばく
RI(放射性物質)を使用するため、被ばくを避けることはできませんが、検査に用いられる放射性医薬品の量は微量です。1回の核医学検査での被ばく線量はおよそ0.2~8mSv程度(注)

R-I診断装置を更新しました!
松江生協病院本館1階の核医学(R-I)診断装置が2023年5月に13年ぶりにリニューアルしました。新しい装置はGE社製のNM830です。検査室内の内装も落ち着いた雰囲気となっています。

R-I診断装置NM830は、画質の向上と短時間収集を実現した装置です。体

X線検査と核医学検査の違い
まずR-I検査とX線検査(レントゲン写真・CT検査など)には大きな違いがあります。X線検査は体外からX線を照射し、X線の吸収の度合いにより臓器の輪郭形状・形態を把握する検査である一方、R-I検査は体内に放射性医薬品(放射性物質)を投与し、体外から放射性医薬品の分布を検出して画像化する検査です。

R-I検査とは?
R-I検査は、γ(ガンマ)放射線を放出するアイソトープという放射性医薬品を静脈経由で体内に入れ、患者さんは検査用寝台に20~30分仰臥位の姿勢でいます。

寝台がスライドしご枚のガムマカメラが方向を変え、体内の放射性医薬品の分布状態を画像に変換していくます。患者さんは苦痛の少ない検査です。

検査の注意事項
R-I検査(核医学)は、静脈経由で体内に入れた放射性医薬品が、目的部位に集まる時間を要する為、R-I装置による検査は注射(投与)してから数時間後になります。

また、朝の絶食、服用中の薬の一時中止などが必要な場合もあります。おおよその検査時間は、待ち時間を含めて2~3時間ですが、1日または数日後に及ぶこともあります。

一般的によく使われる核医学検査

核医学検査の種類	対象疾患
脳血流シンチグラフィ	認知症など
心筋(血流)シンチグラフィ	冠疾患
骨シンチグラフィ	悪性腫瘍の骨転移
ガリウム(腫瘍)シンチグラフィ	悪性腫瘍の病期診断
神経系の腫瘍によく取り込まれるMIBG	褐色細胞腫や神経芽腫など
腎シンチグラフィ	小児の水腎症の検査など

1) です。これはエックス線撮影検査やCT検査などの他の放射線検査と同程度かそれ以下の量であり、安心して検査を受けて頂けます。
注1:日本核医学学会「看護スタッフのための核医学Q&A」より引用

御礼
松江保健生協協同組合の組合員の皆様からお預かりした出資金で装置更新ができました。ご協力ありがとうございました。
放射線室は、最新の装置でより一層「安全・安心・満足の医療」に取り組みます。

「R-I診断装置更新」の話

松江生協病院

放射線室

診療放射線技師

畠田 敏明

R-I検査は、γ(ガンマ)放射線を放出するアイソトープという放射性医薬品を静脈経由で体内に入れ、患者さんは検査用寝台に20~30分仰臥位の姿勢でいます。

また、朝の絶食、服用中の薬の一時中止などが必要な場合もあります。おおよその検査時間は、待ち時間を含めて2~3時間ですが、1日または数日後に及ぶこともあります。

また、朝の絶食、服用中の薬の一時中止などが必要な場合もあります。おおよその検査時間は、待ち時間を含めて2~3時間ですが、1日または数日後に及ぶことがあります。

1) です。これはエックス線撮影検査やCT検査などの他の放射線検査と同程度かそれ以下の量であり、安心して検査を受けて頂けます。
注1:日本核医学学会「看護スタッフのための核医学Q&A」より引用

高齢者住宅(ふらここ なないろ)

空き部屋情報

松江市佐草町にある「ふらここ住宅」「なないろ住宅」の7月1日現在の空き部屋数

ふらここ 住宅

5室

なないろ 住宅

8室

入所についてのお問い合わせは下記までご連絡下さい。

介護医療院 虹 高橋泰介

TEL(0852)24-1212 FAX(0852)27-0087



元気にいきいき活動しています!



支部や
班で

いき
いき

元気にいきいき活動しています!

5月14日（松江市消費・生活相談室）に相談することを肝に銘じました。

何かおかしいと思つたら
相談することなく注文する
ことを肝に銘じました。

55-5148（松江市消費・生活相談室）に相談す

3月に、7名の班員で結成した津田班です。3月はリサイクルプラザの見学、4月は長谷川専務さんから、「あつ

たか、まちづくりビジョン」のお話を聞きました。5月の班会は、そろそろ対策が必要と、ゴキブリ団子づくりに挑戦しました。全員初めての経験でしたが、ホウ酸等の材料や、ミキサーやボールなどの道具も準備いただき、分かりやすいプリントに沿って、担当職員の指導のもと、ワイヤーがやがやと、樂しく作る事ができました。

既にゴキブリ対策グッズを何種類も買って備えて



6月のいすみサロンは、班会は、そろそろ対策が必要と、ゴキブリ団子づくりに挑戦しました。全員初めての経験でしたが、ホウ酸等の材料や、ミキサー

たか、まちづくりビジョン」のお話を聞きました。5月の班会は、そろそろ対策が必要と、ゴキブリ団子づくりに挑戦しました。全員初めての経験でしたが、ホウ酸等の材料や、ミキサー

東まつら支部
津田班

ゴキブリ団子づくり

5/15

いる人もいて、卵の空パックやホイルに入れて、家じゅうに置けるほどのゴキブリ団子が、安く簡単にできるのにびっくりしました。

班会の度に血圧チェックをしますが、以前と比べて高くなっている人、さつく受診した人もおられます。血管年齢の測定をして、これからは尿チェックなど、班会を活用して健康管理をしていきたいと思っています。

六月十五日、笠浦地区として初めての「健康チェック」と「研修医との交流会」を行いました。組合員への参加呼びかけはもちろん地域の方も（担当職員さんに作つても

千酌支部
笠浦地区

「初めての健康チェック」と「研修医との楽しい交流会」に参加して

6/15



6月九日（金）五反田サロン、南支部共同で「健康講座」を開催、十七名に参加頂きました。

五反田サロン健康チェックと
ヤクルトさん健康講座をしました

6/9



もみもみ体操で気持ちよか～♪

最初は血圧計や血管年齢測定器を使って健康チェックをしました。

講座はヤクルトさんから講師を招いて、「免疫の力」は腸にあり」をテーマに「免疫機能」「腸の三つの働き」「腸内細菌」を学びました。良い菌を増やすには、「食物繊維」「オリゴ糖」がポイントで、毎日の食事が大切です。最後に手軽に取り入れられる乳酸菌等をスライドやクイズを入れて勉強しました。

「強い体」の思い出

安来第一支部 周藤紀恵さん

今住んでいるところへ越して間もなく、夫の友人のお母様が訪ねて来られ「強い体」と松江保健生協への加入を勧められました。早速お願ひし、毎月「強い体」を持ってきていただくことになりました。当時、核家族で子育て中だった私にとって「強い体」は大切な情報源となり、また毎月配達していただく時にかわす会話もとても楽しみなものとなりました。子育ての悩みもずいぶん聞いていただきました。

「班会もしているから顔を見せてね」と説いていたのですがその内に、と思っている間に、その方は病気で入院され、亡くなられてしまいました。急だったので驚きました。

一昨年、その方が住んでおられた家を片付けられることになり、夫の友人である息子さんから「お袋が着ていた着物だけど、良かったら使って」と何枚かお着物をいただきました。その中でも気に入って身につけておられたものは所々擦れて薄くなっていたりするので、丈夫そうな部分を、この度袋物の裏地に使わせていただきました。

縫っていると、もう何十年も前の出来事ですが、その方との想い出がいろいろと思ひだされました。家庭菜園で出来た野菜をいただいて買い物に行けない時に助かったこともあります。

いろいろな方とのかかわりの中、お世話になって今の私の暮らしがあるんだ、という事を改めて考えさせられました。（補足）「夫の友人のお母さん」は当時の安来支部の運営委員さんだったそうですね。



この地区ならではの「つながり」を大切に健康寿命を少しでも伸ばせるよう健康チェックを続けて行きたいと思いました。
(左近桂子)



「合言葉は、笠浦～♪」



モデルを使って経管栄養のやり方を学んでいます



モデルを使って吸引の演習中



ベッドから車イスへの移動介助方法



コミュニケーション演習の様子

今年の4月に入職した新卒看護師の研修の様子をお伝えします。

この研修は4月の入職時に行われた看護技術の研修の様子です。3日間に分けて採血、注射、吸引、経管栄養実施方法、オムツ交換、食事介助、コミュニケーション法、移動の援助方法などの技術を実践形式で学びました。

参加者からは「焦つてしまい、1つ1つの手順がごちゃごちゃになつた。」「手技に集中してしまい、患者さんへの声掛けを忘れてしまつていて気を付けていたので良かった。」「十分に技術体験ができました。」など、感想が聞かれました。緊張しながらも、積極的に学ぶ様子がみられ、有意義な研修であったようです。

松江生協病院

新卒看護師研修を開催



だより



入職して約3か月が経とうとしています。様々な技術の習得、患者様との関わりに奮闘している新卒の看護師達です。この1年が元気過ごせるように温かく見守っていただきたいと思います。



毎年恒例のふらっこ行事、 笹巻作り週間が始まりました。6月に入ると準備が始まります。粉の注文、熊笹の手配、笹を入れておくバケツの準備です。笹はいつものように職員の親戚の方にお願いをして笹を取つておいてもらい、それを2回もらひに行つてきました。

利用者の方は巻ける方と巻けない方おられますが、「笹のしごはできるよ」「団子に棒を刺すことはできるよ」と積極的に手伝いに参加されました。巻いてくださった方は「昔は100本、200本は巻いて近所に配つちよつたもんだわね」



「か!まいわあ~」

「きな粉より
やっぱり砂糖じょう油だわ!」

(ふらっこデイサービス
池田真由美)

にも「食べてください」と励まし合い、3時のおやつに砂糖醤油やきな粉で食べて頂きました。美味しい顔をたくさん見ることが出来、忙しかつたけど楽しい笹巻週間が過ごせました。

ふらっこ
デイサービス

笹巻作り週間



6月、初夏の運動会を開催しました!控え目で引っこみ思案なあの方も、運動嫌いなあの方も、アラ!不思議!運動会が始まると普段とは違う表情や動きを見せてくれます。ありがとうございます。運動会が始まるときにはお風呂だとお誘いしてと技を披露されました。中にはお風呂だとお誘いして

と技を披露されました。中にはお風呂だとお誘いして

もなかなか作業を止めてくれない方も…。「何も出来んでごめんね」と言われる方にも「食べてください」と励まし合い、仕事ですよ」と励まし合い、3時のおやつに砂糖醤油やきな粉で食べて頂きました。美味しい顔をたくさん見ることが出来、忙しかつたけど楽しい笹巻週間が過ごせました。

次の玉入れ競技頑張るぞ!
入れ歯は入れないでネー。

6月、初夏の運動会を開催しました!控え目で引っこみ思案なあの方も、運動嫌いなあの方も、アラ!不思議!運動会が始まると普段とは違う表情や動きを見せてくれます。ありがとうございます。運動会が始まるときにはお風呂だとお誘いしてと技を披露されました。中にはお風呂だとお誘いして

(学園
デイサービス
職員一同)

和気あいあい♪
キレイになりました

と技を披露されました。中にはお風呂だとお誘いして

「松江市がん検診等受診券」・ 「特定健診受診券」をお持ちの方へ

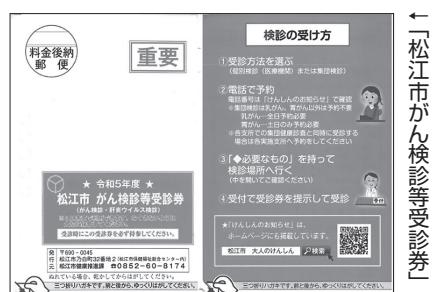
健診センターでは《松江市がん検診》と《松江市国保特定健診》を受けられます!

松江市がん検診

対象:「松江市がん検診等受診券」をお持ちで、今年度検診対象の方

健診センターで可能な検診
(胃がん検診・肺がん検診は
おこなっておりません)

- ◆大腸がん検診
- ◆前立腺がん検診
- ◆乳がん検診
(マンモグラフィのみ)



松江市国保特定健診

対象:40歳~74歳の国保加入者

*「特定健診受診券」が必要です。



連絡先

*健診は事前予約制です。

0852-22-0843／フリーダイヤル0120-250843
平日10:00~12:00・13:00~16:00／第2・4土曜日10:00~12:00



6月23日(金)に第78回
通常総代会が4年ぶりに通
常開催されました。

高濱新理事長
発言

議案提案では、昨年度は
支部の取り組みを中心と
地域まるごと健康づくり
が前進したことが報告
されました。総代からは
は、4年ぶりに楽しく
料理実習班会をおこ

6つの議案は
圧倒的多数により
採択されました

6/23

なった経験、青空健康
チェックやサロンの定期開
催、毎月開催にこだわり参
加が増え期待も高いとの報
告がありました。その他、
島根原発2号機再稼働反
対、憲法を守る取り組み、
SDGsの実践、ヘルプマ
ークの周知、事業所利用と組
合員増やしを結びつける取
り組みなど今年度の活動を
補足、補強する発言をいた
だきました。今年度は理事
監事の改選が行われ、9期
18年にわたり活躍いただい
た大田理事長が退任されま
した。第1回理事会では高
濱理事が新理事長として選
任されました。



組合員のみなさんへ
『すこしお』を意識した

おすすめ料理大募集!

じゃんじゃんご応募下さい

松江保健生協は

「すこしお生活=すこしの塩分ですこやかな生活」を
進めています。ぜひご家庭の人気料理を教えて下さい。
期間終了後もれなくプレゼントをご用意しております。
ご応募お待ちしています。

松江保健生協 健康づくり委員会

住所 〒690-8552 松江市西津田8-8-10
電話(0852)27-3774 FAX(0852)32-9371
担当 大森 080-1918-3031



応募内容

応募期間

(第1弾)2023年 8月1日～ 9月30日
(第2弾)2023年10月1日～12月31日

テーマ

「すこしおを意識したおすすめ料理」
(インスタント食品・レトルト食品を使って也可)

応募方法

- どなたでも応募できます。申込用紙にご住所・連絡先・お名前をご記入下さい。
- レシピ集を作製いたしますので4人分の材料(g)と所要時間の記載をお願いします。また料理の写真を添付下さい。調味料についても使用量を記載ください。
- お申込は郵送または支部運営委員さんへお寄せ下さい。
- お寄せいただいた作品は日本医療福祉生協連が主催するすこしおレシピコンテストへの応募(可・不可)の記入をお願いします。

組合員さんが考案された 蒸しなす・じゃこあえ物



塩分
(1人分)
1g

材料(4人分)

- ・ナス 中4本
- ・塩 小さじ1/4
- ・ピーマン 中4本
- ・オリーブオイル 小さじ4
- ・しらすじゃこ 80g
- ・酢 大さじ4
- ・ミニトマト 12ヶ
- ・七味唐辛子 少々

作り方・ポイント

- ①ナスは半分を縦に切り斜めに切り込みを入れ2cm幅に切る
- ②ピーマンも縦に切り、ヘタは取り除き種はそのまま使う
- ③①と②を塩とオリーブオイルで軽く揉む
- ④⑤をレンジで3分、裏返して3分かける
- ⑤ミニトマトはヘタを取り4等分にする
- ⑥じゃこはさっと湯通し、酢をかけておく
- ⑦④⑤⑥を合わせて和え出来上がり

★ 夏野菜のナスが多くあり簡単に出来、火を使わずに作れるあっさりおかずです。後に七味唐辛子を上からかけるとさらに美味しいですよ♪

2022年度 すこしおレシピの紹介

アボカドのサワークリーム明太子和え



材料(4人分)

- ・アボカド 2個
- ・明太子(1/3腹) 20g
- ・サワークリーム 50g
- ・大葉 2枚

作り方・ポイント

- ①アボカドを切りボウルに入れる
- ②明太子とサワークリームを混ぜる
- ③①と②を和え、刻み大葉をのせて出来上がり

食べるまで冷蔵庫で冷やしておくと
美味しいです。

★ 茄でエビなど具材をちょっとプラス
することでおもてなし料理にもなります。是非アレンジしてみてください♪

塩分
(1人分)
0.27g

文芸コーナー



大東支部 ぼたん班
原みささん「素焼きの皿に絵付け」



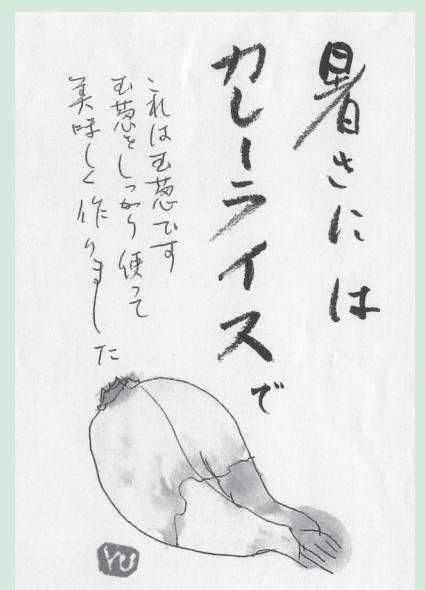
安来第2支部 野津伊与子さん
「ペーパーフラワー 蓮の花」



フレンド班 小西敏子さん 「着物地で作ったコート」



福間恵美子さん 「絵手紙」



長野悠紀さん「絵手紙」

- 住所、氏名、電話番号は必ずご記入下さい。
 - 匿名希望の方はその旨ご記入いただくか、
　ペンネームをご記入下さい。尚、クイズの当
　選者は氏名を掲載させていただきます。
 - おたよりや作品が掲載された方には図書
　カードをプレゼント！
 - 身近な出来事、地域やご家庭の話題、ご意見
　ご感想など、「一言」をそえてご応募下さい。
　おたよりひろばに掲載させて頂くことがあ
　ります。
 - 投稿は「強い体」に掲載の上、組合員活動や
　運営に利用させていただきます。
　ご了承の上、投稿下さい。
 - 葉書またはFAXにて応募下さい。

しめきり 2023年8月31日
(当日消印有効)

✿・✿・✿おめでとうございます・✿・✿・✿

安達 太平さん
石原やよひさん
板垣 匠真さん
今井 美子さん
植出しのぶさとさん
内川 初枝さん
海賀 絹子さん
浴 詔子さん
勝田 美紀子さん
狩野 和子さん
岸本 幸夫さん
狩野 茂夫さん
倉内 喜久子さん
黒川 朋紀さん

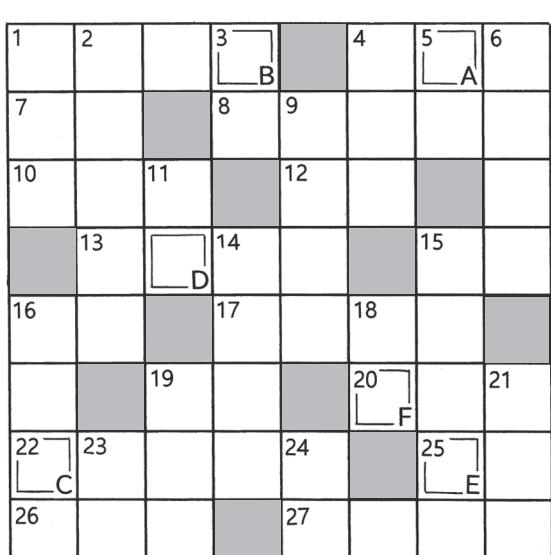
斎藤 哲さん
坂本 明美さん
田中美代子さん
土江 弘子さん
長廻 昭男さん
永見 俊行さん
南場 良子さん
野津 幸雄さん
花咲ひろ子さん
原田梨保子さん
平井 芳樹さん
堀谷 俊彦さん
前崎 節子さん
松浦 保彦さん

松崎 純子さん
宮岡 隆文さん
三輪喜美代さん
村上 敏江さん
村上 博子さん
森本 悅子さん
柳瀬 楊爾さん
山崎富美子さん
山根 令子さん
吉岡美智栄さん
若槻 周子さん
渡部 洋子さん

219名の方から回答を寄せいただきました。（正解率100%）



二重ワクの文字を、
A～Fの順に並べて
できる言葉は、なに？



ゼ	ツ	ト		イ	工	ヤス
ツ	チ	フ	マ	ズ		マリ
ペ		ツ	工		リ	アル
キ	ジ		カ	マ	ク	ラ
	ユ	ウ	ケ	イ		ヤ
タ	ウ	エ		ア	イ	ケ
マ	ド		カ	ミ	シ	バ
ゴ	ウ	ケ	イ		ツ	シ

解答欄

[6月号の解答] ツユアケマエ

クイズ正解者の中から
40人に図書カードを **プレゼント**



今月のおたよりテーマ
「夏こそ」です。

すこしおレシピいいですね
キツツキさん

股関節を痛め、整体師さんにお世話をっています。

筋肉を作る蛋白質を摂る重要な力を切々と教わりました。あつさりした食事をしがちな夏こそ、気をつけて美味しい栄養の摂り方をしたいです。すこしおレシピは参考になります。

今年こそ…

待ちくたびれたおばあさん

今年の夏こそ海や山に行つて涼しい風にふかれて星空をながめるぞ…。

令和になつてずっとずっと家族で楽しみにしていたのにどこにも行けませんでした。今年こそは実行あるのみ。

もうすぐ夏

ミキ子さん

親が毎年作ってくれた笹巻を思い出しながら真似て作つてみた。中身が出たり、今だにうまく巻けないが、笹と団子の風味はグッド。らつきようを漬け、梅を漬け、今は梅雨空に咲き誇るあじさいを眺め、季節の移りを楽しんでいます。

自由投稿

四季折おり…

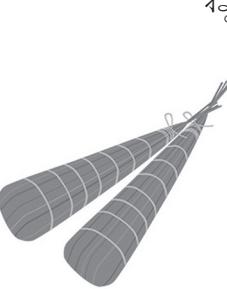
石倉愛次さん

家族全員で粽(ちまき)(笹巻餅)を賑やかに作る楽しさと味を、曾孫達はきっと忘れずに覚えている事で

しよう。

老人の私こそ懐かしく幸せな気持ちです。

四季折おりの日本の行事を大切に伝えたいものですね。



平和を大切に

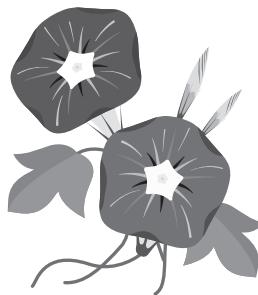
ネコさん

四月に30℃超え、六月に台風、地震もあちこちで起き、なんだか不安な世の中です。

せめて人と人とは争わず、平和に、幸せに、楽しくくらしていきたいです。

友人といつまでも

よっこさん



この時期は…。

安部賀子さん

アジサイは美しい
原 隆子さん

クロスワードパズル
に没頭

澤田浩一さん

いちごシロップ、梅シロップ(シソシロップ)…。今年も大量のシロップができました。天然の色、香り、味が大好きです。ただ糖分過多に要注意!!

今年も梅の実がなり、梅仕事の時期となりました。梅シロップをたくさん作つておくと、孫たちも飲みますし、炭酸水で割つて飲むとスッキリさわやかで疲れがとれる気がします。

R5年6月1日、今夜から台風予報で雨が降る。裏の畠の玉葱、収穫しないと雨にやられたら腐つてしまふ。腰をまげながら収穫した結果、個数にして90個。4個を一束にして干しました。乾くのを楽しみにしています。

玉ねぎの収穫

ナンジャモンジャさん

人生初の!!

まつえしづかさん

人生初の人参作りに挑戦しています。種をまき、たくさん芽が出たので、まびとくさん芽が育つてます。どう料理して食べようかとワクワクドキドキしています。



どんな色かな?

ポツチャリさん

去年、孫が小学校で朝顔を育てて、私に「バアバアは花が好きだからあげる」と言つて種をくれました。今年種をまいたら元気な芽が出てきました。どんな色の花が咲くか今から楽しみです。

丁寧なアナウンス

佐藤百合子さん

ベランダの植木鉢のアジサイが4輪咲きました。昨年購入し、今年も咲くのかどうか?と思つていたら、1つ2つと花芽がつき、今は美しい紫色の小ぶりですが花が咲きました。

大量のシロップ作り

元上祐子さん

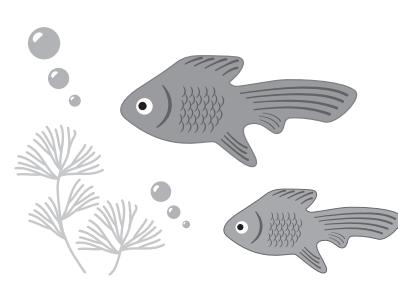
もう6年位前にマネキンが着ていた服がかっこよく、それ13号だったけど買い、それトにならないとダメですが、主人は年取つてからは肥ついた位がよいそだよと言つてくれます。

頑張ろう

ヒマワリさん

アンサンブルなので、秋物です、頑張ろう。

もう6年位前にマネキンが着ていた服がかっこよく、それ13号だったけど買い、それトにならないとダメですが、主人は年取つてからは肥ついた位がよいそだよと言つてくれます。



ふれあい診療所併設在宅介護サービス

- ・生協のぞみ在宅支援センター(西津田) ☎0852(55)8460
- ・生協のぞみ訪問看護ステーション ☎0852(25)8917
- ・ふれあいデイサービス(西津田) ☎0852(31)8014
- ・ふれあいヘルパーステーション(西津田) ☎0852(26)7608
- ・せいかよう介護・福祉タクシー(西津田) ☎0852(20)2021

虹グループ

- ※介護医療院を中心として、デイケア、デイサービス、ヘルパーステーション、居宅支援室を併設しています。
松江市佐草町456-1 ☎0852(24)1212
- ※せいかよう幸町福祉センター
松江市幸町1571 ☎0852(28)1388

せいきょう学園福祉センター

- ※デイサービス・ヘルパーステーション・在宅介護支援センターを併設しています。
松江市学園2-7-16 ☎0852(27)4455
- ※デイサービス・居宅介護支援事業所を併設しています。
松江市東出雲町揖屋1137-1 ☎0852(52)2264

2023年8月

外来診療のごあんない

ふれあい診療所

松江市西津田7-14-21 ふれあい健康センター1~3階

《診療予約専用電話》		※健診の予約は健診センターへ。
フリーダイヤル 0120-201304		ふれあいみれよ
平日	8:00~17:00	
第2・4土曜日	8:00~12:00	

都合により、診療体制の変更もありますのでご了承ください。

第1・第3・第5土曜日は、休診です。

- ・電話や来院による診療科の予約ができます。新患の方は、ご相談ください。
- ・予約済の方は、診療所1階の再来受付機で受付してから各科にお回りください。
- ・来院時には「プラスチックの診察券」をお持ちの方はご持参ください。
- ・初診時、又は月に一度は必ず「保険証」をお持ちください。
- ・お問い合わせは☎0852(23)1111までご連絡下さい。
- ・ホームページ <https://www.matsue-seikyo.jp/> スマートフォン用サイトはこちらから↑



午前診療 ○診療／9:00～ ○受付 予 約／8:00～12:00
予約外／8:00～11:00

	月	火	水	木	金	土
消化器内科 新患 予約	福 田 数 大	角 田 森 野	大 西 福 田	大 野 大 西	数 森 角 田	大 西
循環器内科 新患 予約	眞 木 高	鈴 木			宮 回	
			山 下	宮 回	越 山 宮 田 下 回	
					鈴 木 (第1・3)	第2 鈴木・宮回 (宮回は奇数月のみ) 第4 越田・鈴木 山下
内科 新患 予約		眞 木 薫		眞 木 薫		
		眞 木 薫	眞 木 薫	平(第2のみ) 仲 田	眞 木 薫 仲 田	
腎・透析科					大学医師	
脳神経内科		韓	大 田 誠 (再診のみ)	柴 田	大 田 誠 (第1・3) (再診のみ)	完全予約制 大田誠(第2) (奇数月)
整形外科	高 吉 嘉	濱 岡 本	高 嘉 濱 宮 本(大学)	吉 岡 榎 田 (大学)	二 宮 本	
					二 嘉 宮 吉 岡 榎 田 (大学)	
外 科	内 佐 山	田 藤 本	内 田 橋 横 山	交 代 制	佐 山 藤 本 横 本	交 代 制
脳神経外科			美 津 島		大 学 医 師	
耳鼻咽喉科	仙 田	仙 田	仙 田	仙 田	仙 田	仙 田
泌尿器科	塩 野		塩 野	塩 野	塩 野	
放射線科		田 中	完 全 予 約 制 中 村			
皮膚科			完 全 予 約 制 池 原		完 全 予 約 制 池 原	
眼科		大 学 医 師		大 学 医 師		
メンタルヘルス科			完 全 予 約 制 富 泽			

※脳神経内科：新患対応が可能な日は、火曜日、木曜日のみとなります。

ご了承ください。

※メンタルヘルス科に初めて受診を希望される方は、予約専用電話にお問い合わせ下さい。

※火曜日、木曜日整形の受付は10時まで。

生協東出雲診療所

東出雲町揖屋1137-1
☎0852(52)2264

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:00	濱 田	千 代	仲 田 (第1・3)	濱 田	吉 岡(整形) (第2・4)	濱 田 (第2・4)

※月曜日の夕方診療は16:00～17:30です。

※第1、3、5土曜日は休診です。

※デイサービス・居宅介護支援事業所を併設しています。

松江生協歯科クリニック

松江市西津田7-14-21 ふれあい健康センター1階
☎0852(26)0444

予 約 時 間	午 前 9:00～12:30 (月～土)
	午 後 14:00～16:30 (月～金)
	夜 間 17:00～19:00 (月・火)

※予約診療を行っています。予約は電話でもできます。

※痛みがひどいときは、電話でご相談ください。

※土曜日診療は第2、4、5土曜日の午前のみ行っています。

※矯正は第3月曜日で完全予約制です。

受診時の
お願 い

新型コロナウイルス感染症に対する院内感染予防強化のため、受診の際には問診票記入と患者さま(付き添いの方も含め)各自お家での検温をお願いしております。また、マスクの着用にご協力ください。お手数をおかけいたしますが、ご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。

総合病院 松江生協病院

松江市西津田8-8-8
☎0852(23)1111

※ 救急指定病院です。

急患の方は、お申し出ください。24時間体制です。

健診センター

松江市西津田7-14-21 ふれあい健康センター2階

☎0852(22)0843 フリーダイヤル0120-250843

	月	火	水	木	金	土
午 前	○	○	○	○	○	○
午 後	○		○	○	○	

※ 健診は予約制で行っています。予約は電話でできます。

予約時間は、午前10:00～12:00、午後1:00～4:00。

※ 土曜日は第2、4の午前のみ行っています。