



3月末組織現勢 ●組合員数 41,921人 ●班数 1,201班 ●出資金総額 2,853,641,682円 ○1口500円ですが、加入時5千円(積立可)をお願いしています。

組合員のみなさまの健康づくりに役立つ情報紙



## フレッシュ44名 仲間入り!

今年度は44名の新入職員を迎えました。

4月1日・2日の日程で辞令交付式と新入職員研修が開かれ  
医療生協職員としての自覚を持ち、理念・方針を学びました。

どうぞよろしくお願いいたします。

### 新入職員内訳

薬剤師…1名 / 看護師…12名 / 理学療法士…5名 / 作業療法士…4名  
言語聴覚士…1名 / 管理栄養士…1名 / 調理師…2名 / 臨床検査技師…1名  
臨床工学技士…1名 / 社会福祉士…1名 / 介護支援専門員…2名  
介護福祉士…1名 / 介護職…2名 / 事務職…8名 / 助手…2名



新入職員代表挨拶  
看護師の大館里緒さん

患者様とご家族様に寄り添った看護は勿論のこと、新型コロナ禍による面会制限で不安を抱えている入院患者さんが治療や療養に専念できるよう接していきたいです。そして、医療生協やまがたの一員として社会人としての自覚と決意を持ち、成長していきたいと思えます。

# さる火

「春眠 暁を覚えず」皆さ  
んは寝る前の時間をどう過  
ごしていますか？良い睡眠の  
ためには就寝前の時間が  
重要です。よい入眠にはリ  
ラックスすること、就寝の  
1〜2時間前に入浴するこ  
とがよいそうです。いわゆる  
心身を緩めることです。風呂  
の中で、歌ったり深呼吸する  
と血流の改善や免疫力のアッ  
プにつながるそうです。▼コロ  
ナ感染者が県内でも村山  
地域中心に3月下旬に入  
り急激に増加し、感染者数  
1,012人、在宅療養者数  
は156人になっています(執  
筆時)。コロナ感染が拡大して  
1年余。思うように地域活動  
やイベントができないため  
「皆と会いたい」という声が  
多く聞かれます。▼今、レス  
トランに行くを迎える店員が  
おらず、席には「タブレット」。  
若い人はすぐに操作しますが、  
年配の客はウロウロします。  
デジタルの波が急速に進んで  
います。私も2月にクリニック  
でリモート診察を受けまし  
た。私たちもデジタルに慣れ  
るよう、スマホなどいろいろ勉  
強いたしましょう。(M.S)

# 新型コロナ禍で起きている皮膚トラブル

## —マスクトラブルと手荒れについて—

鶴岡協立病院皮膚科  
医師 真家興隆



新型コロナの存在が身近に常態化して、私達の生活様式は一変しました。まず、家での手洗いやうがい、外出時にはマスク着用が必須です。また、外出先ではエタノール含有液による手の消毒が当たり前となっており、マスク着用も手消毒も新型コロナウイルス感染症制圧には大切で、今後も続けなければなりません。これらの新習慣が思わぬ皮膚トラブルを生じており、注意が必要です。

### マスクトラブル

#### 1・ニキビ

マスクの当たる頬からあごにかけて、ニキビが出てくる状態です。患者さんの多くは、化粧世代の若い女性です。マスクによる呼吸滞留と肌温上昇による毛孔狭窄が原因です。

対応はまずファンデーションをやめる、あるいはできる限り薄くすることです。難治でしたら皮膚科を受診してください。

#### 2・顔面紅斑

マスクを外すと顔が赤るんでいる状態です。マスクによる高温、高温が原因です。帰宅したら洗顔し、適切なフェイス

ローションをつけて皮膚をやすませてください。患者さんの多くは女子高生世代です。

#### 3・耳切れ

マスクの紐がかかる耳の付け根が切れてくる状態です。患者さんの多くは皮膚が薄い高齢者で、細い紐の小さなマスクをしている方によく見られます。対応はマスクの四隅に新しく長い紐を付け直し、手術医がするように頭頂部と後頭部で紐を結ぶようにします。耳切れにそのままマスクをかけていては、傷は治りません。

### 手荒れ

手洗い液や、手消毒のエタノールは共に手の皮脂を洗い出します。それにより、皮膚は角質が減って乾燥傾向となり、適切に手当をしないと皮膚炎をはじめ、色々な症状を起します。

#### 1・発赤、糜爛、かゆみ

皮膚のバリア機能が減弱し、皮膚炎を起した状態です。手洗い、手消毒毎にハンドクリームをつけます。症状によつては副腎皮質ホルモン軟膏も必要です。

#### 2・爪割れ

爪の付け根近くに所謂小爪が出来た状態です。無理に

引っ張ると小潰瘍となって感染口になります。よく切れる爪切りで引っ張らないように切り取り、ハンドクリームを付けます。

#### 3・ヒビ・アカギレ

炎症で表皮の連続性が断られた状態です。手洗い時、薬液が染みて痛くて十分に洗えません。常に清潔な手を必要とされる看護師では一大事です。一般に市販の、所謂アカギレバンを貼ります。また、医療・介護の現場では必ずおいてあるパーミロールが重宝です。アカギレの指に巻いても半透膜なので蒸れず、透明なので目立ちません。粘着力が弱いので1cm程は重ね貼りに巻いて下さい。

#### 4・爪割れ

消毒剤の脱脂作用により爪が薄く弱くなり、ちよつと何かに引っかいただけで、手指爪が縦割れになる状態です。爪を適切にカットし、保湿クリームかローションを連用します。



手荒れでアカギレのひどい状態

※パーミロール…皮膚にやさしい保護剤

## 大泉支部のみなさんから コロナ禍でがんばる職員へエール!

コロナ禍の医療現場で働く医療生協やまがたの職員に向けて、大泉支部の組合員の皆さんより応援メッセージが寄せられました。代表で渡部理事と佐藤支部長より、全ての事業所に配布出来るようにと12枚も手渡しして下さいました。

みなさんの思いを胸に、感染対策を徹底しながらこれからも頑張っていきます。心温まるメッセージありがとうございました。(5面でも紹介しています)

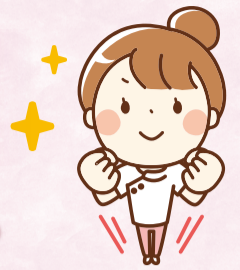


医療生協やまがた 大泉支部

◎住所変更や名義変更される方は組織部にご連絡ください。

# 新人看護師研修

鶴岡協立リハビリテーション病院  
総看護師長 五十嵐みづほ



## ～一人ひとりを大切にする看護を目指して～

今年度4月より新卒看護師9人と既卒看護師2人の11人が新たに仲間入りし、医療生協やまがたで働く看護師は総勢250人になりました。11人は4月5日～9日までの1週間、看護部研修を受けた後、それぞれ配属された現場で頑張っています。

看護部研修では、医療生協やまがたとしての看護師の理念・方針や看護の基本となるものを学び、看護学校で学んできた採血や痰の吸引などの看護技術について、人形を使って最終確認しています。

その上で、実際の現場で患者さんに看護技術を提供させて頂きますが、当面は指導者として先輩看護師が必ず一緒に同行して関わらせて頂きます。

これから医療の現場を通して多くのことを学ばせて頂きながら、患者さんやそのご家族、地域の組合員の皆様に寄り添える『医療生協やまがたの看護師』として成長して参りますので、どうぞ温かく見守って下さい。よろしくお願ひします。



◎医療生協やまがたの病院では、入院中の差額室料は頂いておりません。

### 私のおすすめ

vol.36

来るゴルフブームに向けて



組織部 菊池 開

同級生数名と「ゴルフやろうぜ」という話になり、一昨年からゴルフを始めました。インターネットでゴルフセットを買い揃え、自宅近くの打ちっぱなしへ週1回通っています。野球経験者の私にとって野球のスイングが定着しているため、ボールが真っ直ぐ飛ばず曲がってしまうのです。ユーチューブで動画を見て研究したり、レッスンに行ってみたりと試行錯誤をしています。まだコースを回ったのは3度程、ベストスコアは121です。何度も池や林にボールを寄付しました。(笑)

最近、日本人選手、アジア人選手として初めてのマスターズを制した松山英樹選手のニュースがありました。私のゴルフ熱も一層燃え上がり、日本人2人目のマスターズ制覇に向けて練習に励みます。



今回は協立リハビリテーション病院理学療法士 堀 星耶さんをご紹介します。

## 2021年度通常総代会の開催について

医療生活協同組合やまがた定款第52条に基づき下記の通り第5回通常総代会を招集します。

【日時】6月18日(金) 午後1時～3時  
【会場】グランド エル・サン

### 【議事】

- 第一号議案 2020年度活動報告及び決算報告承認の件
- 第二号議案 2020年度損失処理案承認の件
- 第三号議案 2021年度事業計画並びに収支計画決定の件
- 第四号議案 定款改訂の件
- 第五号議案 役員報酬決定の件
- 第六号議案 役員改選の件
- 第七号議案 議案決議効力発生の件

### No.2 今月のおすすめスポット

季節の変化を楽しみながら、足を運んでみてはいかがでしょうか。11種類、約4万3千株のつつじを有する東北最大級のつつじ園。眺望がよく、山形盆地と蔵王を一望出来ます！

【見頃】5月上旬～下旬  
【住所】寒河江市大字寒河江字長岡

※新型コロナウイルスの感染拡大の状況に留意して、行動して下さい。



# コロナ禍で始めたオンライン介護予防体操

## 組合員によるアンケート結果報告

鶴岡協立リハビリテーション病院  
理学療法科科长 酒井尚子

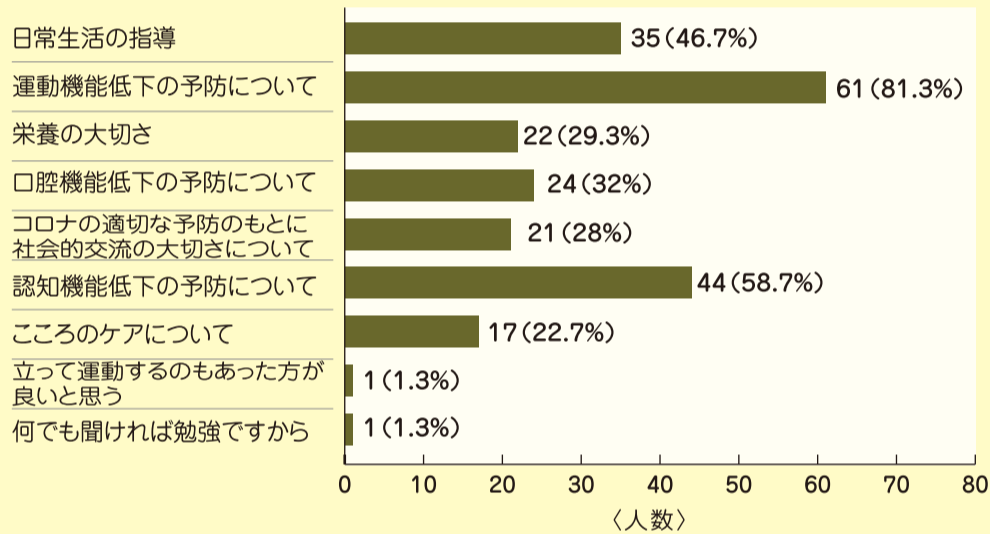
2020年度はコロナの影響でたまり場活動を中心とした組合員活動は、オンラインで実施されました。コロナの影響で世間の仕組みは様々な影響を少なからず受けました。悪影響だけでなく、良い影響もあったのではないかと考えます。オンラインを活用した社会活動が一般化されたのもそのひとつです。

コロナ前は毎月地域の組合員活動にリハビリ技士が約10回

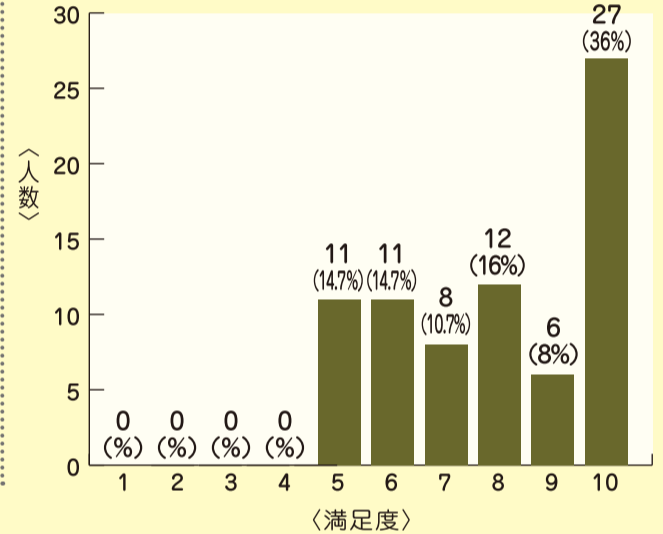
派遣され、介護予防体操を年100回以上実施していました。100人のリハビリ技士は年に1~2回必ず、参加する事を目標にしていたましたが、コロナ禍の2020年度は毎月約4回(内、中止期間5ヶ月)、オンラインで年間20回実施されました。現在はリハビリ技士の職責4名に制限し対応しています。2月に行われたオンライン介護予防体操に参加した組合員75名に、アンケート調査を行い評価をまとめましたので報告します。

### 結果

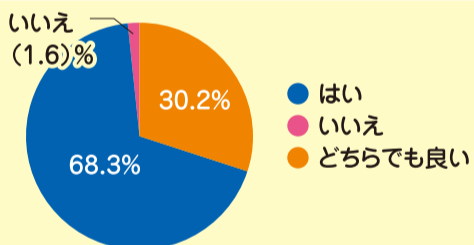
オンライン対応のたまり場で、リハビリ技士に期待することは何ですか(複数チェック可能) <75件の回答>



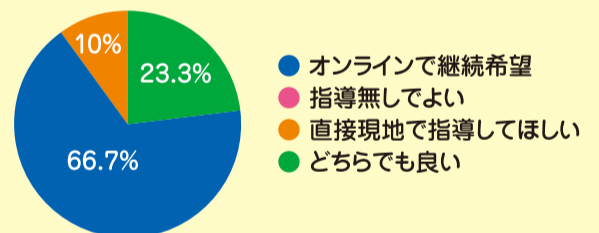
オンライン対応のたまり場に、どれくらい満足されましたか。 <75件の回答>



コロナが収束してもオンラインでのリハビリ技士による指導を継続しても良いですか。 <63件の回答>



コロナが収束するまではオンライン対応のリハビリ技士による指導を継続しても良いですか。 <60件の回答>



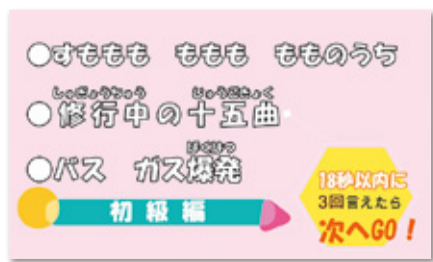
### 考察

オンライン介護予防体操に参加した組合員の多くが満足している状況でした。様々な社会的制約がコロナ禍で発生している中で、オンラインでも活動を継続できていることに対し高い評価につながったと考えます。内容について生活や健康に自ら活かせることを習得できていることも満足度を向上させているのではないかと考えます。

今後も、組合員の期待に応えることができるように運動機能低下予防を主に置きながら幅広く帰宅後も継続できるように工夫していく必要があります。オンラインは組合員からみても一つの手段として受け入れられています。コロナ収束後も日常の医療業務と並行し組合員活動に積極的に貢献するために活用していきたいと思えます。

◎出資金の積立増資にご協力ください。便利な口座振替をご利用ください。

## YouTube「医療生協やまがた組合員活動チャンネル」



今月号よりおすすめの動画をご紹介します。是非、みなさんの健康づくりにお役立てください。

### 「みんなで脳トレ ～早口言葉①～」

画面に表示された文字を制限時間内に読み上げましょう。初級・中級・上級と段々難しくなっていきますので、是非挑戦してみてください。

スマートフォンのカメラをかざしてみてね!



### オススメ班会メニュー

## 「足指力測定」

組織部 保健師 庄司優真

足指の力の衰えは歩行時のよろけなどにつながり、転倒骨折することは寝たきりになりかねません。介護が必要になる原因をみると、転倒骨折とからだの衰えが占める割合が最も多く、障がいが残ることで有名な脳血管疾患よりも割合が高くなっています。今の自分の足指力を確認してみませんか。結果にあわせた改善方法について、班会でご紹介していきます。



◆班会の年間計画は立てましたか？計画されていない班は、まずは計画を立てましょう。

●班会に関するお問い合わせ… 本部組織部 ☎0235-22-5769 しろにし診療所 ☎023-643-2890 (組合員活動用)

## 班・支部活動交流



しかし、令和2年になってからは、新型コロナウイルスに自由な生活を奪われてしまい、どこか心の奥底で暗い気持ちになってしまいます。明けない夜はないと自分に言い聞かせながらも、本当にさみしいことですね。一日も早くマスクのいらぬ明るい自由な暮らしに戻りたいと、願っている毎日です。



高坂班は、70代のババちゃん5人のグループです。気持ちだけでもいつも若々しくいられるようにと、まちがい探し等毎回脳トレをおもにやっています。始まると熱中して誰が早く見つけるかみたい

◎スマートフォンの使い方がわからなくてお困りの際は、組織部までご連絡ください。例年よりも早いお花見へ

黄金支部 高坂班

班長 兼子瑞子

コロナ禍で頑張る職員へメッセージを届けたい！

大泉支部

理事 渡部正二



職員の皆さんへの応援や感謝のメッセージを、ニュース配布者の方々にお願いしカードに書いてもらいました。

コロナ禍の中、組合員として何か出来る事は無いのか考えていた時、メールを送る運動があることを知りこれだと思ったらやるかとも思い運営委員会

病院、診療所合わせて6か所なので6枚ずつ書いてもらいました。家庭内で数人から書いてくれた人、ニュースの配布先

カードに書いてくれたのは41人、小学校5年生から91歳まで131枚の集約でした。台紙の真ん中には運営委員の紹介で地域に水彩画の得意な人がいると

メッセージを書いて頂いた方には改めて感謝申し上げます。コロナに對抗して、連携し励ましあい、感謝しあい乗り越えて行ければと思います。これからもよろしく

どうなってるの？ コロナワクチン接種！

櫛引支部 三千刈合同班

班長 大井愛子

この冬高熱の症状があった組合員の医療機関への受診の経験を通して、コロナ禍での医者のかかり方やワクチン接種のことなどを班でしっかりと学びたいと思

そこで保健師の庄司さんより、主にワクチン接種の有効性と安全性について話してもらいました。持参した資料が専門用語のオンパレードで私たちは目が点になってしまいました



高齢者がコロナに感染した場合の重症化のリスクは高く、接種後の副反応は注意する必要がありますものの、接種後の発症予防効果はとて

毎日のようにテレビや新聞などでコロナの情報が飛び交っています。が、振り回されることなくしっかりと事実を見据え、考えて対応していくことが大事だと思

例年よりも早いお花見へ

第2学区支部 東原町1班

班長 澁谷 清

4月に入り、今年は例年よりも早く桜が咲くと聞きつけた私たち東原町1班は、新年度1回目の班会で、急遽鶴岡公園へお花見に行くことになりました。満開には少し早かったですが、色づき始めた桜や紅梅もとてもきれいでした。鶴岡公園内を40分ほど歩いてまわり、写真を撮ったり、お参りしたり、5月人形の飾りつけをして

少し早いお花見となりましたが、お天気もよくとても気持ちのいい日に行くことができました。帰りの車の中では、次回に向けて、どこへ行こうか、どの時期にどんな花が見頃かお話しして盛り上がりまして。次回がとても楽しみです。晴れますように。



# わが家の★アイドル



お正月に餅をしょってカ強く踏ん張っている女の子です

ひらやま あすか  
**平山明日香**ちゃん  
(1歳0か月)

第5学区支部 佐藤博彦さんのお孫さんです。

5才以下のお子さんの写真を募集しています。  
一言添えて編集委員会までお寄せください。

## 今月のひと

いつまでも健康で!



加茂支部 運営委員

### 加藤美穂子さん

医療生協やまがた加茂支部の運営委員として活躍していただき5年になります。医療生協のいろいろな活動やおたがいさまの運営委員など、積極的に活動していただいています。昨年はコロナで活動が自粛された中、8月に足の指を4本骨折してしまい、活動が制限されました。春になり足の調子もよくなってきたので、今までお休みしていた月に二度の歩こう会や親子でくわーくにも参加予定だそうです。自らの健康づくりも一生懸命取り組んでいます。人から頼まれると断れない人柄でもあり加茂支部ではとても頼りになる存在です。いつまでも健康で長生きをしてこれからも一緒に運営委員を続けていきたいと思います。

加茂支部 運営委員会

◎鶴岡協立病院は、24時間救急対応しています。

組合員さんの素敵な趣味や特技をご紹介します!

### 「趣味・特技」コーナー

#### 古着でリメイク

#### 第3学区支部 梅木富士子さん



近所の友達から五十嵐晶子先生の洋裁教室があることを教えてもらったのがきっかけで、平成6年に洋裁を始めました。古着を解いて洋服やポーチ、小物などこれまで作った作品は600点程になりました。昨年のおふれあいまつりにも3点出展しました。

完成した作品を普段着として自分で身に着られることや、作った小物を施設の皆さんにあげ喜んでもらえると、大変嬉しい気持ちになります。今は五十嵐イト先生の洋裁教室に通っており、みんなとご飯を食べて色んな話をするのが楽しみでしたが、コロナ感染予防のため午前中で終わってしまい寂しいです。また皆と楽しくおしゃべりしながら活動が出来ることを心待ちにして、これからも続けていきたいと思います。



### 私の健康づくり

vol.97

気分を変えながら 毎日の散歩を楽しんでいます

山形南部支部

#### 河合ふみ子さん

健康のためにジムに通ったり特別なことはなにもしていません。健康のためにならぬようなことを考えると、散歩を毎日していることです。以前犬を飼っていた時に朝5時から夕方まで、夜ご飯前に散歩していたのが習慣として続いています。犬の散歩を通して知り合いもでき、一緒に散歩するのが恒例となりました。愛犬が亡くなってからは少し散歩をお休みしていた時もありましたが、友人から「また一緒に散歩しよう」と誘われまたするようになりました。散歩は20年近く続けていますが、家の近くを周ったり、時にはコースを変えて気分を変えてみたりしています。家では花を育てるのが趣味の一つなので、これからの季節だと桜を観ながら散歩をするのが今から楽しみです。



正解者の中から抽選で8人の方にご希望の賞品をお贈りします。

## まちがいさがし

5つのちがい

ちがうところに当てはまるアルファベットを5つお答えください。

A	B	C	D
E	F	G	H
I	J	K	L
M	N	O	P

【応募方法】おはがき、メール、またはQRコードで①答え②希望賞品(A CO・OP商品券500円分/B図書券500円分)③住所、郵便番号、氏名、年齢、電話番号④班名⑤ニュースへの感想や、最近の身近な出来事、日頃思っていること、また、病気について聞きたいことなどをお書きのうえ、下記までお送りください。



まちがいさがし専用

※おたよりは一部紙面に掲載させていただく場合があります。匿名希望の方はペンネームをお書き添えてください。

おはがき 〒997-0822 鶴岡市双葉町13-45  
医療生活協同組合やまがた  
5月号「機関紙編集委員会」行き  
Eメール smc\_soshiki@shonai-mcoop.jp



3月号  
まちがいさがしの答え

B D H I P

【〆切】 5月31日

3月号の当選者

おめでとうございます!

中村健一さん(砂田町)/舟山マサノさん(南松原)/  
萩生田千恵子さん(天童)/PN.チャコママさん/  
PN.ちーちゃんさん/PN.ココちゃんさん/  
PN.とんがりさん/PN.さくらんぼさん

健康ネットワークやまがたに投稿してみませんか?  
本部組織部 ☎0235-22-5769

介護相談  
の窓口

医療生協やまがた包括支援センターわかば  
☎0235-26-2550

# 免疫力を高めるレシピ

新型コロナウイルス感染予防のためには、1日3食バランスの良い食事を取り、体の免疫機能を維持することが大切です。



## 鶏肉とブロッコリーのアーモンド炒め

1人分 熱量150kcal/塩分0.9g

レシピ 鶴岡協立病院 栄養科 新関明子

### \*材料\*(1人分)

- 鶏もも肉(皮なし) ..... 60g 一口大
- ブロッコリー..... 30g 小房に分ける
- にんじん ..... 15g 短冊切り
- スライスアーモンド ..... 7g
- 生姜(みじん切り) ..... 1g
- ニンニク(すりおろし) ..... 0.2g

- A
- 食塩 ..... 0.1g
  - こしょう ..... 少々
  - しょうゆ ..... 2cc
  - 酒 ..... 1.5cc

- B
- チキンスープ ..... 10g
  - 酒 ..... 2g
  - 砂糖 ..... 0.3g
  - 片栗粉 ..... 0.2g
  - 食塩 ..... 0.3g
  - こしょう ..... 少々



### \*作り方\*

- 鶏肉にAを入れよくもむ。
- ブロッコリーは小房に分け、人参は短冊に切り、両方もさっとゆでる。
- フライパンにサラダ油を弱火で熱し、アーモンドを乾煎りして取り出す。
- フライパンに油を弱火で熱し、①を入れ焼き色がついたら返して、火が通るまで焼く。
- 生姜とニンニクを加え、香りが出てきたら、ブロッコリー・にんじんを加えて炒め合わせる。
- 後にBの調味料を入れ、炒め合わせる。

### Point

- 肉類に含まれるタンパク質は臓器や筋肉などの構成のほか、免疫細胞である白血球を構成する主成分にもなります。ブロッコリー、人参などの緑黄色野菜、アーモンドなどのナッツ類は抗酸化成分のビタミン類を含みます。いつでも手に入る食材を上手に利用し、免疫を高めていきましょう。

スライスアーモンドは製菓コーナーにいくと見つけやすいです。

免疫力を高めるレシピを作ってみよう!

## オンライン体験会のご案内



### インターネットに接続して、オンライン上でのおしゃべりを体験してみませんか!?

前半はインターネットへの接続方法等について一人ひとり丁寧にご説明します。後半は、実際にオンラインサークルへ参加していただき、遠く離れた人とのコミュニケーションや、脳トレゲーム等を体験していただきます。まずはお気軽にご参加ください。

- 日時：5月17日(月)13:30～15:00
- 会場：本部組織部 他



【持ち物】スマートフォン・タブレット・パソコン(カメラ付き)のいずれか イヤホン

※機材が無い方はご相談ください。

お申込み ☎ 0235-22-5769

## 母親バザーのご案内と物資提供ご協力をお願い

「生命を生み出す母親は生命を育て生命を守ることをのぞみます」のスローガンを掲げる母親大会に代表を派遣するために活動資金づくりを行っています。「原水爆禁止」「子どもの生命を守る」を訴え活動しています。

### バザー開催日

- 日時：2021年6月8日(火)午前9:30～
- 会場：鶴岡協立病院玄関前

物資の提供にご協力お願いします：和服

申し込み  
お問合せ 本部組織部

☎ 0235-22-5769



## 医療生活協同組合やまがた 病院、診療所、介護施設と一緒に働く仲間を募集しています!

- 看護師 ● 准看護師 ● 助産師
- 薬剤師 ● 診療放射線技師
- 介護福祉士 ● 介護職

上記職種、正規職員の募集をおこなっています。

### 夕食介助のお仕事

1日、2時間のお仕事になります。

時間 17:30～19:30  
時給 900円～1,000円

鶴岡協立病院・鶴岡協立リハビリテーション病院で募集しています。資格、年齢、経験は問いませんのでぜひご応募ください。

准看護学生、  
専門学校生、  
大学生など  
大歓迎です!!

介護職のお仕事を  
医療生活協同組合やまがたで  
一緒に!!  
ぜひご応募ください。

お問い合わせ先 / 医療生活協同組合やまがた  
本部総務部 ☎0235-23-1316

◎ 無料低額診療を実施しています。治療費でお困りの方は、ご相談ください。

# 5月の診療案内

(都合により変更になる場合があります。)

※新型コロナウイルス感染症対策に伴い、一部診療体制を変更しています。

## 鶴岡協立病院 ☎0235-23-6060

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
午前 (9時～12時)	内科<新患>	國井	辻本	神谷	武田・堀内 (隔週)	堀内・武田 (隔週)
	肝臓	堀内		堀内		
	外科	小田嶋 10:00～11:30		小田嶋 10:00～11:30		小田嶋 10:00～11:30
	循環器科 ※予約制	市川	香山(第1～4) 市川(第5)	藤本(第1・4・5) 山本(第2・3)	市川(第1・3・5) 細川(第2・4)	村田
	皮フ科 ※予約制	真家	真家		真家	真家
	整形外科 ※予約制	北本	北本		北本	北本
	産婦人科 9:30～12:00	関	関	関	関	関
午後 (13時～17時)	脳外科 ※予約制				伊崎(第2・4)	
	内科 3:00～5:00 (新患)(水曜14:00～5:00)	國井	辻本	上野 4:00～5:00	武田-担当医(隔週) 3:00～4:00 上野 4:00～5:00	佐藤(満)・武田 (隔週)
	外科		小林 2:30～4:50			
	産婦人科 4:00～6:00	関		関	1ヶ月健診	
小児科 ※予約制	※午前・午後的一般診察はクリニック参照			石川1ヶ月健診(1:30～) 循環器外来(隔週)山田医師 (2:00～5:00)		

土曜日	担当医	午前10:30～11:30
-----	-----	---------------

※発熱、風邪症状がある場合は直接受診せず、事前に電話にてご連絡ください。

【人間ドックの受診について】 検査項目を一部変更して実施しています。一部の検査は場所を変更しています。院内の換気を定期的に行う為、必要な方はカーディガンなど羽織るものを準備ください。感染対策を万全にしておりますが、不安な事がありましたらご相談ください。

## 鶴岡協立病院附属クリニック ☎0235-28-1830 (土・日・祝日・夜間は☎0235-23-6060)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
午前	内科 ※予約制	佐藤(満) 高橋(牧)	佐藤(満) 高橋(牧) 坂本 猪股(9:00～11:00)	湊 目々沢 5/12・19	佐藤(満) 高橋(美)	松谷 高橋(美) 高橋(牧)
	泌尿器科 8:30～14:00			土谷 5/12・26		
	小児科 9:00～12:00	石川	石川		石川	石川
午後	内科 4:00～6:00	高橋(牧) 5:00～6:00	高橋(美) 坂本 3:00～4:00 目々沢 5/11・18	佐藤(満) 神谷 3:30～4:30(神経内科) 高橋(美) 5:00～6:00(5/19)	佐藤(満) 高橋(牧) 5:00～6:00	
	内科 夜間外来 6:00～7:00			高橋(美)(第2・4) 高橋(牧)(第2・4)		
	泌尿器科				渡部 2:00～5:00	
	小児科	石川 3:00～5:00	石川(予防接種) ※予約制	石川 4:00～5:00	石川(専門外来) ※予約制	石川 3:00～5:00

## 鶴岡協立リハビリテーション病院 ☎0235-78-7511

※「協立病院⇄リハビリ病院」の無料シャトルバスを運行しています。

	曜	月	火	水	木	金
午前	1診	茂木	茂木	松島	茂木	丹治(第2)
午後	1診 15:00～15:30		松島		松島	松島

※丹治(高次脳外来) ※通所リハビリ(デイケア) 月～金(祝日もあり) 午前9:00～午後5:00

## 協立三川診療所 ☎0235-66-4770

	曜	月	火	水	木	金
午前						猪股 10:30～12:00
午後					猪股 5/6・20 2:30～4:30	猪股 2:30～6:00

※デイサービス 毎週月～土曜日 午前8:30～午後5:00

## メディカルフィットネスビビ ☎0235-23-6060(内線2881)

月・水・金	9時～21時(プール10時～18時30分)
火・木	9時～17時(プール10時～17時)
土・祝	9時30分～17時(プール10時～12時30分)

※12時30分～14時閉館となります。※毎週日曜日 休館日

※変更などありましたら、医療生協やまがたのホームページでお知らせいたします。

※メディカルデイサービスビビ

・地域密着型通所介護 月～土 午前9:00～午後1:00

・通所型デイサービスA 月～土 午前9:00～午後12:30 午後1:30～午後5:00

## 協立大山診療所 ☎0235-33-1165

曜日	午前	午後
月	猪股(9:30～11:30) ※受付11:00まで	
火	田中(9:00～12:00)	田中(2:30～6:00)
水	佐藤(満)(9:30～11:30)	
木	猪股(9:30～11:30) ※受付11:00まで 高橋(牧)(11:30～12:30)(予約制)	田中(2:30～6:00) 5/13・27
金		

※通所リハビリ(デイケア) 月～金 午前8:30～午後5:00(祝日を除く)

※通所介護(デイサービス) 土・祝日

## しろにし診療所 ☎023-643-2017 (担当医 小川 裕)

	曜	月	火	水	木	金	土
午前	9:00～11:00 11:30～12:30	通常外来					
午前	11:00～11:30	発熱外来					通常
午後	3:00～3:30	発熱外来			発熱外来		
午後	3:30～6:00	通常外来			通常	通常 7:00	

※日曜日・祝日は休診ですが、時間外は電話で対応いたします。

※発熱、風邪症状がある場合は直接受診せず、事前に電話にてご連絡ください。

診察の際は「保険証」を提示してください。

### 鶴岡協立病院

24時間救急対応しています

夜間や土日、祝日に  
具合が悪く受診したい場合は  
鶴岡協立病院(0235-23-6060)  
までご連絡ください。

症状によっては他病院・診療所へ  
受診をお勧めする場合があります。

### 内科

初めての方、紹介状持参の方、クリニックで定期的に受診している方で具合が悪くなった方を診察します。内科循環器科は、完全予約制となっておりますので、急患等予約外の受診を希望される方は、お電話にてご相談ください。

### デイケア室

利用時間: 午前8:30～午後5:00  
お問い合わせは鶴岡協立病院デイケア室(0235-23-6060)まで。

### 皮フ科

予約制となっております。お電話で予約できますのでご連絡ください。急患はその限りではありません。

### 産婦人科

予約制となっております。お電話で予約できますのでご連絡ください。急患はその限りではありません。

緊急手術やお産と重なる際は、診療時間の変更となったり、お待ちいただく事もございます。どうぞご了承ください。※不明な点などございましたら、窓口職員までお尋ねください。

### 鶴岡協立病院附属クリニック

- 予約制となっております。
- 小児科については、専門外来・予防接種のみ予約制となっております。医師の都合により、休診・診療時間の変更・医師の変更がある場合がありますのでご了承ください。

※小児科直通 ☎0235-23-6172