



医療生協かながわ生活協同組合

中田診療所だより

2019年
1月号

発行 医療生協かながわ生活協同組合 中田診療所
横浜市泉区中田東3丁目3番27号
☎045-802-2840 fax045-803-0716

2018年12月25日発行



あけましておめでとうございます
～気分一新、明るい年に～



中田診療所 所長

加藤 敏平

皆様におかれましては輝かしい新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

平成最後のお正月となります。新しい元号が何になるのか、希望を持てるようなものであって欲しいと願うところです。

去年は世界で、そして日本で、いろいろと良くないことが多く起きた年でした。去年の新年のあいさつで「笑顔あふれる診療所に」と願いましたが、思い描いていたものとは違う年になってしまったのではないかと思います。

今年こそは地球、特に日本においては皆様にとって良い年でありますようにと願うばかりです。

新しい年を迎え「気分一新」して明るく毎日皆様が笑顔で過ごせる一年にしていかなければいけません。

組合員の皆様、診療所職員ともに力を合わせて「今年も」頑張ってみましょう。私も、体調に気をつけ皆様の健康管理のために「頑張ります」。よろしく願いいたします。

♪12月のトピックス♪

12/15(土)午後2時から白百合集会所にて、中田地域9条の会の『平和を奏でる集い』が90名近い参加者に来場いただき開催されました。当日は別のミニコンサートと日程が重なりましたが、^{にゅうのやかえ}丹生谷佳恵さんの素晴らしいピアノと元気な唄声で盛り上がりました。



(上)中田が誇るピアニストの丹生谷佳恵さん



恒例のケーキとお茶の販売も、またたく間に完売となり大盛況のうちにお開きとなりました。



(上)ピアノ演奏に聞き入る参加者の皆さん

(右)熱気溢れる会場には、立ち見の方が出るほどお越しいただきました



今日もいきいき・あったか♪

中田デイサービス通信



～デイサービスで笑顔を増やして 幸せホルモンを分泌させましょう～

寒さが一段と身に染みる季節となりました。
肩にも力が入り肩こりに、そして雪も降れば転倒、骨折の恐れもあります。

さて今回は、そんな骨折を人生初めて最近経験したスタッフ釜尾から（足の骨を骨折しました）骨折生活をして行く上で特に大切！と感じたことを2つ書きたいと思います。

ひとつは松葉杖等の福祉用具を安全に利用するための**正しい知識**です。のクリスマス飾りでした通院していた病院で歩き方、座り方、階段昇降を学んだおかげで不安だった外出（バス、電車）もチャレンジすることができ、引きこもっていた生活から活動範囲が広がりました。

そして2つ目は**笑顔の大切さ**です。いつもデイサービスで笑っていたのに子供たちが帰ってくるまで家で一人、心と鏡を見た時の自分の顔にびっくり！！無表情…。「どうやって笑っていた？」大袈裟ですがそう感じました。

笑顔には幸せホルモンが分泌され脳を活性化し、心を安定する効果があると言います。心も沈んでいたそんな時でした、心配した友人たちが遊びに来てくれ、時には連れ出してくれました。いっぱい笑って笑顔の時を過ごし、家族の支えで気持ちも前向きになり骨折生活を乗り切ることができました。

ご自身や大切な家族と笑顔の時間はありますか？なかなか難しい…そんな時は是非デイサービスに遊びに来てください。

一緒に幸せホルモンを分泌させて
いきましょう♪

診療案内

訪問診療
承ります！
ご相談ください



デイサービス利用者さん募集中！ お気軽に見学に来てください♡

実施曜日：月～金（祝日も営業）

送迎エリア：泉区・戸塚区一部

主な内容：入浴・食事・音楽療法・囲碁や園芸などさまざまな活動。医療生協の健康づくりを理念に一日を通して生活リハビリを行っています。



12月は☆キラキラ☆

中田診療所 所長/加藤 敏平			横浜市泉区中田東3-3-27			045-802-2840		
			月	火	水	木	金	土
午前	9:00 ～ 12:00	内科	(予約)加藤 【循環器】	(予約)加藤 【循環器】	★(予約)石橋 【呼吸器】	(予約)加藤 【循環器】	★石橋 【呼吸器】	第1/3/5河合 【呼吸器】
			清水 【一般内科】 【脳神経外科】	佐久間 【一般内科】	★川口 【血液内科】	檜佐 【一般内科】	(予約) ★近藤 【糖尿外来】	第2/4今泉 【一般内科】
		リハビリ	○	○	○	○	○	○
		整形外科			山崎			
午後	1:30 ～ 4:30	内科	飯田 【内分泌】	佐久間 【一般内科】	休診	森 【血液内科】	加藤 【循環器】	休診
			清水 【一般・脳外】				河合 【呼吸器】	
リハビリ	○	○		○	○			
夜間	5:30 ～ 7:00	内科	★印の医師は女性です ※木曜午前の石橋医師の外来は、 1月より檜佐医師が担当いたします			岡田 【一般内科・ 消化器内科】		