

# 生協おだわら診療所 だより

＜発行者＞ 医療生協かながわ生活協同組合 おだわら診療所 小田原市堀之内253-1 Tel) 0465-39-1193 Fax) 0465-39-1194

＜診療時間＞ 9時～12時 14時～17時 (受付は16:30終了)

<https://mc-kanagawa.or.jp/network/hospital/382>

## 2月の診療予定

小児=小児科

2月	月	火	水	木	金	土
	2日(送)	3日	4日	5日(送)	6日	7日
午前	神山	池田	神山	大野	大野	神山
				エコー	訪問診療	小児:石井
午後	神山	池田	神山	休診	神山	休診
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
午前	神山	神山	休診	大野	神山	休診
午後	神山	神山	休診	大野	神山	休診
	16日(送)	17日	18日	19日(送)	20日	21日
午前	神山	池田	神山	大野	神山	
				エコー	胃カメラ	小児:石井
午後	神山	池田	神山	休診	神山	休診
	23日	24日	25日	26日	27日(送)	28日
午前	休診	神山	神山	大野	神山	休診
午後	休診	神山	神山	休診	神山	休診

## 毎年2月は 全国生活習慣病予防月間

今月は、日本生活習慣病予防協会が国民すべてを対象に「一無二少三多」で生活習慣病予防を基本テーマに取り組んでいます。

一無…「無煙・禁煙のすすめ」

たばこは万病のもと～喫煙は単独で最大の予防可能な死因

二少…「少食・少酒のすすめ」

食事は腹八分目に！偏食せず、よく噛んで、三食規則正しく

アルコールは少量をたしなみ、ほどほどに！

三多…「多動・多休・多接のすすめ」

今より10分多くからだを動かそう！

しっかり休養～こころとからだのリフレッシュ！

多くの人、事、物に接してイキイキした生活を！

今年のスローガンは、多動をテーマとし、「幸せは足元から 多く動いて健康を実感」です。



2月の送迎車運行日は  
2(月) 5(木) 16(月)  
19(木) 27(金)

午前のみの運行です。

当日の朝9時までに診療所へご連絡ください。



## 3月の診療予定

3月	月	火	水	木	金	土
	2日(送)	3日	4日	5日(送)	6日	7日
午前	神山	池田	神山	大野	大野	神山
				エコー	訪問診療	小児:石井
午後	神山	池田	神山	休診	神山	休診
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
午前	神山	神山	神山	大野	大野	休診
午後	神山	神山	神山	休診	神山	休診
	16日(送)	17日	18日	19日(送)	20日	21日
午前	神山	池田	神山	大野	大野	神山
				エコー	胃カメラ	小児:石井
午後	神山	池田	神山	休診	神山	休診
	23日	24日	25日	26日	27日(送)	28日
午前	休診	神山	神山	大野	神山	休診
午後	休診	神山	神山	休診	神山	休診
	30日	31日				
午前	神山	神山				
午後	神山	神山				

2/8(日) 衆議院選挙です。国民の生活といのちが脅かされている今、一人一人の1票が重要です。投票に行きましょう！！

## 特定・長寿健診＆がん検診

忘れていませんか？

混み合う前に受けましょう！！



年度末となる3月は健診が大変混み合います。

その前に、今年度1年間のご自身の身体の健康管理の総決算として健康診断をぜひ受診しませんか？

お手元に届いている受診券をお持ちになりご来院ください。

70歳以上の方は基本健診・がん検診ともに無料です。年に1回必ず受けましょう。健診結果は、後日対面にて医師より説明させていただきます。



予約来院でも、当日飛び込みでも、

がん検診単独受診でもOKです。

お待ちしています♥

2月の送迎車運行日は
2(月) 5(木) 16(月)
19(木) 27(金)

午前のみの運行です。

当日の朝9時までに診療所へご連絡ください。

## 組合員さんだけの無料法律相談日のご案内

ご希望の方はお電話などでご予約ください

2月 4日(水) 午後2時より

3月 11日(水) 午後2時より

※担当の弁護士さんは

まちかど法律事務所 町川弁護士

