「健康のいずみ」にご意見・ご感想をお寄せください
〒190-0022 立川市錦町1-23-25
健生会「健康のいずみ」
izumi@t-kenseikai.jp
ＦＡＸ (042)528-2860

健康のいずみ

社会医療法人社団健生会・広報紙
〒190-0022 東京都立川市錦町1-23-25 発行●広報委員会
電話 (042)523-2375　ＦＡＸ (042)528-2860
URL:http://www.t-kenseikai.jp/
E-mail:izumi@t-kenseikai.jp
2019年5月5日　No.545

新入職員が研修で圏域訪問へ
民医連職員としてふみだす一歩

地域に出てわかる地域の特色・地域の課題

新入職員は入社式の翌日から、グループ研修として班に分かれ、健生会の各圏域と、地域での役割について学びます。班ごとに、地域の人口や産業など、割り振られた自治体・圏域の特徴や、その地域にある健生会グループの事業所などを調べ、話し合って地域の特徴を予想し、実際に地域の診療所を訪問しました。

圏域訪問には、診療所の職員だけでなく、訪問看護ステーション、ケアプランセンター、包括支援センター、薬局、ヘルパーステーションなど、各々の事業所の先輩職員が仕事の合間を縫って参加し、地域の特徴や、多様な事業所が連携して在宅患者さんを支えている状況を説明しました。三多摩健康友の会の支部役員さんは、地域での健康増進活動や居場所づくり、患者さんの送迎などに奮闘する会のとりくみと意義を話し、健生会と共に健康なまちづくりに貢献していることを紹介しました。

班ごとにメンバーで話し合い、気づいたこと、学んだことを模造紙にまとめて発表。

医療者として地域に貢献したい

新入職員たちは、圏域訪問で学んだことを出し合い、班ごとに発表。「友の会が各地で様々な活動に取り組んでいて、診療所や地域ごとに特色や課題があることが学べた」「医療従事者として地域の活性化にも貢献していきたい」など、感想が出されました。

ようこそ健生会グループへ
合同入社式を開催

社会医療法人社団健生会、株式会社地域保健企画、社会福祉法人三多摩福祉会からなる健生会グループは4月1日、立川相互病院講堂で合同入社式をおこないました。新入職員62人と各部門の管理者などが出席し、各法人の代表から辞令が手渡されました。三多摩福祉会の櫛田葉子理事長、地域保健企画の島野清代表取締役、健生会の草島健二理事長が、新入職者に励ましの言葉を送り、三多摩健康友の会の窪田之喜会長が来賓あいさつしました。新入職員は、この日からグループ研修を受け、健生会グループの概要や取り組みについて学習。民医連職員としての一歩を踏みだしました。

㊤谷保駅前相互診療所を訪問し、片桐事務長から説明を聞く新入職員たち
㊦入社式での集合写真

格差と貧困是正、憲法擁護を
草島理事長が歓迎あいさつで

草島健二理事長は、新入職員への歓迎のあいさつで、健生会が誕生したときの経緯に触れ、「終戦まもないころ、国民皆保険制度もないなかで、お金がなくても医療が受けられるように、と、地域住民と一緒に開設したのが始まり」とのべ、病気を生活と労働の視点から把握し、無差別平等の医療という理念で医療を実践し、地域との信頼を気づいて発展してきたことを紹介。さらに「格差と貧困が地域に広がり、具合の悪い人が医療機関に受診を控えることが少なくありません。社会的な孤立、貧困と格差などの社会的要因が病気を生み、悪化させることが国際的にも確かな事実としてわかってきました」と近年の状況を述べ、『健康の社会的決定要因』として学術研究を重視し、全ての人が健康に暮らせるよう、貧困の撲滅が重要と強調しました。

また、草島理事長は日本国憲法について言及。「世界で絶えず紛争が続くなかで戦後74年にわたり、海外に軍隊を派兵することなく、戦争をしなかったのは、憲法9条があり、多くの国民が憲法を支持していることにほかなりません」「個人が幸福を追求し、健康に生きることが人権として謳われているということが大事だと改めて思っています」と話し、個人が幸福を希求する権利を謳う13条、全ての国民が健康で文化的な生活を営む権利があり、国が責任を負う25条は憲法9条と並んで大切と述べました。

いずみ

▼1951年1月16日、雪降る日に立川診療所が産声を上げた。1953年5月10日は東京民医連、同年6月7日が全日本民医連の誕生日とされている▼遅れること6カ月後のクリスマスに生を受けたのが不肖私である▼その日は奄美群島が日本に復帰した日でもあった。同年9月には奄美民診建設へ新井文一先生が派遣されている▼私は、大学卒業後の1977年の4月21日に立川第一相互病院に入職し、入社式も経験せずメーデーが最初のデビューだった▼その年は立川第二相互病院での人工透析開始や200床の拠点病院構想が発表され、新立川相互病院建設地となった立川基地が32年ぶりに返還された▼入職当時は木造の立川駅より通勤、会議・集会は旧無門庵が常だった▼定年延長1期生である私は本年3月末に愛でたく定年、帰り支度を終えぬまま次のステージへ。次に歩み続ける人の轍として、も少しお邪魔を。昭和に続き平成が往く春風駘蕩なる日の新高齢者の戯言（猪）

東京民医連三多摩ブロック・学術運動交流集会優秀演題より

その人が望む生活を叶えたい

健生会にしき訪問看護ステーション　小林淳子訪問看護師

私たち訪問看護師は、自宅療養をしている利用者の自宅に訪問をして身体状態の確認をし、必要な清潔ケアや医療的な処置などをおこないます。

トイレ・入浴の願いを実現

症状がゆっくりと進行していくALS療養者の佐野さん（仮名）は、ALSを発症後、非侵襲的陽圧換気といってマスクをして呼吸器で呼吸を補助しています。上下肢の筋力低下があり、移動にはリフトを使用して車いすで生活していました。

佐野さんは色々な生活上の希望があり、「トイレで排泄したい」「自宅の浴室で入浴したい」という希望について、看護師として身体状態のアセスメントをおこない、ケアに関わる他職種と、ケア方法について連携をしました。

トイレは、リフトを導入して自宅トイレで排泄していましたが、症状が進行しリフトに乗車している時間を短縮しないと呼吸が苦しくなっていきました。移動距離を短縮するために寝室に水洗式トイレを設置し、呼吸器を装着したままリフトに乗車できるように主治医と相談し、呼吸器の回路を延長しました。これで楽に移動することができ、トイレでの排泄を継続できる環境をつくりました。

入浴は入浴サービスを利用していましたが、仰臥位（あおむけ）となって呼吸器を外し、人に抱えられることが苦しく、徐々に入る回数が減りました。そのため、佐野さんが慣れているヘルパーと看護師で、呼吸が楽な座り姿勢でシャワー浴ができるようにシャワーキャリーを用意し、シャワー中は呼吸器を装着した状態で佐野さんが言葉を言わなくてもいいよう、些細な表情の変化や目線、体の動きで言いたいことをくみとり、介護者同士の声かけを心掛けました。

その人の価値観を知り、寄り添う

排泄や清潔ケアは人間の基本的欲求にも関わり、個別性も大きいケアです。佐野さん独自のケア方法を検討するには、身体状態のアセスメントはもちろん、発症してすぐに価値観や病気に対する思い、家族背景や環境などの情報収集が重要です。

他職種と多くの連携を持ち、佐野さんが望む生活方法の検討ができたと思います。今後も他職種との橋渡し役として検討をしていきたいと思います。

地域に目を向けた医療・介護活動を前進させよう

社会医療法人社団健生会　畑中久明専務理事

定時社員総会

社会医療法人社団健生会は3月30日、第65期第2回定時社員総会を開きました。126人中114人（内委任状47人）の社員が出席し、2019年度事業計画と予算等を決定しました。2018年度の活動の特徴は第1に「地域に目を向ける」「地域に出る」活動が様々な場面でとりくめたこと。各分野の交流会も「SDH」や「まちづくり」をテーマに開催されました。経営は下半期の大奮闘で、予算達成できるところまで大躍進です。役職員の奮闘に心から敬意を表します。しかし、18年度予算が健生会に必要な利益より1億50百円低いものだった点は冷静に見ておく必要があります。そのため予算達成しても、資金は1年間で1億円強減少させています。

医療経営は「ヒト・カネ・モノ」が大事と言われます。資金を減少させない利益が今後の課題です。

新年度の重点課題は

2019年度の重点課題は5点です。①19年度予算達成、そのために全職員が参加する経営をめざすこと、②患者・利用者の社会的背景に目をむけ、困難事例に向き合う。また医療・介護の質の向上にとりくむ。無料低額診療利用の拡大、③健生会グループと三多摩健康友の会の連携でフレイルや認知症予防、助け合い活動を広げる、④医師をはじめ診療所体制の強化、⑤職員研修と育成を充実させることです。こうした活動を通じて『2021年vision』（2019年～2021年までの3か年経営目標）の達成をめざします。1年間、地域に目をむけて医療・介護活動を一層前進させましょう。

全日本民医連が提起した「民医連綱領を学ぶ運動」に取り組んでいます。『ブックレット』を読みましょう。綱領と歴史、全国の経験を学び、私たちの存在意義、「誰のために、何のために」を日常活動に照らして考え、深めながら、更なる前進をしていきましょう。

東京都指定2019年度第1回
（月・水・金 週３日・通学コース）

ヘルパーの資格を取って一緒に働きませんか？

介護職員初任者研修受講生大募集

東京都介護職員資格取得支援事業

介護の仕事を目指す方は、介護職場体験をすると**無料**で受講できるチャンス！
まずはお気軽にお問い合わせ下さい。

期間●７月２２日～９月２０日（講習は月、水、金の週３日）
会場●地域保健企画ビル６階研修室（立川市錦町）ほか
募集●随時申込受付（定員２４人・先着順）
資格●１５歳～　東京近郊に在住・在勤で通学可能な方、介護現場での勤務を希望する方（短時間も可）
費用●受講料８３，０００円
教科書代５，８３０円
（分割払い可・３回まで）

東京都介護職員資格取得支援事業利用で費用免除。当法人独自の支援制度もあります。

申し込み・問い合わせ先●
社会福祉法人 三多摩福祉会（徳田）
TEL　０４２－５２６－１８９９
FAX　０４２－５２９－３８７１

てくてく三多摩
戦跡ウォーク【8】

高射砲陣地台座跡

（三鷹市大沢）

ポールが取り付けられた高射砲台座跡。ポールの先にはこいのぼりが

園庭に残された４つの高射砲台座跡

三鷹市大沢の「椎の実子供の家」は、小高い丘の上の保育園。ここに、周囲の風景には似つかわしくないものがあります。敵の戦闘機を打ち落とすための高射砲の台座跡です。

調布飛行場を一望できる見晴らしの良い丘となっているこの場所に、敵の戦闘機から調布飛行場や近隣の軍需工場などを守る高射砲陣地が置かれたのは1943（昭和18）年9月のこと。6門の高射砲が備えられ、約190人の兵隊が駐屯していたといいます。終戦半年前の1945（昭和20）年2月17日には、中島飛行機武蔵製作所を攻撃した米軍の戦闘機グラマンF6Fが、この地にも襲来し、戦闘の末4人の隊員が戦死しました。その慰霊塔が園庭の片隅に建っています。

1957（昭和32）年、鈴木平三郎三鷹市長（当時）が高射砲陣地跡を戦跡として後世に残そうとこの地を買い取り、保育園を建てました。今も残る4つの台座にはプラネタリウムの投影機が取り付けられていたり、花壇のように使われていたりして、当時の暗い歴史は微塵も感じられません。

見学には事前に電話予約が必要です。お問い合わせください。

戦跡DATA
椎の実子供の家
〒181-0015東京都三鷹市大沢4-8-8
TEL：0422-32-4103
9:00～17:00（予約・見学とも平日のみ）
京王線調布駅北口よりバス10分「大沢橋・羽沢小学校前」バス停下車徒歩６分

本人の気持ちを支える体制づくりを模索して

健生会ふれあい相互病院
医療福祉課　中多陽子ソーシャルワーカー

事業所からの友より⑥

健生会ふれあい相互病院は、回復期リハビリ病床と地域包括ケア病床をもち、訪問診療や人工透析もおこなう、地域包括ケアの要となる病院。ベッド数は60床（うち地域包括ケア病床22床、回復期リハビリ病床38床）です。

都営住宅で1人暮らしをしていた80歳代の女性、サチさん（仮名）は、体調不良で近くのお医者さんに受診後、立川相互病院に救急搬送され、大腸癌の手術をうけました。術後は便が出せず、人工肛門（ストマ）が作られ、在宅調整とリハビリのために健生会ふれあい相互病院の地域包括ケア病床に転院してきました。

病棟看護師がストマの取扱いなどを指導しましたが、認知症もあり、ストマの管理が完璧にできるとは言いがたい状態でした。お子さんは2人いますが、仕事が忙しくなかなか来られません。近県の妹さんが病状説明を聞くため来院し、色々な手続きをされました。介護保険を申請し、時間はかかりましたが要介護1となりました。

在宅でやっていけるの？

歩行は自立、少々の認知力低下なら在宅で介護保険のサービスを入れてやっていけるかも、しかしストマの管理となると話は別です。ケアマネジャーさんからは、本当に在宅に帰るのか、要介護1ではサービスが入りきらず便まみれになる、施設を紹介しないのかという意見が。訪問看護師さんはやってみないとわからないと話します。本人は「家に帰ります、友人もいるし帰りたい」と明確な意思を示します。妹さんは、不安ながらも、本人が帰りたいと言っている、施設は考えていませんと答えました。

試験外泊ではストマがはがれていることに気付けず、妹さんが助言するという結果に。しかしサチさんは意気揚々としており、友人にも会えたと入院中にはなかった笑顔を見せていました。その後、退院が決まり自宅に帰ることができました。

本人家族を中心に

地域包括ケア病床は在宅に帰るための調整、リハビリの病棟です。しかし独居の高齢者が多数で、認知症がある方もいます。本当に在宅に帰れるの？大丈夫？いつも不安がつきまといます。帰っても1週間で再入院された方もいました。

ただ、大事なのは本人、家族の明確な気持ち、それを支援する関係者と協力関係を築くことと思います。今回は新しく介護保険を申請し、包括支援センター、ケアマネジャー、訪問看護ステーションと色々な関係者と関わりました。その方々とどこまで詰められたのか、反省が残ります。病院側の判断だけでなく、本人家族を中心にどう支援体制をつくれるか、今後もいろいろな方々と協力して模索していきたいです。

激写人　撮影 井上 榮

今月の人

立川相互病院
小児科
医師　伊東（いとう）　藍（あい）

その子らしく笑顔で過ごしてもらえるように

生まれたばかりの赤ちゃんの頃から、お子さんたちの成長・発達を見守り、お子さんとご家族のサポートをさせて頂くことが、小児科医の大きな役割であり、やりがいだと思います。元気いっぱいのお子さんも、病気を抱えながら過ごしているお子さんも、その子らしく笑顔で過ごしてもらえるように、ご家族と一緒に考えていきます。

よろしくお願いします

新入職医師

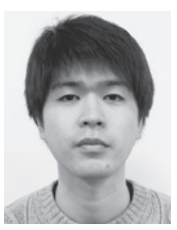
小林 裕司

中川 雄貴

島野　拳

佐藤 恵理

森　雅行


鍋岡 昇慶

長町 実季

新入職歯科医師

角田 尚大

久保 雅志

いずみCafé憲法⑳ ◇最終回◇

人権は国民の手で守り育むもの

憲法12条　国民の不断の努力

三多摩法律事務所 山口真美 弁護士

「立憲主義」は、憲法を考えるにあたって大切な言葉のひとつです。これは、憲法によって国家権力を制限するという考え方です。権力を持った者はどうしても恣意的に権力を使ってしまいたくなる。こうした権力の暴走によって私たち一般国民の権利が侵害されないように、どんな権力も憲法には従わなければならないと定めているのです。憲法は権力者の暴走を抑えるための「檻」といえるでしょう。ですから、憲法99条が示すように、憲法を守る義務を負うのは「国民」ではなく「国家権力」です。

立憲主義の考え方からすると、「憲法が保障する自由と権利を守るための不断の努力」を「国民」に求める憲法12条は少し異色な感じがしますが、実は「立憲主義」を実質的に支える大切な条文です。現実をみれば単に憲法に人権を定めただけでは権力者の暴走はとまりません。例えば、自衛隊海外派遣部隊がイラクや南スーダンでとりまとめた日報の存在を隠蔽した日報隠蔽事件や厚労省の賃金統計の改ざんのように、権力者は自分たちの都合にあわせて情報を操作し、国民の批判をかわそうとします。こうした時には黙っていないで一人一人が声を上げ、憲法21条の表現の自由を使って権力の不正を追及することが大切です。

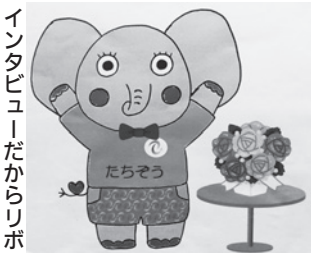
私たちの権利は、私たち自身の手で絶えず守り育んでいかなければ保持できないものといえるでしょう。そのことを憲法に定めたのが12条です。

憲法の歴史を振り返っても、国民の「不断の努力」があったからこそ多様な人権が保障されるようになってきました。1948年当時、生存権が保障された憲法は全体の33％、労働権は55％、女性の権利は35％でしたが、2006年には、生存権が78％、労働権が82％、女性の権利が91％となっています。これらの人権を保障する日本国憲法は、世界的にも見ても最先端の憲法です。

安倍首相は改憲を唱えていますが、改正を考える前に「不断の努力」をもってさまざまな人権を保障した最先端の憲法を使って権利を実現することが大切です。

こんにちは！たちぞうです

立川相互病院の非公認キャラクター、たちぞうをご存知ですか。たちぞうは、立川相互病院のさまざまなとりくみを日記にして、立川相互病院のホームページに掲載しています。そんなたちぞうにインタビューしました。



インタビューだからリボンでおめかししたよ

―たちぞうの出身は？

た：たちぞうはね、立川相互病院生まれ。立川の地で、地域のひとたちに支えられ発展してきた立川相互病院が、これからもしっかりと立ち、がんばっていく想いから生まれたんだって。

―たちぞうは男の子？女の子？

た：たちぞうはね、無差別平等だから男の子でも女の子でもないの。食べ物の好き嫌いもないいい子だよ。

―いつから「たちぞう日記」をかいてるの？

た：病院の職員のみんなが勉強したりがんばっている姿を地域のひとたちにもっと知ってもらいたくて、2月から「たちぞう日記」をはじめたんだよ。

―たちぞうの目標は？

た：職員のみんなはね、たちぞうが地域のひとたちと病院をつなぐためにお仕事してほしい、っていうの。だからこれからも病院の中をたくさん探検して、病院のことを日記にしていくよ！

たちぞう日記ＱＲコード

スマホのＱＲコードリーダーで読み取って、たちぞうに会いに行こう！

たちぞう日記 たちぞう日記 たちぞう日記

病気でも病人にならない生活を

心臓友の会が総会と早春のつどい

加藤会長を中心に役員がならぶ

心臓病患者会・心臓友の会は3月2日、立川市の地域保健企画ビルで第34回定期総会と早春のつどいを開き、会員、職員など54人が参加しました。

総会では加藤恒治会長があいさつ。創立以来35年になるなか、旅行や学習会を通じ会員の親睦・交流と病気や健康への理解を深めてきたことを紹介、「病気でも病人にならないよう心がけてきた」と話しました。活動報告・会計決算、新年度方針と役員人事が提案、承認されました。

早春のつどいでは、ひな祭りにちなんだ昼食をとり、会員さんが脳トレクイズや手品を披露。昨年度の活動記録のビデオに感動したり、中央大学・落語研究会の学生による落語で大笑いしたりと、楽しい一日を過ごしました。**【心臓友の会・加藤恒治会長】**

みんなで病気と向き合おう　患者会だより

読者の声

物があふれる時代に

「片付けたいのに片付けられないの」がよかったです。今は物があふれる時代。気をつけないと家の中が散らかってしまいます。戦後、兄の学生服を泥棒に盗まれ、大変困りました。物が少ないから片付いていたことを思い出しました。【昭島市・M・Tさん】

春のワクワク

私の春のワクワクはヨモギの天ぷら、のびるの味噌あえかな？【瑞穂町・K・Wさん】

春の句だより

麗かやシンシンふつと半回転【昭島市・K・Hさん】

令和まつ夜桜ライトアップされ【国立市・Y・Mさん】

ク	ロ	ス	■
先	月	の	わ
こ	た	■	ー
■	ゑ	♥	ど

A	B	C	D	E	F	G
に	ゆ	う	し	や	し	き

正解者の中から抽選のうえ5人に1,000円分の図書カードを贈呈します。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

我が家の子育てDiary

②千葉家の巻

子どもたちと千葉さん

スポーツマンのお兄ちゃんと感性豊かな妹ちゃん

立川相互病院医事課に勤務する千葉真由美さんは、民医連の別法人で働く夫と5歳の男の子、3歳の女の子の4人家族です。

5歳のお兄ちゃんは身体を動かすことが好き。「月に1回、夫と一緒に高尾山にのぼっていて、けっこう筋肉がついてきました」と千葉さん。一方、3歳の妹ちゃんは保育園でとりくむものづくりが得意です。その感性が独特で、いつも不思議なものを作ってくるんだとか。「カタツムリの形をした紙にまるいシールを貼ってカタツムリを完成させる制作があったんですが、なぜかうちの子だけ、目のところに小さな黄色いシールをたくさん貼ってキラキラのおめめにしちゃって。他のお友達は普通のカタツムリなのに」。

時にはケンカになることもあるといいますが、「寝ているときはかわいいですよね」と微笑む千葉さんです。

協同基金・協力債募集中！

協同基金【無利息】一口５千円より

協力債【有利息】一口１万円より（5年間0.5%）

取り扱い窓口＝各事業所・法人経理部

協同基金は、健生会の病院・診療所の医療活動を財政面でご支援いただく資金です。

新しくきれいになった立川相互病院をはじめ、健生会の病院では、『いのちの平等』の理念を大切に、差額ベッド料は頂きません。地域の皆さまが『救急時の困ったとき』、『専門医の治療を受けたいとき』、『往診が必要なとき』など、医療や介護・福祉で困ったときのパートナーです。

この地域医療をさらに発展させるため、みなさまのご協力をお願いいたします。

詳しいお問い合わせ、お申し込みは各病院・診療所や法人経理部（０４２―５２７―２５１０）へ。

暮らしの健康教室㉚

崩れてませんか？生活リズム

生活習慣を見直して体内時計を整えよう

福島早織・保健師

今年のゴールデンウィークは10連休になるという方も多いのではないでしょうか。みなさんは休日をどのように過ごされていますか？平日の疲れを取ろうといつもより遅く起きたり、夜更かししてしまったりと、ついつい生活リズムが崩れてしまう方もいらっしゃるかもしれませんね。

人は誰でも体内時計を持っており、通常24～25時間の周期となっています。体内時計は1日の中で体温をあげるタイミングやホルモンの分泌を増やすタイミングなど、さまざまな生態リズムの調節をする役割を担っています。体内時計が働いていることで、日中は活動し夜になると自然と眠くなるというリズムを刻むことができます。

この体内時計が乱れると、不眠だけではなく自律神経の乱れや高血圧などの生活習慣病をも引き起こす原因となってしまいます。体内時計を乱す原因には夜更かしや暴飲暴食、運動不足などが挙げられます。

体内時計の乱れを修正するには？

体内時計の乱れを修正するには、生活習慣の見直しが不可欠です。体内時計は光や温度でリセットされます。朝起きたら光を浴びるようにしましょう。平日の疲れを休日に取りたいという方は、一度起きて光を浴びてからもう一度寝るか、起きる時間を平日と2時間以上はずらさないようにしましょう。朝食を摂ると身体は活動モードに切り替わります。毎朝食事を摂る習慣を心がけましょう。また、日中の適度な運動は深部体温を上昇させて体内時計を整えます。ただし、寝る前の激しい運動は逆に体内時計を乱れさせてしまうので控えましょう。夕食は就寝2時間前までには済ませておくとよいです。また、寝る前に強い光を浴びたり見たりするのも体内時計を乱れさせる原因となります。寝る前は部屋の明かりを少し落とし、パソコンやテレビ、スマートフォンなどの使用は避けましょう。

連休の方もそうでない方も、ぜひ体内時計を整えることを意識してみてください。そしてゴールデンウィーク明けも元気に過ごしていきましょう。

5月 外来診療表

休診・変更の場合があります。電話又は受付でお確かめ下さい。

総合病院 立川相互病院

〒190-8578　立川市緑町4-1　総合受付042-525-2585　受付時間（平日　午前 8:30～11:00　午後 12:30～15:30　土曜 8:30～11:00）救急指定病院　産婦人科は予約優先です。＊印は妊婦健診　眼科は予約制です。
予約センター　電話予約　042-525-2536（平日9:00～17:30　土曜9:00～12:30）立川相互病院　検索

	月			火			水			木			金			土	
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後
産婦人科	＊長坂 張 小島	佐藤(不妊・予)		＊池田麗 佐藤 長坂			＊張 佐藤 小島			＊佐藤 長坂 池田麗	エコー外来 (輪番・予)		＊小島 張 菅原	産後検診 (輪番・予)		輪番	
眼科	大久保 横佐古	大久保 輪番		輪番	輪番		矢野 大久保	矢野 大久保		大久保	大久保		堀越 大久保	堀越			
紹介外来内科	草島			大塚			大塚			輪番			草島				
外科	津島			髙橋雅(食道・胃・他)			輪番			中島(呼吸器外科・他)			輪番				
脳神経外科	安部(予)			佐々木(予)						安部(予)			佐々木(予)				
肩関節・スポーツ紹介外来										守重(予)							

健生会ふれあい相互病院

泌尿器科は予約優先です。精神科は現在新規の予約を受けておりません。完全予約制です。ご了承ください。
予約センター（電話予約）平日9:00～17:30　土曜9:00～12:30　〒190-0022　立川市錦町1-16-15　TEL042-512-8720　受付時間　午前8:30～11:00　午後13:00～15:30

	月			火			水			木			金			土	
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後
精神科	永井	永井		小林義	小林義		永井	永井		小林義 永井	小林義 永井		永井			輪番	
泌尿器科	李	西村(14:00～)		栗田			栗田 森川(予)	栗田(予)		栗田 李(予)	西村(14:00～)		一ノ瀬(予) 栗田	栗田(予)		森川	
透析室	◎		◎	◎	◎		◎		◎	◎	◎		◎		◎	◎	◎
訪問診療	原田	新山		山崎	新井隆		南條	赤間		赤間	森		木戸	藤井		安田行①②③⑤	
	菊山			藤井②④	安田肇		宮城	藤井①③⑤		小泉豪②④			菅原(皮)	中西		赤間④	
				澁谷①③⑤	曽田		小川			新山①③							
					水野		草島②④										

立川相互ふれあいクリニック

〒190-0022　立川市錦町1-23-4　TEL042-524-1371　夜間外来ではできない検査もあります。　内科専門外来は予約制です。
受付時間　午前8:30～11:00　午後13:00～15:30　夜間16:30～19:00 診察開始時間　午前9:00～　午後13:30～　夜間17:00～　（予約センター）月・水・金8:30～17:00　火・木8:30～19:00　土8:30～12:00

			月			火			水			木			金			土
			午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前
2階	内科	初診一般	花田	花田		花田	花田	福田	島田	島田		安川	浜埜②除く	森	信太	原田		益田・平野光
			恩田	原田		松井	福田		尾川	南條		藤井	赤間		杉田	信太		広瀬①
						曽田			藤井	神田		高	福田②		渡辺			赤間③
									赤間									奥泉②④
		予約	(内)藤井	(内)斉藤②④		(内)木戸	(内)新津(14:00～)	(呼)阿部	(内)豊原	(内)豊原		(内)山田正	(内)松田	(内)曽田②④	(内)大谷	(内)大谷		(内)斉藤①③
			(呼)土屋	(内)恩田		(呼)阿部	(内)安川	(呼)草島②	(呼・禁)土屋	(消)田中		(内)小泉豪①③	(内)小林②④	(内)大谷①③	(呼外)木村	(呼)草島①③		(呼)粂①
			(消)関川	(呼)草島		(呼)山田秀	(呼)阿部	(消)橋本	(消)松井	(神)濱田		(呼)草島	(内)安川②④	(内)福田②	(消)松井	(神)久保田		(呼)草島②
			(腎)小川	(リウ)片岡		(呼)草島	(塵肺)草島②	(腎)小泉博	(消)佐藤悠②④			(呼)阿部英	(呼)土屋	(呼)草島	(腎)大石	(神)志知②④		(呼)丹内③
						(呼)唐沢	(消)野澤	(腎)大石	(リウ)知念			(消)橋本	(腎)鈴木	(呼)阿部	(神)志知			(呼)佐藤亮③
						(腎)小泉博	(腎)小泉博		(神)濱田					(呼)土屋				
														(消)松井				
	耳鼻咽喉科		日高			竹内			鳥居			浦中			新橋			(輪番)
3階	内科	予約	(循)新藤②④	(糖・代)樫山		(内)新井隆	(循)井上		(循)田村①③	(循)田村①		(循)田村	(循)大塚	(循)田村	(糖・代)樫山	(糖・代)樫山		(糖・代)樫山②④
			(糖・代)宮城	(糖・代)寺師		(循)田村	(循)稲葉		(循)新藤	(糖・代)樫山⑤除く		(糖・代)樫山	(循)岡部	(糖・代)寺師	(糖・代)寺師	(糖・代)宮城		(糖・代)山崎宰⑤除く
			(糖・代)樫山	(糖・代)山崎英		(糖・代)寺師			(糖・代)樫山⑤除く	(糖・代)青柳		(糖・代)新井敦		(糖・代)樫山	(糖・代)新井敦			(糖・代)宮城①③
						(糖・代)樫山②除く			(糖・代)角南	(リハ)山田智①③⑤		(糖・代)角南			(糖・代)宮城			
						(糖・代)澁谷②④									(糖・代)山崎英			
4階	外科	一般	中本			若田			高橋			新堰		高橋	一沢			土曜の外科はありません
						中島			蜂須賀			児嶋		※夜間外科は2階です	戸田匠			
		乳腺外来				(予)新堰			(予)新堰						(予)一沢			
	皮膚科		廣瀬	尾立		尾立	尾立		林	林		澤田	菅原		尾立	尾立		(予)尾立⑤除く
			菅原	廣瀬		廣瀬	廣瀬		卜部	廣瀬		林	林		林	林		(予)澤田①⑤ (予)星野雄③ (予)(輪番)②④⑤
	整形外科		日野出			山田浩			松谷①③⑤	伊佐治					向山			伊佐治
			丸山			向山			浅井②④						増澤			元吉
			小沼(10:00～)			木之田			丸山						[担当医](10:00～)			(予)江口②④
									黒木									
5階	健康管理センター		安田行			安川			石戸			石戸			石戸			竹山
訪問診療										山田智②④								

あきしま相互病院

（医療療養型病院107床、通所リハビリテーション、訪問診療）〒196-0035　昭島市もくせいの杜2-2-1　TEL 042-500-2077　FAX 042-500-2078
※通所リハビリテーション、ショートステイ、長期の入院に応じます。ご相談下さい。一般外来は行っていません。

略号

(循)循環器
(心)心　臓
(神)神　経
(呼)呼吸器
(塵肺)じん肺
(消)消化器
(肝)肝　臓
(腎)腎　臓
(糖)糖尿病
(血)血　液
(内代)内分泌・代謝
(リハ)リハビリ
(リウ)リウマチ
(甲)甲状腺
(代)代　謝
(ペ)ペースメーカー
(内)一般内科
(更)更年期
(アル)アルコール
(呼外)呼吸器外科
(CF)大腸内視鏡検査
(GF)上部(胃)内視鏡検査
(禁)禁　煙
◎ 診　療
(予)予　約
○内の数字は該当週
(輪番)=交代制
お問いあわせ下さい。

子ども診療所

受付時間　午前8:45～11:00　午後13:15～16:00　夜間16:45～19:00
〒190-0022 立川市錦町1-23-25 1 階 TEL042-525-6555 FAX 042-525-6556
要予約＝専門外来(042-525-6555)、乳児健診・予防接種（ネット予約または042-548-7767(24時間対応)）
立川　子ども診療所　検索

		月	火	水	木	金	土
午前	一般外来	○	○	○	○	○	○
	専門外来	相談	代謝	相談	相談		
	予防接種	○	○	○	○	○	○
	訪問診療	①③					
午後	一般外来				○	○	
	専門外来	おしっこ外来		代謝	循環器 相談	アレルギー	
	予防接種	○	○	○	○	○	
	乳児健診	○	○	○			
夜間	一般外来				○		
	専門外来				アレルギー①③ 相談②④		
	予防接種				○		

立川市委託事業

子ども診療所病児保育室 ぱおぱお

病児保育室は、病気やけがで療養が必要なお子さんをご自宅で療養できないとき、一時的にお預かりする保育施設です。
ご利用には事前登録が必要です。詳しくは病児保育室ぱおぱお（042-521-2777）にお問い合わせいただくか、子ども診療所ホームページをご覧ください。

昭島相互診療所

診療科目　内科　受付時間 午前8:40～12:00 午後13:30～16:00
〒196-0031昭島市福島町908-17 TEL 042-545-2712 FAX 042-545-8825

	月	火	水	木	金	土
午前	安西 (予)渡辺②③④	藍沢 安西 (予)渡辺	山田①③ 田村②④ 井出 (呼・予)安西	安西 一沢 (成・予)渡辺	櫻井 (予)田村②④	安西②③ 渡辺③ 小林④
	訪問診療				訪問診療	
午後	(整形)黒木②④		(糖・予)山崎 (予)田村②	(予)渡辺		
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

※午後は予約・専門外来のみです。一般内科は午前中にご来院ください。
※整形外科 黒木医師の診療は５月末で終了となります。

大南ファミリークリニック

診察科目　内科・小児科
受付時間　午前8:45～12:00/午後(予約)14:00～16:00/夜間(木)17:30～19:30
〒208-0013 武蔵村山市大南2-1-8 TEL 042-590-0373　FAX 042-590-5700

	月	火	水	木	金	土
午前	宮地(内) 金子(内)	青柳(内) 一沢(内)	宮地(内) 宮本(内)	小林(内) 金子(内) エコー検査	赤間(内) 奥野(内)	代診(内)
午後		大川 (小児ワクチン外来・予)				
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
夜間				赤羽(内)①③ 飯塚(内)②④		

国分寺ひかり診療所

診療科目　内科　〒185-0034 国分寺市光町3-13-34
受付時間　午前8:45～11:30　午後 往診
TEL 042-573-4011 FAX 042-573-4039

	月	火	水	木	金	土
午前	小泉豪 福地	小泉豪 吉本 エコー検査②④	小泉豪 谷	濵田 栄養相談④	古谷	古谷③ 矢可部(予・物忘れ)②④
	訪問診療			訪問診療	訪問診療	
午後	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

※エコー(超音波)検査は第２・第４火曜午前に受診できます(要予約)。医師にご相談ください。
※定期受診の方は、時間予約をおすすめいたします。　★4月28日から5月6日は休診となります。
※国分寺市民健診が５月より始まっています。早めの受診をお勧めしています。
★5月16日(木)の濵田医師は休診となります。5月18日(土)の受付時間は11時までとなります。

羽村相互診療所

診療科目　内科・小児科
受付時間　午前8:30～12:00　午後12:30～15:30　夜間17:00～20:00
〒205-0023 羽村市神明台1-30-5 TEL 042-554-5420 FAX 042-555-3151

	月	火	水	木	金	土
午前	小林(予)③ 木嶋 井上②④	小林 江夏 樫山(糖・予)②	木嶋 寺本 江夏	村田 輪番	木嶋	井上②④ 輪番③ 稲垣④ 春木②
午後		飯塚(物忘れ予約)	木嶋	中村(小児*)	木嶋	
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
夜間	山下		山田③⑤ 井上② 小林④		大森(18:30～)	

＊透析診療（予約制）　昼間透析月～土　準夜透析月・水・金
＊木午後 小児科　13:30～14:30 病児診療 / 14:30～16:30 予防接種と乳児健診

日野台診療所

診療科目　内科・小児科　受付時間 午前8:45～11:30
午後13:45～16:00　夜間16:45～19:30
〒191-0003日野市日野台4-26-16 TEL042-581-6175 FAX 042-581-4070

	月	火	水	木	金	土
午前	寺師	宮地 安田	寺師	寺師 宮地	安田	寺師①③⑤ 松井② 安田④
		訪問診療				
午後	安田	(小児・予約)	休診	休診	赤羽	
		訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

府中診療所

診療科目　内科・循環器科・代謝科・消化器科・整形外科
受付時間　午前8:40～12:00　午後13:30～16:00
〒183-0055 府中市府中町1-13-3 TEL 042-365-0321 FAX 042-365-0323

	月	火	水	木	金	土
午前	小川 藤林美	児嶋(整形) 浅谷	喜連川 小畑	宮城③⑤ 藤林和②④ 岩本①	児嶋(整形) 青柳	小泉②④ 小畑③
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
午後	浅谷 日野②④ 藤林美③	寺本	木住野 竹田	休診	浅谷 寺本	
	訪問診療	訪問診療		訪問診療	訪問診療	

※４月２８日～５月６日のゴールデンウィーク期間は休診です。
※エコー(超音波)等の検査を受診できます(予約制)。医師にご相談ください。
※ホームページから検診の予約ができます。 ※整形外科は火曜日午前と金曜日午前のみです。

谷保駅前相互診療所

診療科目 内科・整形外科　〒186-0003 国立市富士見台1-17-36
受付時間 午前 8:45～12:00　午後 往診
TEL 042-576-3896 FAX 042-571-6657

	月	火	水	木	金	土
午前	赤間 山口(～10:00)	赤間 清水	児嶋(整形) 清水	木戸 山口(～10:00)	鎌尾 清水(～10:00)	小嶌③ 小林②④
午後	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

すながわ相互診療所

透析診療（予約制）昼間透析　月～土
準夜透析　月・水・金
〒190-0002 立川市幸町5-9-2 TEL 042-538-1502 FAX 042-534-0372

府中市地域包括支援センターしんまち

〒183-0052　府中市新町1-67-2当麻マンション103号
TEL 042-340-5060 FAX 042-340-5622

国分寺地域包括支援センターひかり

〒185-0034　国分寺市光町3-13-34　3階
TEL 042-573-4058　FAX042-573-4059

相互歯科

診療科目 歯科・小児歯科・矯正歯科
立川成人歯科検診・立川妊婦歯科検診 随時受付
〒190-0022 立川市錦町1-17-10 TEL 042-525-6480 FAX 042-522-0348

	月	火	水	木	金	土	診療時間
午前	◎	◎	◎	◎	◎	◎	9:00～13:00
午後	◎	◎	◎		◎	◎	14:00～17:00(月・水・土) 12:30～17:00(火・金)
夜間		◎			◎		17:00～20:00(火・金)

友の会会員と家族の歯科無料検診（予約）をおこなっています。

相互歯科地域口腔保健センター訪問診療部

在宅や入院の方の往診（訪問）診療相談を受け付けています。電話080-3384-3575
訪問時間は、（月）（水）（金）（土）は９時～17時まで。
（火）は９時～12時まで。

けんせい歯科

診療科目　歯科・小児歯科・矯正歯科
〒192-0082 八王子市東町2-3 八王子共立ビル4F
TEL 042-646-8883 FAX 042-646-8805

	月	火	水	木	金	土	診療時間
午前	◎	◎	◎	◎	◎ 訪問診療	◎	9:00～13:00
午後	◎ 訪問診療	◎ 訪問診療		◎ 訪問診療	◎ 訪問診療	◎	14:00～17:00(月・金・土) 12:30～17:00(火・木)
夜間		◎		◎			17:00～20:00(火・木)

友の会会員と家族の歯科無料検診（予約）をおこなっています。在宅や入院中の方の往診（訪問）診療相談受け付けます。なお、医師名は表記しておりませんのでご了承下さい。

往診（訪問診療）は、診療所・歯科診療所で受け付けています。お気軽にご相談ください。

訪問看護ステーション

いずれも午前９時～午後５時まで、ＦＡＸは24時間受け付けます

健生会にしき（立川南部）	TEL 042-522-3621 FAX 042-522-3683	健生会東中神（昭島）	TEL 042-546-2919 FAX 042-546-2973
健生会さかえ（立川北部）	TEL 042-537-3441 FAX 042-537-3468	健生会緑が丘（武蔵村山）	TEL 042-563-2133 FAX 042-562-8098
健生会しんまち（府中）	TEL 042-336-0600 FAX 042-336-0603	健生会ひのだい（日野）	TEL 042-582-7110 FAX 042-582-7118
健生会日吉町（国分寺）	TEL 042-573-6599 FAX 042-573-6998	健生会にしたま（羽村）	TEL 042-570-1815 FAX 042-570-1816

介護相談・ケアプランの作成をいたします。

健生会ケアプランセンター昭島	電話　042-544-9970
健生会ケアプランセンター国分寺	電話　042-577-1701
健生会ケアプランセンター府中	電話　042-365-0346
健生会ケアプランセンター羽村	電話　042-555-3180
健生会ケアプランセンター日野	電話　042-581-4093
ケアプランセンターなのはな　立川	電話　042-523-7026
ケアプランセンターなのはな　国立	電話　042-580-0883
ケアプランセンターなのはな　武蔵村山	電話　042-590-0030

社会福祉法人　三多摩福祉会