「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
2018年6月5日　No.534

高校生のブラスバンド。大迫力で会場も盛り上がる

第７回 立川健康まつり

だれもが安心して暮らせるまちづくり
健康・平和・幸福な地域へ

地域の一大イベント 市民４０００人が来場

「誰もが安心して暮らせるまちづくり」をかかげ、５月13日、立川健康まつりが開かれました。会場のサンサンロードには４０００人が訪れ、大賑わいでした。来場者はステージや模擬店などを思い思いに楽しみました。立川健康まつりは、健生会グループを中心に、市内の市民団体などが実行委員会を作って開催し、今年で７回目。大人も子どももみんなで楽しめる、地域ぐるみのお祭りです。

大人気の健康チェック

実行委員長として開会あいさつに立った立川相互病院の高橋雅哉院長は、「今日のまつりを通じて、地域の人々の健康と平和と幸福がより広がることを願います」と話しました。立川市の横塚知子保健医療担当部長、至誠学舎立川の橋本正明理事長が来賓あいさつを述べました。

ステージでは高校生たちの吹奏楽やダンス、エイサーやお囃子、医師による健康体操まで、華やかな舞台が続きます。模擬店ブースでは、骨密度や血管年齢が測定できる健康チェックが大人気。チヂミや焼き団子などの飲食模擬店も長蛇の列ができていました。ミニSLやポニー乗馬はちいさい子どもたちでいっぱいでした。

立川相互病院

もっと健康なまちづくり、幸福・公平・公正な社会へ
HPH（ヘルス・プロモーティング・ホスピタル）に加盟

立川相互病院は3月、ヘルス・プロモーティング・ホスピタル（HPH）～健康増進活動拠点病院～に加盟しました。HPHは「患者、職員、地域住民の健康水準の向上をめざし、住民や地域社会・企業・NPO・自治体などとともに健康なまちづくり、幸福・公平・公正な社会の実現に貢献する」ことを目標に、患者、職員、地位住民を対象としたヘルスプロモーション活動を病院としてとりくんでいきます。

当院はこれまでも「赤ちゃんにやさしい病院（BFH）」としての活動、すこやか教室、患者会活動との共同、院内のお散歩コースの設定、なんでも相談村、友の会との共同の取り組み、健康まつり、被爆者検診など様々なとりくみをしてきました。HPH加盟を契機に、こうした活動をより旺盛にするとともに、外部に積極的にアピールをすることや、有用性を評価・検討してより良いとりくみにしていくことが求められています。さらに評価検討し、有用なことを日本全国、世界の病院と共有していきたいと考えています。

友の会の方々とともに、これまで以上に様々なとりくみを行っていければと思います。**【立川相互病院・HPH委員会委員長・南條嘉宏医師】**

他市より10万円も高い!? 国保料

6月は立川市議選
住民の福祉と暮らしを守る市議会をみんなでつくろう

立川市の国民健康保険は、全世帯の３分の１、３万世帯が加入しています。加入者の国保料の金額を決める基準となる「但し書き所得」は、200万円以下が74%、300万円以下は87%（平成28年９月・立川市資料より）。保険料は、年収400万円の４人家族（40歳代夫婦・子ども2人モデル）で立川市は44万円。お隣の日野市より10万円も高い保険料です。さらに市は18年度一般財源からの繰り入れ２億円を削減し、保険料１．２億円、一人あたり平均3,750円の値上げを決めました。国民健康保険の加入者は、年金生活者や非正規労働者、自営業者です。保険料の負担が重くのしかかってきます。

「2025年には人口の３割が65歳以上」「2035年には全世帯主のうち65歳以上が40.8%」（国立社会問題・人口問題研究所・平成29年推計）との予測があります。超高齢化社会にあって「貧困と格差」をなくす政治のあり方、社会保障のあり方を国・自治体に強く求めていかなければなりません。

安倍政権のもと、改憲や社会保障の破壊、政治の私物化が進行しています。今日ほど自治体が地方自治法の精神「住民の福祉と暮らしを守る」の役割が求められているときはありません。

ごみ袋の値下げ、学校給食費の無償化など、市民の切実な要求が広がっています。今月は立川市議会議員選挙です。市民の願いを実現できる市政と市議会を、みんなの力で作りましょう。**【三多摩健康友の会立川支部・引地央支部長】**

いずみ

立川健康まつりが立川相互病院隣りで開かれた。来場者４０００人、にぎやかで楽しかった。立川市羽衣町では友の会が大きな役割を果たす認知症見守り訓練が行政、自治会ぐるみで続けられ、子ども食堂が始まった／超高齢少子社会、貧困と格差、社会的孤立が広がる。身近も例外ではなく、健康と生活を支える活動、ネットワークは市民の切実な願いだ。地域包括ケア・共生社会は「国策」ともなった／病気や貧困対策はリスクのある人を対象とした対策ではなく、全人口を対象とした対策が効果ありとされる。その地域に住んでいるだけでどの人も健康が支えられ、ケアが保たれるまちだ。一人ひとりが持つ可能性と創造性が生かされ、人のつながりを広げる／国、自治体の公的責任が不可欠であり運動が必要だ。公的責任は住民参加の、住民本位の街づくりを下支えする。友の会とともに追求する無差別平等の地域包括ケア、安心して住み続けられる街づくりは、今こそ課題だ（宮）

『健康のいずみ』533号２面「2018新入医師」記事内の畠山岳医師の読み仮名に誤りがございました。お詫びして訂正いたします。誤：はたけやま　がく　正：はたやま　がく

9条守れ 全国各地で

東京臨海防災公園に6万人

日本国憲法施行から71回目の憲法記念日となった5月3日。安倍内閣がねらう9条改憲を阻止しようと、全国各地250か所以上で集会やデモ、宣伝など多彩な行動がとりくまれました。

３０００万署名の到達数が発表され、高々と掲げられた

3000万署名1350万筆を集約

東京臨海防災公園では「9条改憲ＮＯ！平和といのちと人権を！５・３憲法集会」が開催され、昨年を超える6万人が参加。健生会からは三多摩健康友の会の会員や職員など520人が集まりました。集会では、学者や市民がリレートークをおこない、３０００万人目標の「安倍9条改憲ＮＯ！全国統一署名」の数が1350万人を突破したことが報告。行動提起では、３０００万署名を集めきることが呼びかけられ、会場から大きな拍手がわきました。

「3000万署名」各職場で多彩なとりくみ

健生会グループでは、憲法を守ろうと各職場や事業所で創意工夫。積極的に3000万署名にとりくみ、１４，１６５筆の協力を集めています（5月22日現在）。

プラカードを掲げアピール

日野台診療所は宮地秀彰所長を先頭に署名を推進。立川相互病院のＩＣＵ職場では、署名のオリジナル表紙を作って宣伝するなど、多彩なとりくみが広がっています。

平和と人権、主権在民をかかげて医療を実践してきた民医連。健生会社保組織部では、３０００万署名をさら広げて目標達成し、憲法を守ろうと呼びかけています。

政治みなおす機会になった

東京民医連・青年国会研修行動

東京民医連は5月16日、青年国会研修行動をおこない、全都の9法人から254人が集まりました。健生会グループからは新入職員を中心に16人が参加しました。

健生会グループの参加者は3班に分かれ、18人の国会議員の控室を訪問。議員2人、秘書6人と対話、要請をおこないました。参加者はこの日のために事前学習にとりくみ、地域訪問をし、請願書を作成。地域の声を持ち寄って要請しようと準備してきました。

山添参院議員と懇談する健生会の若手職員

日本共産党の山添拓参議院議員と懇談した羽村相互診療所の職員は、診療所が横田基地に近いため、「夜の訓練のせいで近隣住民は眠れないほどの騒音被害に苦しんでいる」と訴え。「アメリカに言い返せる国になって」「オスプレイ配備が不安」など地元の声を伝えました。相互歯科の職員は山添議員に歯科酷書を手渡し、「口腔内がひどい状況になる前に受診してほしい。安心して受診できるように環境整備を進めて」と要望しました。

山添議員は「今の政治は国民一人ひとりを大切にしていない。医療・介護は必要で、国が責任を果たさなければならない課題。政策を転換させる必要がある」と語り、弁護士として横田基地訴訟にかかわった経験から「米軍機の飛行差し止めを求めてもやめようとしない現実がある。米軍が飛行を止めないのを日本が許している」と厳しく批判しました。

参加者は「政治とかかわりを持つ体験ができて良かった」「自分のアンテナを高くして周りに伝えていけるようにしたい」「政治を見直す機会になった」「国会に声を届けるのは選挙しかないと思っていた。議員要請できて良かった」と感想を寄せました。

宮地秀彰医師が理事長を退任

社員総会を開催

社会医療法人社団健生会

社会医療法人社団健生会は5月に社員総会・理事会を開催し、65期の理事長人事を決定しました。宮地秀彰医師が理事長職を退任しました。

地域で大切な役割果たしともに歩んでいきましょう

宮地秀彰医師

三多摩健康友の会のみなさま、職員のみなさまとともに働き、活動できたことを感謝いたします。私が理事長を務めた2012年からの6年間は、12年・大南ファミリークリニック開設、13年・健生会60年史出版、14年は羽村相互診療所移転、病児保育室「ぱおぱお」開設、16年は立川相互病院移転、健生会ふれあい相互病院の開設という時期でした。共同する友の会は健康づくりと助け合い、各地域で自立した市民運動組織として発展をとげられました。

一方、12年暮れに発足した第2次安倍自公政権は、社会保障後退、原発再稼働、戦争法、9条改憲など「戦争する国づくり」を推し進めました。それに対し、戦争法廃止、9条改憲反対署名、市民運動が前進しました。

超高齢・少子社会、貧困と格差、社会的孤立がひろがり、身近でも医療・介護・生活を支える市民の活動・ネットワークづくりが進み、行政の施策でもある地域包括ケアが始まりました。私たちは大切な役割を果たしています。

現在法人第6次長期計画が進んでいます。急性期・教育・地域連携を進める立川相互病院が本格稼働し、無差別平等の地域包括ケアと職員育成などを任務としています。

みなさまと活動できたことを誇りとし、今後もともに歩んで参りたいと思います。

てくてく三多摩 戦跡ウォーク(3)

旧陸軍調布飛行場白糸台掩体壕（府中市白糸台）

戦闘機の『防空壕』

戦争の記憶と平和の尊さ伝える

西武多摩川線・白糸台駅から線路に沿って歩くこと5分。住宅街に突然現れるのが、つぶれた半円のような形のコンクリートの塊です。

住宅街の一角に突然戦跡が。太鼓橋のようにも見える

1941年（昭和16年）から1945年（昭和20年）まで、首都防衛の拠点だった陸軍・調布飛行場。戦争末期には、鹿児島県の知覧基地への中継点として、特攻隊の訓練も行われていました。

掩体壕（えんたいごう）とは敵軍の空襲から戦闘機を守る施設です。1944年（昭和19年）、アメリカ軍の本土空襲の激化に伴い、残り少ない貴重な飛行機を空襲から守り隠しておくために、調布飛行場の周囲には約60基の掩体壕がつくられました。建設には、陸軍と建設業者が中心となり、地元住民や中学生も作業に駆り出され、わずか3ヵ月で完成させました。

終戦後、多くの掩体壕は取り壊され、現存するのは三鷹市の都立武蔵野公園に2基、府中市内に2基が残るのみです。白糸台の掩体壕は、旧所有者が繰り返し補修をおこなってきたことから、当時のままの姿で現存しています。2006年には府中市の公有化が決定されました。

掩体壕の前には、きれいに整備されたテニスコート程の大きさの広場。その端にはまだ小さな広島の被爆樹木・二世のアオギリが根を張っていました。

戦争の記憶と平和の尊さをいまに伝える大切な戦跡です。

戦跡DATA
旧陸軍調布飛行場白糸台掩体壕
府中市白糸台２－１７
西武線「白糸台駅」徒歩約7分
京王線「武蔵野台駅」徒歩約10分

「自己責任論」を乗り越えて

シリーズ・一職場一事例

経済的に困難な人を「手遅れ」にさせないために

新連載 ワタシのイチ事例⑤

窓口業務をしていると、保険料を払えないために保険に未加入、保険証を持っていても生活が厳しくて窓口での支払いが困難な方が多くみられます。

68歳の石田正さん（仮名）は、昨年の11月上旬、窓口での支払いが困難なことから、無料低額診療の相談をされました。

こうした場合、医事課では医療ソーシャルワーカー（MSW）と連携します。石田さんは40歳で正社員を辞め、60歳まで転職を繰り返していました。当クリニックを受診する少し前に同居人と別れ、独居で年金暮らしです。

「他人の税金を使いたくない」

受診後、肺に水が溜まっていると診断され、医師から生活保護の申請と緊急入院を勧められました。しかし「他人の税金を使うことに抵抗がある」と、石田さんは生活保護申請を拒否。1週間考えた末に立川相互病院に入院したものの、生活保護の利用にはまだ抵抗がある様子でした。そのため医師やMSW、医事課職員が入院中に働きかけ、ようやく石田さんは生活保護申請をすることに。退院当日に生活保護申請をする体制ができました。

退院後、石田さんに電話で生活状況をお聞きすると、食事を十分に摂っておらず、生活保護の認定が下りるか不安でいっぱいでいると言います。医事課ではこの状況を共有し、飲食物の差し入れと生活状況を伺うためにお宅を訪問しました。

石田さんは長年ホテルの接客業の仕事をしていたため、とても紳士的で部屋はよく整理されていました。一方で、エレベーターがない市営住宅の4階で移動がたいへん、窓の立てつけが悪く室内が寒い、冷蔵庫が故障していて食器棚になっているなど、訪問しなければ分からない問題も見つかりました。

石田さんは訪問した職員に、「これから他の病院で心臓の手術をしなくてはいけない。生活保護の利用ができて本当に良かった」と話してくれました。

人を殺す自己責任論

全日本民医連が2017年におこなった「経済的事由による手遅れ死亡事例調査」では、1年間に63人もの命が失われたと報告しています。生活保護バッシングをはじめとする自己責任論が「人を殺している」現実があります。

職場として、石田さんの事例のような対応をしていくとともに、医療など社会保障の拡充が求められています。**【立川相互ふれあいクリニック医事課・西田剛士】**

激写人　撮影 井上 榮

健生会ふれあい相互病院　今月の人

医事課課長　河内 拓己

入職13年目です。2016年12月、健生会ふれあい相互病院開院時に医事課所属になりました。規模の小さな病院ですが、入院・外来・透析・往診と、医事課として考えられるほとんどすべての業務に対応する職場です。忙しい毎日ですが、親切・ていねいを心がけています。９条改憲反対の3000万署名に職場全体でとりくみ、職場目標を達成しました。

忙しいけれど、親切・ていねい、憲法９条改悪反対

職員ボランティアが受診につきそい

第21回 被爆者健診

健診に付き添い、話を伺う

健生会は5月20日、立川相互ふれあいクリニックで被爆者健診を開催しました。被爆者や被爆2世の方、50人が受診しました。被爆者健診実行委員会が中心となり、職員70人がボランティアスタッフとして参加しました。被爆者健診は今回21回目。職員らは受診に訪れた人たちを案内し、被爆体験の聞き取りや生活の中で困ったことや悩みを聞き取りました。

いずみCafé憲法⑩

今なお続く沖縄の苦悩

沖縄と連帯し基地のない日本実現へ

三多摩法律事務所　山口 真美（なおみ） 弁護士

6月23日は「沖縄慰霊の日」です。1945年6月23日に沖縄戦の組織的戦闘が終結したことにちなんで定められました。沖縄戦では一般住民約10万人を含む約20万人の尊い命が奪われ、沖縄の人々の財産や文化財、自然もことごとく破壊されました。

終戦後も沖縄の苦悩は続いています。1952年4月28日はサンフランシスコ講和条約によって日本が国際社会に復帰した日ですが、同条約第3条によって沖縄は日本から切り離され、米国の統治下に置かれました。米国の統治下では、日本国憲法は適用されず、人権侵害が横行し、銃剣とブルドーザーによる強制接収で米軍基地が拡大されました。1972年5月15日、沖縄は日本復帰を果たしましたが、今も在日米軍基地の70％以上が沖縄にあり、沖縄県民は米軍機による騒音に日常的に苦しめられており、米兵による凶悪な犯罪や事故は後を絶ちません。さらに、高江ヘリパッドや辺野古新基地建設が強行されています。

今なお沖縄の苦悩が続くのは、サンフランシスコ講和条約と同時に結ばれた日米安保条約が原因です。安保条約では、アメリカが必要だといえば、いつでも日本のどこにでも米軍基地を置くことができるとされ（6条、全土基地方式）、日本の軍備増強が義務づけられ（3条）、日米共同の軍事作戦が認められています（5条）。その上、地位協定や密約によって日本での米兵の犯罪のほとんどを事実上日本で裁くことができません。

憲法の前文は「全世界の国民が、ひとしく恐怖と欠乏から免れ、平和のうちに生存する権利を有する」としていますが、沖縄では平和的生存権が侵害され、憲法の保障する平和、人権、民主主義、地方自治が踏みにじられています。

辺野古新基地建設反対をはじめとする沖縄のたたかいは、まさに憲法を実現するたたかいです。沖縄の人々と連帯し、基地のない日本、9条が輝き、誰もが安心して暮らせる社会を実現させましょう。

健生会にしき訪問看護ステーションが移転しました

新住所：〒190-0022 東京都立川市錦町1－16－15
健生会ふれあい相互病院１階
※電話・ファックス番号は変わりません

学習と運動で身体も心もスッキリ

糖尿病患者会「相互会」

糖尿病患者会「相互会」は4月14日、2018年度定期総会を開催しました。役員・会員11人、職員7人が集まり、来賓として心友会から2人が参加しました。

総会では前年度の活動報告・会計報告がおこなわれ、新年度の活動計画・予算について話し合い。調理実習や秋の旅行計画について意見を出し合いました。課題だった会員拡大は、新たに5人を迎えることができました。昼食はカロリーコントロール弁当を摂り、食前食後に血糖測定も実施しました。

午後は理学療法士の長谷部さんを講師に、「糖尿病の運動療法～自分に適した運動・活動とは」をテーマに学習と運動をしました。ストレッチなどを実践してみて、日常生活の中に意識的に運動を取り入れていくことを学びました。新年度も会員拡大に取り組みながら、楽しくためになる相互会として活動していきます。役員・事務局もがんばります。

【立川相互ふれあいクリニック医事課・北野暁美】

ストレッチで体をのばす

みんなで病気と向き合う　患者会だより

やればやるほど身体に効く
ラジオ体操第１・第２

教えて★聞かせて　みんなの健康法・15

相互歯科の訪問歯科診療部門、地域口腔保健センターでは、毎朝全員でラジオ体操第一と第二をおこなっています。松澤広高歯科医師は、「訪問診療で運転するので事故防止のために、３年くらい前から始めました。治療上も身体を使うことが多いから、朝みんなで身体を作ってから出かけます」「第１、第２を力いっぱいやると汗をかきます。きちんとやればやるほど身体に効きますね」と。

「口の体操、おしゃべりも合わせてやってます」と吉村三奈歯科衛生士。朝の身体と気持ちに効くラジオ体操です。

力いっぱいラジオ体操

パラ競技　ボッチャで楽しく運動

リハビリ患者会「たけのこ会」

リハビリ患者会「たけのこ会」は4月14日、春の集いを開き、会員さんとご家族21人が参加しました。

受付をすませ健康チェック。血圧・血管年齢・骨密度を測り、リハビリ医の山田智医師を講師に「脳卒中の後遺症」について学びました。ふだん疑問に思っている事などたくさん質問が出され、山田医師はていねいに答えていました。昼食はおいしいお弁当とお団子、そして会員さんの手作り豚汁。この豚汁が絶品で、おかわりがなくなるほどでした。

午後はパラリンピックの競技でもある「ボッチャ」というゲームを楽しみました。優勝チームは豪華商品をゲットしました。【ふれあい相互病院・佐取佳奈作業療法士】

みんなで記念撮影

読者の声

一日も早く家で夫婦で生活したい

ワタシのイチ事例③

「夫婦で支えあい自宅で生きたい」、多くの人がそう思っていると思います。我が家も夫が大腿骨骨折で入院7か月目。転院2回で3つめの病院に入院中で、まだ立ったり歩いたりがうまくできません。パーキンソン病などの病気を持っていることもあり、体重も骨折時から10kg以上減り、46kgです。一日も早く、家で、夫婦で生活できる日を待っています。【あきる野市・名無しの権兵衛さん】

痛々しい戦争の傷痕にびっくり

てくてく三多摩戦跡ウォーク②の記事にびっくり。町の中に痛々しい戦争の傷痕が残っているとは知りませんでした。戦争開始年生まれの私、複雑な心境でした。記事の場所はぜひ文化財として後世に残したいですね。今も世界各地で戦いが続いています。人間の愚かさはなくならないのでしょうか?【日野市・M・Aさん】

タイトルに納得

クロスワードの下に健康教室の記事が。よくないとわかっていてもやってしまっている生活習慣、あるある、今も夕食後にプリンとコーヒーでまったり。寝るのもつい遅くなりがち。でも今日はプールで泳いだからいいか(笑)。タイトル『できそうなことを見つけて心も身体も健康に』、納得!【八王子市・Y・Yさん】

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、立川相互病院をはじめ健生会の病院・診療所の医療活動を財政面でご支援いただく資金です。立川相互病院は２０１６年12月、立川駅北口に開設しました。これまでどおり『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。健生会は、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』等、医療や介護・福祉で困ったときのパートナーです。この事業を成功させるため、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⑲

気づきにくい梅雨時期の熱中症
上手な水分補給を

軽い運動や半身浴で汗をかき、暑さに対応できる身体に

福島早織・保健師

6月の東京といえば梅雨入りの季節ですね。梅雨の時期から気をつけていただきたいのは熱中症です。夏は汗をたくさんかくので、熱中症になりやすいというイメージがあるかと思いますが、梅雨の時期でも気がつかないうちに熱中症を引き起こしてしまうことがあります。今の時期は湿度が高いため汗が蒸発しにくく、身体に熱がこもりやすくなっています。またまだ身体が暑さに慣れていないため、体温調節をする準備が不十分となっているのも熱中症を引き起こす原因の一つです。特に梅雨の晴れ間や梅雨明けの時期は要注意です。

こまめな水分補給で熱中症予防

この時期の熱中症対策で大切なのは、こまめな水分補給です。人は身体の60%が水分でできています。身体の6%の水分を失うと頭痛や体温の上昇などの脱水症状が現れます。強い喉の渇きを感じるころには、すでに2%の水分が失われています。そのため、喉が渇いたと感じる前に、こまめな水分摂取が大切になります。人は寝ているときでもコップ1杯の汗をかいていますので、就寝前と起床時にそれぞれ1杯、お風呂に入る前にも1杯水を飲むようにしましょう。また、出かけるときには常に飲み物を持って行き、いつでも水分補給ができるようにしておきましょう。目標は1日に1・5リットルの水分摂取ですが、医師に水分の制限を言われている場合は、主治医の先生の指示に従うようにしてください。また、大量に汗をかいたときには塩飴や経口補水液などで、塩分も併せて補給するようにしましょう。

本格的に暑くなる前に、早めに暑さに対応できる身体にしておくのも大切なポイントの一つです。

そのためには、軽い運動や半身浴で汗をかくようにしましょう。晴れた日はちょっと遠回りして帰る、いつもより大股早歩きを意識してみるなど、ちょっとしたことから始めて、ぜひ汗をかくという機会を増やすようにしてみましょう。

梅雨の時期からしっかり熱中症対策をとり、元気に梅雨を乗り切りましょう。

6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。

立川相互病院

〒190-8578　立川市緑町4-1　TEL042-525-2585　救急指定病院　産婦人科は予約優先　＊印は妊婦健診　眼科は予約制。
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

	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 平林	佐藤(不妊・予) 小島		＊平林 佐藤 長坂			＊張 佐藤 池田			＊島袋 長坂 小島	エコー外来 (輪番・予)		＊小島 島袋 張	産後検診 (輪番・予)		輪番	
眼科	大久保	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			山田秀			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)									安部(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	栗田 李(予)	西村(14:00～)		李			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	水野		赤間	森		木戸	藤井		安田行①②③⑤	
	菊山	澁谷		藤井②④	安田肇		宮城	赤間		小泉豪②④	山田智②④		戸張(皮)	池邊		赤間④	
					曽田		小川	山田智		山田智②④							
										新山①③							

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。　内科専門外来と外科外来は予約制です。
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	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
		一般	恩田	原田		松井	福田		櫻井	南條		藤井	赤間		浅井宏	信太		広瀬①
			池邊			曽田	安東		藤井	神田		高	福田②		菊山	浅井宏		赤間③
									赤間				西田		杉田			奥泉②④
		予約	(内)安川	(内)斉藤行②④		(内)木戸	(内)新津(14:00～)	(呼)阿部英	(内)豊原	(内)豊原		(内)山田正	(内)松田	(内)曽田②④	(内)大谷	(内)大谷		(内)斉藤行①③
			(内)藤井	(内)恩田		(呼)唐沢	(呼)阿部英	(消)橋本	(呼・禁)土屋香	(消)田中達		(内)小泉豪①③	(内)小林重②④	(内)大谷①③	(呼外)木村文	(呼)草島①③		(呼)粂①
			(呼)土屋香	(呼)草島		(呼)阿部英	(塵肺)草島②	(腎)小泉博	(消)松井	(神)鈴木健		(呼)草島	(内)安川②④	(内)福田②	(消)松井	(神)久保田		(呼)草島②
			(消)関川	(リウ)片岡		(呼)山田秀	(消)野澤	(腎)大石	(消)谷口①③	(神)濱田雅		(呼)阿部英	(呼)土屋香	(呼)草島	(腎)大石	(神)志知②④		(呼)丹内③
			(腎)小川			(呼)草島	(腎)小泉博		(消)佐藤悠②④			(消)橋本	(腎)鈴木創	(呼)阿部英	(神)志知			(呼)佐藤亮③
						(腎)小泉博			(リウ)知念					(呼)土屋香				
									(神)濱田雅					(消)松井				
	耳鼻咽喉科		日高			浦中			鳥居			星野			新橋			(輪番)
3階	内科	予約	(循)新藤②④	(糖・代)樫山		(内)新井隆	(循)井上友		(循)田村①③	(循)小畑幸②④		(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	(循)田村①		(糖・代)樫山	(循)戸田慧	(糖・代)寺師	(糖・代)寺師	(糖・代)宮城		(糖・代)津村⑤除く
			(糖・代)樫山	(糖・代)山崎		(糖・代)寺師			(糖・代)樫山⑤除く	(糖・代)樫山⑤除く		(糖・代)新井敦	(循)岡部	(糖・代)樫山	(糖・代)新井敦			(糖・代)宮城①
			(甲内代)住友②	(糖・代)青柳①③		(糖・代)樫山②除く			(糖・代)寺師	(糖・代)青柳		(糖・代)角南			(糖・代)宮城			
				(リハ)山田智					(糖・代)角南						(糖・代)山崎			
4階	外科	一般	中本			若田			高橋雅	(予)高橋雅		新堰		髙橋雅	一沢			土曜の外科はありません
						中島拓						児嶋			戸田匠			
															蜂須賀			
		乳腺外来	(予)五月女			(予)新堰			(予)新堰						(予)一沢			
	皮膚科		戸張	尾立		長尾	尾立		林	林		澤田	澤田	(予)尾立	尾立	尾立		(予)尾立⑤除く
			津島綾	戸張		尾立	戸張		宋	菅原		林	林		林・卜部	林		(予)澤田①⑤ (予)星野雄③ (予)戸張②④⑤
	整形外科		日野出			山田浩			松谷①③⑤	伊佐治		江口	(予)江口		向山			伊佐治
						向山			浅井秀②④									高橋晃
			丸山			宇川			丸山			平野史			[担当医](10:00～)			
			牛尾(10:00～)						黒木			鳥山			増澤			
5階	健康管理センター		安田行			安川			石戸			石戸			石戸			竹山

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			アレルギー	相談	アレルギー	
	ワクチン外来	○	○	○	○	○	○
午後	一般外来				○	○	
	専門外来	乳児健診 予防接種　アレルギー おしっこ外来	乳児健診 予防接種	乳児健診 予防接種　アレルギー 代謝①③⑤	循環器 思春期	アレルギー 思春期	
	ワクチン外来	○	○	○	○	○	
夜間	一般外来				○		
	専門外来				アレルギー①②④		
	ワクチン外来				○		

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	藍沢 (外)蜂須賀 (予)渡辺	山田①③ 田村②④ 井出(呼・予) 安西	安西 (成・予)渡辺	櫻井 長谷川② (予)田村②④	安西①② 渡辺④ 小林④ 代診③⑤
		訪問診療			訪問診療	
午後	(整形)黒木②④		(糖・予)山崎 (予)田村②	(予)安田 (予)渡辺	(予)長谷川②④	
	訪問診療		訪問診療	訪問診療	訪問診療	

※4月より午後は予約・専門外来のみになりました。ご了承ください。

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	蜂須賀(内) 金子(内)	青柳(内) 菅野(内)①②④ 五十嵐(内)③	大石(内) 宮本(内)	小林(内) 金子(内) エコー検査	赤間(内) 奥野(内)	菅野(内)②③④⑤ 代診(内)①
午後		廣瀬 (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)③⑤ 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 竹下	小泉豪 吉本 エコー検査	小泉豪	石尾 栄養相談④	古谷 福地①③	古谷①③⑤ 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)検査は毎週火曜午前に受診できます(予約制)。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。 ※国分寺市民健診が5月から始まっています。早めの受診をおすすめしています。

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

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)①③ 木嶋 井上②④	小林 江夏 樫山(糖)②	木嶋 寺本 江夏	村田 輪番	木嶋 岡野	井上②④ 木村① 春木②⑤ 服部①④ 輪番③⑤
午後		飯塚(物忘れ予約)	木嶋 奥野(小児)*①②③ 中村(小児)*④		木嶋 岡野	
	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①③ 井上② 小林④		井上①③ 長谷川②④ 小林⑤	

＊透析診療（予約制）　昼間透析月～土　準夜透析月・水・金
＊水午後 小児科　14:30～15:00 病児 / 15:00～16:30 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	宮地	寺師 宮地	安田 宮地	比嘉①③ 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	
夜間					赤羽	

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　夜間16:30～19:00
〒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	高橋 藤林美	児嶋(整形) 浅谷	喜連川 小畑(～11:00)	藤林和②④ 岩本	児嶋(整形) 金澤	小畑①③ 小泉②④輪番④⑤
	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	
午後	浅谷 藤林美 ①③	日野	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	
夜間					寺本	

※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。 ※三多摩健康友の会にぜひご入会を

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	蜂須賀 山口(～10:00)	鎌尾 輪番	木村①⑤ 小林②③④
午後	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	訪問診療	

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	◎	◎	◎	◎	◎	◎	9:00～13:00
午後	◎	◎		◎	◎	◎	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、どの事業所でも受け付けています。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

にしき（立川南部）	TEL 042-522-3621 FAX 042-522-3683	東中神（昭島）	TEL 042-546-2919 FAX 042-546-2973
さかえ（立川北部）	TEL 042-537-3441 FAX 042-537-3468	緑が丘（武蔵村山）	TEL 042-563-2133 FAX 042-562-8098
しんまち（府中）	TEL 042-336-0600 FAX 042-336-0603	ひのだい（日野）	TEL 042-582-7110 FAX 042-582-7118
日吉町（国分寺）	TEL 042-573-6599 FAX 042-573-6998	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