

健康のいずみ

2023
9
No.597

今号のおもな記事

- 2面…原水禁世界大会の参加レポート
- 3面…そうは言っても（最終回）…暮らしの健康教室 VDT 対策
- 4面…私の本棚「だるまさんが」

社会医療法人社団健生会・広報紙
 発行●広報委員会
 〒190-0022 東京都立川市錦町1-23-25
 電話 (042)523-2375 F A X (042)528-2860
 URL:https://www.t-kenseikai.jp/
 E-mail:izumi@t-kenseikai.jp
 2023年9月5日 No.597



補聴器を手に「立川市の反応に少しずつ手応えを感じています」と話す戸井田さん。市内の図書館にも、補聴器に関する本が増えてきたという。

日本では高齢者の補聴器の使用率は15%

自治体への働きかけへ
今、全国的には自

自治体による補聴器の助成制度が広がって

17の区が購入費用の一部補助や現物支給

「立川生活と健康を守る会」では一昨年10月から、立川市に補聴器の助成を求め

ご自分の補聴器の使用経験をもとに、立川市へ補聴器購入の助成制度の導入を求める運動に取り組む戸井田春子さん（87歳）。老後も幸せに生きるためには、補聴器を誰もが適正に使える社会になってほしい—その思いを聞きました。

補聴器は買うもの、使いこなすのかもしれないで、眼鏡とは訳が違ふということを感じました。その後、使い方が良くなかったのか壊

補聴器と上手に使えていますか？

「聞こえること」が当たり前な生活に



補聴器を買って
はみたけれど…

表 東京都で補聴器購入費助成制度を実施している自治体（2023年8月現在）

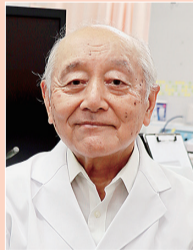
• 東京23区のうち、17自治体
• 三多摩30市町村のうち、4自治体
【助成の金額、対象年齢】
府中市……4万円、65歳以上
三鷹市……4万円、18歳以上
日野市……3.5万円、65歳以上
小金井市*…3万円、65歳以上

*：小金井市は、10/2より受付開始

今から9年前、78歳の頃に、ある会で発言者の声が聞き取りにくくなっていくことを自覚し、補聴器を使うことを決めました。最初の補聴器は、立川市内の補聴器専門店で購入し、約43万円（両耳分）。何度もお店に行き、検査をして調整を重ね、たかさんの説明を聞いて…補聴器は買うもの、使いこなすのかもしれないで、眼鏡とは訳が違ふということを感じました。その後、使い方が良くなかったのか壊

海外では多くは30%超と言われています。日本では補聴器の高価さも要因となり、必要の人が使用できていないことを表している数字だと思えます。高齢者の生活の質を保つためにも、補聴器購入を経済的に支えてくれる制度が必要だと考えました。

耳鼻咽喉科医からのアドバイス！



神崎 仁 医師 (耳鼻咽喉科医、ふれあいクリニック難聴外来担当)

難聴外来にはどのような症状の方が受診されますか？

自分自身で「聞こえづらさ」を自覚することはなかなか難しく、周囲の人から指摘を受けて受診する人がほとんどです。是非、ご自身の「聞こえづらさ」を知るために、下記のチェックポイントを試してみてください。

「聞こえづらさ」のチェックポイント

- ▶ 2人以上の会話ではよく聞き取れず、聞き返すことが多い
- ▶ 車の中での会話が聞き取れないことがある
- ▶ 数人で話しているとき聞き分けられないので、あいまいに相づちを打つことがある
- ▶ 周りの人がはっきりと話していないような気がする
- ▶ テレビやラジオの音量が大きいと注意されたことがある
- ▶ 窓口で自分の名前を呼ばれても気づかないことが多い
- ▶ 買い物やレストランで若い従業員の早口がわからない

これらのうち一つでも当てはまれば、耳鼻咽喉科を受診してください。

難聴と認知症は、どう関係しているのでしょうか？

「聞こえない」という状態をそのままにしておくと、脳に音刺激

(情報)が伝わらないために、記憶、認知力などが低下してしまう場合があります。2017年の医学誌に、認知症のリスクのうち、一番インパクトのある要因が「難聴」であるという論文が発表されました。認知症になる率は、軽度の難聴ではそうでない人に比べて2倍、中等度の難聴で3倍になるとされています。「難聴」が疑われる場合には、認知症を予防する意味でも耳鼻咽喉科への受診をお勧めします。

自分に合った補聴器を手に入れるためのアドバイスをお願いします

あなたの難聴に補聴器が必要なかを相談するには、地元の「補聴器相談医」への受診をお勧めします（日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会のホームページ参照）。

補聴器は購入したら終わりではなく、常に調整を重ねていく必要があります。補聴器相談医から補聴器を適切に調整する技術者である「認定補聴器技能者」のいる販売店を紹介してもらいます。定期的に耳鼻咽喉科または相談医に通いながら、自分に合った補聴器にしていくイメージです。

また集音器は、簡単な老眼鏡と同じで医師は関与せず、その人の聴力をもっとも生かすように調整されているかどうかわかりません。その多くは自分で音のボリュームを調整するのみなので満足度は低いことが多いです。ただ、安価なので買ってしまいがちです。注意が必要です。

補聴器使用者の満足度は、海外での約80%に対して、日本は約20%と極端に低いのです。これは多くの場合、補聴器の適正な使用や調整ができていない現状ゆえと考えられます。

開始から5カ月経ったマイナ保険証。毎日500人近い患者さんが来院するふれあいクリニックの受付職員に聞くと「マイナ保険証の利用は最初から少なく、増えてもいません。1回は使っても次から従来の保険証に戻る方が多いです。個人情報からみればトラブルへの不安や扱いの面倒臭さが原因のようです」と利用しやすい制度ならば利用が増えるはずだが、多くの人がそれをやめて従来の保険証に戻っている現実。これは「誰のための制度なのか」と疑問に思っていたところ最近、経済界の本音がニュースになりました。「従来の保険証」廃止の納期は守って下さい。そう、この制度推進の本質はより良い医療のためではなく、ビッグマネーとビッグデータを狙う企業の利益のためだと納得しました。保険証を廃止した場合の不安や混乱は二次的なものでしょうか？「健康保険証なくさないで」の署名が始まりました。世論の力でその声を大きくしていきますよ。(W)



第3話

痛みを伴わず、 それでいて正確な撮影を

内藤 昭人 (立川相互病院放射線科)

令和5年2月某日、上司よりこの原稿を依頼される。私には文才は無いし、こういうのは苦手ですと言ったのですが結局書くことになりました。読みにくいと思いますがご容赦ください。

当院では救急対応を行っているので転倒等による骨折疑いの患者様がお見えになります。もちろん骨折の疑われる部位のX線写真を撮影することになります。X線撮影は部位により決められた体位があり、その体位で撮影することにより正確な診断がしやすくなります。しかし正しい診断のためとはいえ痛い箇所をあれこれ動かすのですから患者様にとってはたまったものではありません。患者様によっては大きな声を出す方、拝みだす方までいらっしゃいます。それでも、正しい診断ができれば少しでも早い治療ができ、それが患者様のためだと思い、心を鬼にして撮影していました。

しかし、画像診断の進歩はすさまじく、現在では骨折のある方、疑われる方、X線撮影ではわかりにくいものはCT検査を行います。CT検査を行うと目的部位の立体画像を作成することができます。この立体画像によりX線撮影ではわかりにくい骨折もほとんどの場合、一目瞭然で診断が可能です。

こうなると、あまりにも痛い思いをさせてまで正確な体位で撮影する必要があるのか、骨折がわかる画像ならばよいのではないか、しかしやはり正確な体位のほうがX線画像としてはわかりやすい、などの葛藤を抱えながら日々の撮影を行っています。

現在は痛がる患者様は「できるだけ」痛くないように動いていただき、「できるだけ」正確な体位での撮影を心掛けています。

放射線技師 がゆく



「1面からつづく」
能性が高く、費用も高額になります。将来的には、補聴器が保険適用となることを望んでいます。

私は去年から、ふれあいクリニックの難聴外来に通院しています。「聞こえづらさ」を感じて9年あまりの中で、ようやく医療機関とつながりました。聞こえづらさを感じ始めた当時、それを医療機関に相談することは

思い浮かびませんでした。おそらく多くの人がそうではないでしょうか。補聴器を検討しているならば、まず医療機関に相談することをお勧めします。

「聞こえづらさ」は孤立を生み、認知症の大きな要因になることもわかってきました。老後も幸せに生きるために、補聴器を誰もが使えるという世の中になってほしい。その人らしく生きるための、土台となるツールであると思います。

※ふれあいクリニックの難聴外来は予約制です。

世界中からの 平和への願いに、胸が震える

8月7〜8日、台風が迫り来る中、長崎県で開催された原水爆禁止世界大会に参加してきました。



各事業所で制作した折鶴を、参加者全員で平和公園に奉納しました。

こんなにもたくさんいるのだと胸が震えたのを今でも鮮明に思い出します。総会では昨今のウクライナ・ロシアの戦争の話が多い一方、核保有国はロシアを責めるばかりで自国の保有については棚上げしているのが現実と知り、核廃絶への道のりの長さを感じました。だからこそ、唯一の被爆国である日本が核兵器禁止条約へ参加・批准することが必要

だと思えます。核廃絶へ世界の流れを変え、導くことができると国だと思えるからです。毎年この大会を通じて平和への願いを訴え続けることの重要性を学びました。私自身も、今回の経験を伝え、平和の輪を広げ、共に声を上げる仲間を増やしたいと思えました。

分科会では、「原発ゼロを目指して」に参加しました。人々の健康を守る立場として、さまざまな健康被害や人々の生活を破壊した原発事故には以前から興味がありました。核のゴミ処理問題や古い既存の原発の稼働の延長を許可するなど問題は山積していることがわかりました。再生可能エネルギーなど今後学びを継続していきたいです。

【立川相互病院研修
医・仲谷美憂】

【連載】

に関するエトセトラ

薬 Q&A



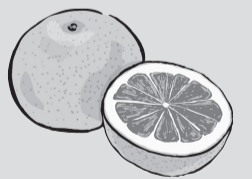
Q7 薬局で薬を受け取った際、グレープフルーツジュースと飲み合わせが悪いので飲まないように指導されました。柑橘系の果物は全部食べないほうがよいでしょうか？



答える人 鹿目 小百合 (立川相互病院薬剤部)

グレープフルーツの果実やジュースには「フラノクマリン」という成分が含まれています。このフラノクマリンが小腸で薬を分解する酵素を働かなくすることで、体の中の薬の濃度が高まり、副作用や中毒につながる恐れがあります。このフラノクマリンの作用は、わずかコップ1杯のグレープフルーツジュースを飲んだだけで起きてしまいます。また、薬を分解する酵素が再び動くようになるまでには3〜4日ほどかかります。

こうした作用を持つのはグレープフルーツだけではありません。スイーティー、ザボン（ブタンやパンペイユなど）、ダイダイなどにもフラノクマリン類が含まれているため、これらも食べないようにしましょう。ただし、温州ミカンやデコポン、スイートオレンジ、ゆずなどフラノクマリン類がほとんど含まれない柑橘類は食べても問題ありません。

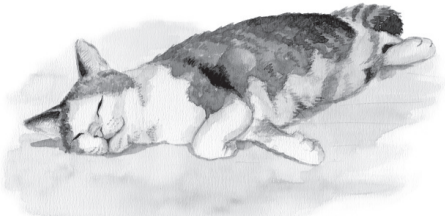


▶グレープフルーツジュースと飲み合わせが良くない薬とは

代表的なのは高血圧の治療で使用されるカルシウム拮抗薬という種類の薬です。これらの薬を服用中にグレープフルーツを食べたり、ジュースを飲むことで薬の作用が強まり、低血圧で倒れてしまったという事例もあります。他にも一部の脂血症の薬や、睡眠薬、免疫抑制薬などの薬が該当します。

▶飲み合わせが心配な時には薬剤師に相談を

薬や食べ物、サプリメントの飲み合わせが気になる時には薬剤師に相談してください。また、薬同士の飲み合わせの確認にはお薬手帳の活用が大切です。別の病院からもらっている薬との飲み合わせが良くない場合もありますので、お薬手帳は病院ごとに分けるのではなく、一冊にまとめておきましょう。新しく薬が追加になった場合には薬剤師にお薬手帳を見せることで、飲み合わせを確認することができます。



[連載]

立川相互病院の風景

風景

第41回 日本の変落 ～諸悪の根源=小選挙区制～

投票率が下がり続けます。20歳代は、わずか30%台。

長年、庶民が希求し、ようやく勝ちとった選挙権なのに。

曰く「選挙なんか行ってもどうせ何も変わらない」

実に、実に、その通り。

選挙に行っても何

も変わらないので

どうせ、自民党が

圧勝するのです。

それは、なぜか。

小選挙区制だから。

1994年、リク

ルート事件を契機

に、「金権政治を転

換するために「大政

党制に誘導する」と

コジツケて、衆議院

に小選挙区制が導入

されました。

それまでは中選挙

区制で、一選挙区あ

たり、3～5人の定

数でしたから、第3

党、第4党にも当選

%、C党20%の支持

率だとすると、小選

挙区ではA党の候補

者ばかりが当選しま

す。B党+C党50%

の国民の意見は無視

されます。

少数意見への配慮

と称して比例制が併

用されていますが、

20%の支持率をもつ

C党は小選挙区では

議席を望めません

から、せいぜい半分

の議席。逆に40%

の支持率のA党は

70%の議席。C党支

持の国民の意向は不

しないのか(それど

ころか最終的に導入

に道をひらいたの

は、サル未満の土井

たか子) 考えたら、

「こいつら、これを

口実に社会党を終わ

りにして衣を替えた

がっているな」と思

い当たった。大当た

り。

忘れてならないの

は、マスコミもぞぞ

とて政治改革!!小選

挙区制をおおったこ

と。リベラルといわ

れる筑紫哲也、久米

宏だつてA級戦犯。

暮らしの健康教室 78

見えにくさ、頭痛やめまいなどの症状が出る場合があります。また長時間同じ姿勢での作業は、首や肩、腰などの痛み、キーボードやマウス、タッチ画面などの操作による指や腕の痛みを生じさせる場合もあります。

9月28日はパソコン記念日です。1日の中で、パソコンやスマホなどの何らかの機器(VDT)を長時間使用している方は、健康に影響を及ぼす可能性があるため注意が必要で

VDTの長時間使用で起こる症状

画面を長時間見続けたら、目の疲れや渇き、一時的な

長時間の作業には小休止を入れる

このような心身の不調を防ぐために、連続して作業をする

国民の意見を作為なく議席数に反映するのが民主主義。選挙制度で多数党を肥大させ、少数意見を切り捨て、日本の民主主義は死んだ。

政治が緊張を失い、社会がモラルを失った。(頭は良かった) 自民党自体もどんどん劣化して、世襲のバ○殿様たちが支配するようになった。かくして日本は凋落しつつある。

こうなることは、最初から、サルにも予測できました。なのに、どうして不利になる第2党の当時の社会党が反対

コトは、政治家の有利不利ではなく、国民の参政権の問題なのです。

A党40%、B党30

連載

そうは言っても...

ぼくのつれづれ独り言

No. 7 (最終回) 「普通」ってなんだろう

ぼくは「普通」という言葉とは、とても相性が悪い。「普通はしない」と怒られたりもする。いい大人なのでその言葉に食ってかかったりはしないが、その度に「だからなんだろう」と思ってしまふ。普通はしないことだから、してはいけないということならば、この世の中で技術革新なんて生まれえない。宇宙にも行けないし、深海にも潜らない。タタムタルトもペニシリンも生まれなかった。そもそも生まれたときに規定された性別に抗おうなんて人はいないだろう。「〇〇は△△だから□□しない」という説明ならばわかる。でもそういう言い方をしたら、「それなら実は**が使えますぜ」と教えてもらえるかもしれない。「普通は」という言葉はぼくにとって暴力にも等しいものだ。ぼくが「フェミニズム」とか「ジェンダー」という学問分野に興味を持ったのもそれらが「普通」や「当たり前」だという「構造」「概念」に抗うために生まれた学問だと知ったからだ。「普通」や「当たり前」であることよりも自分らしくあるためにはどうしたらいいのか。自分らしくあろうと思えば他の人のその人らしさも尊重しなければならない。そうできる人でありたい、とは思いつけているが、日々修練である。さて、7回も「ぼく」の独り言にお付き合いいただき感謝申し上げます。いつかどこかでうだうだしているJIMUUを見かけたらそっと優しく手を差し伸べていただけますと幸いです。(JIMUU)

VDT(Visual Display Terminal) 対策

パソコンやスマホを健康的に使う習慣を!

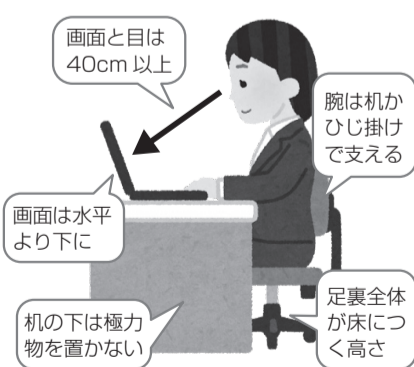
場合は1時間ごとに手を止める時間を作ることが大切です。トイレやお茶を飲むなどの小休止や、他固く閉じてパッと開く、目を上下左右や円を描くように動かすなどの目の体操もお勧めです。

【スマホ使用時の姿勢】



スマホは視線と同じ高さで使用する

【パソコン作業時の姿勢】



画面と目は40cm以上
腕は机かひじ掛けで支える
画面は水平より下に
足裏全体が床につく高さ
机の下は極力物を置かない

作業環境の注意点

室内はまぶしくも暗くもない明るさにし、画面自体もまぶしすぎないようにしましょう。画面の角度や向きを動かせる場合は、光の反射や映り込みがないように調整をします。太陽光が差し込むときは窓にブラインドやカーテンをしましょう。検索画面や入力画面を、黒を基調としたダークモードに変えることもお勧めです。

姿勢が悪いことも身体のコリや痛みにつながります。画面と目の距離は40cm以上離し、画面の高さは上端が目の高さからやや下に、机の下に物は置かず足を動かせる広さを確保しましょう。スマホの場合は、うつむかずに目の高さで見るとよいです。何かと使う機会が増えたパソコン・スマホ等の作業だからこそ、身体の不調を起さない使い方を意識してみてくださいね。

心臓友の会 2023夏の学習会

病気を知り、患者同士が支え合う場



村英俊先生よりお話しされました。学習会後は、田村先生への質問が10名以上からあり、皆熱心に病気について勉強し、自分の身体と付き合う方法を考えました。



立川相互ふれあいクリニック 健康管理センター 保健師

今月の人 さとう まみ 佐藤 麻未

健康管理センターには、健康診断・がん検診を受けに大勢の方がいらっしゃいます。健康診断を受けたら是非、結果をよくご覧くださいね。自分の健康状態や生活を振り返る良い機会です。もしも異常を指摘されたら、病院を受診したり生活習慣を見直したりして、心身共に健康な“人生100年”を志しましょう。センター職員一同、次回の健診時も元気にお会いできることを楽しみにしています。



撮影 羽田邦雄

健康保険証の存続のための署名にご協力ください！

▶政府は今、「マイナ保険証」を推進し、2024年度に従来の健康保険証を廃止する方針を打ち出しています。これは事実上のマイナンバーカードの取得の義務化であり、国民皆保険の理念に逆行します。▶健生会は、健康保険証の廃止に反対します。各事業所で、「健康保険証廃止の中止を求める署名」に取り組んでいます。是非、ご協力ください。

「請願署名」のチラシです→



心身共に健康な

“人生100年”を



【健】 立川に誕生 生会はなぜ 【府中市M・Mさん】 ナーはスペイン国籍で、外資系企業で日本勤務。娘達も事実婚ですが、福利厚生等の制度は法律婚と同等と聞いています。

読者の声

【そ】 うは言っても「健生会」の意見に拍手です！ 民主的な職場でも制度導入は難しいのかもしれないですが、今の世の中やはり見直しが必要かも。私の娘（40代）のパートナーはスペイン国籍で、外資系企業で日本勤務。娘達も事実婚ですが、福利厚生等の制度は法律婚と同等と聞いています。

9月

「したのか？」は、良い内容でした。榎崎さんの「歴史を消したような意識が働く」と、歴史の痕跡を示す標識はなくなってしまう」との指摘が心に刺さります。今後の企画に、診療所

開設（1951年）に関わった人々の活動を取り上げてみてはどうか。【立川市H・Hさん】 FAS外来を受診して、気持ちが悪くなりました。今後もP

自分でも協力できることがあればやっていきます。【立川市Y・Oさん】

心にフルつときた一枚



フルつというより、ソクッでした。【国立市K・Nさん】



連載

私の本棚

紹介者 田中 幸子（立川相互病院すこやか保育園・保育士）



だるまんが かがくいひろし 作 ブロンズ新社 ￥935（税込） 刊行：2008年1月

柔らかそうな丸くて赤いかたまりが、伸びたり縮んだり、転んだり。おまけに「ぶっ」とまでする。だるまんという名前を知らない小さな子どもでも、惹きつけられているのがその反応を見ただけでわかります。呼びかけるような言葉のリズムも声に出してみれば独特な「間」を作ってくれて、誰が読んでも笑ってしまうのです。

赤ちゃんの絵本は、擬音だったり、生き物がニコニコしていたりする内容のものが多い中、このお話は違います。「だ、る、ま、さ、ん、が」から続く、だるまさんの動きがコミカルでとても可愛い。リズムカルで読みやすいです。さらに、ユーモラスもある中で、どこまでも優しさを感じる表情と動きの愛らしさ。だるまんが転ぶだけではない、という意外性。自然とスキンシップを取りながら読んでしまいます。

楽しい気持ちにさせてくれる絵を見ながら言葉の響きを聞けるのが、魅力ではないでしょうか。他に「が・の・と」のシリーズがある、保育園の子どもたちが大好きな1冊です。

総合病院 立川相互病院

受付時間：午前 8:30～11:00/午後 12:30～15:30 (土曜 8:30～11:00)
〒190-8578 立川市緑町4-1 総合受付 TEL 0570-052585 (ナビダイヤル)
(電話予約) 平日9:00～17:00/土曜9:00～12:00
救急指定病院/産婦人科、眼科は予約優先です。

立川相互病院 検索

Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土) and times (午前, 午後). Rows include 産婦人科, 眼科, 紹介外来内科, 脳神経外科, 肩関節・スポーツ紹介外来.

※新型コロナウイルス感染症対策のため、一部外来業務縮小を行っております。ご理解とご協力をお願い申し上げます。
業務再開時期につきましては、当院のホームページにてご報告させていただきます。

立川相互ふれあいクリニック

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～金8:30～17:00/土8:30～12:00
〒190-0022 立川市錦町1-23-4 TEL 042-524-1371 夜間外来ではできない検査もあります。内科専門外来、健康管理センターは予約制です。

※ふれあいクリニック健康管理センターは、予約が必要です。

Large table with columns for days of the week and times. Rows include 2階 内科 (初診, 予約), 3階 内科 (予約), 4階 外科 (一般, 乳腺外来), 4階 皮膚科 (整形外科), 5階 健康管理センター (予約制), 訪問診療.

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
TEL 042-525-6555 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))
※毎月第4水曜日の午後は休診となります。

立川 子ども診療所 検索

Table with columns for days of the week and times. Rows include 一般外来, 専門外来, 予防接種, 乳児健診, 訪問診療.

健生会ふれあい相互病院

受付時間：午前8:30～11:00/午後13:00～15:30
〒190-0022 立川市錦町1-16-15 TEL 042-512-8720
(電話予約) 平日9:00～17:00/土曜9:00～12:00

Table with columns for days of the week and times. Rows include 精神科, 泌尿器科, 透析室, 訪問診療.

※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。

9月 外来診療表

医療機関内では、これまでもおマスクの着用をお願いいたします。

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)内分沁・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 お問い合わせください。

あきしま相互病院

(医療療養型病院110床、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

※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。

昭島相互診療所

診療科目：内科 受付時間：午前8:45～12:00/午後13:30～16:00
〒196-0031昭島市福島町908-17
TEL 042-545-2712 FAX 042-545-8825

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 3 rows (午前, 午後, 夜間) showing clinic hours and staff names.

大南ファミリークリニック

診療科目：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)17:00～19:00 〒208-0013 武蔵村山市大南2-1-8
TEL 042-590-0373 FAX 042-590-5700

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 4 rows (午前, 午後, 夜間) showing clinic hours and staff names.

国分寺ひかり診療所

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

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 3 rows (午前, 午後, 夜間) showing clinic hours and staff names.

※特定健診、コロナワクチンなどの予防接種も実施中です。ご予約のお電話をお待ちしております。

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/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

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 3 rows (午前, 午後, 夜間) showing clinic hours and staff names.

*透析診療(予約制)：昼間透析月～土、準夜透析月・水・金

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
〒191-0003日野市日野台4-26-16 TEL 042-581-6175 FAX 042-581-4070

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 3 rows (午前, 午後, 夜間) showing clinic hours and staff names.

府中診療所

診療科目：内科・循環器科・代謝科・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

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 3 rows (午前, 午後, 夜間) showing clinic hours and staff names.

谷保駅前相互診療所

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

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 3 rows (午前, 午後, 夜間) showing clinic hours and staff names.

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

八王子 公立診療所

診療科目：内科・呼吸器内科・糖尿病内科・整形外科
受付時間：午前8:45～12:00/午後14:00～16:30
〒192-0082 八王子市東町2-3八王子公立ビル1階
TEL 042-639-7621 FAX 042-643-1115

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 3 rows (午前, 午後, 夜間) showing clinic hours and staff names.

ながふさ 公立診療所

診療科目：内科・整形外科・小児科
受付時間：午前8:50～12:00/午後13:45～16:30
〒193-0824 八王子市長房町1462-5 TEL 042-664-1005 FAX 042-664-6037

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 3 rows (午前, 午後, 夜間) showing clinic hours and staff names.

多摩みなみクリニック

診療科目：内科・呼吸器内科・整形外科 (予約制)
受付時間：午前8:45～12:00/午後13:30～16:30
〒206-0025 多摩市永山1-7-8 TEL 042-311-4415 FAX 042-389-4044

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 3 rows (午前, 午後, 夜間) showing clinic hours and staff names.

相互歯科

診療科目：歯科・小児歯科・矯正歯科
急患受付時間：午前8:45～12:00/午後13:45～16:30/夜間16:45～19:00
(急患の方はまずはお電話にてご連絡ください)
〒190-0022 立川市錦町1-17-10 TEL 042-525-6480 FAX 042-522-0348

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 3 rows (午前, 午後, 夜間) showing dental clinic hours.

相互歯科地域口腔保健センター訪問診療部(電話080-3384-3575)

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 八王子公立ビル4F
TEL 042-646-8883 FAX 042-646-8805

Table with 7 columns (月, 火, 水, 木, 金, 土) and 3 rows (午前, 午後, 夜間) showing dental clinic hours.

往診(訪問診療)は、診療所・歯科診療所で受け付けています。

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

- List of home nursing stations including 健生会にしき, 健生会東中神, 健生会さかえ, etc.

介護相談・ケアプランの作成

- List of care plan services including 健生会ケアプランセンター昭島, 健生会ケアプランセンター国分寺, etc.

地域包括支援センター

- List of community support centers including 府中市地域包括支援センターしんまち, 国分寺地域包括支援センターひかり

デイサービス

- List of day services including 健生会デイサービスセンターたんぼぼ (八王子)