

八王子・たま健康友の会

電話 042-631-6466

FAX 042-643-1171

hachi-tama@t-kenseikai.jp

八王子・たま健康友の会 検索

健康のひろば

2026年4月15日

No.173(季刊)

発行 「健康のひろば」編集委員会

社会医療法人社団健生会・いきいき福祉会・
エイトライフ・地域保健企画・八王子・たま健康友の会

住み慣れた家で

訪問診療のご紹介

八王子共立診療所(☎042-639-7621)

安心して療養するという選択

「通院がだんだん大変になってきた」「できれば自宅で
過ごしたい」——そんな思いを抱えていませんか

この間、八王子共立診療所に「訪問診療を
お願いできないか」と地域のケアマネジャー
さんから相談があったケースをご紹介します
Aさんは、エレベーターのない5階に住ん
でいます。腰痛で2〜3ヶ月寝たきりの状態
となり、救急車で搬送されましたが、入院
したくないと自宅療養になりました。



八王子共立診療所

八王子共立診療所医師の野口と申します。
現在週3日訪問診療を担当しています。地域
で暮らす患者さんのご自宅を訪ねるたびに、
医療は病気だけを診るものではないと実感し
ます。症状の緩和や治療だけでなく、不安や
迷いにも寄り添いながら、その方が望む時間
を支える伴走者でありたいと考えています。
住み慣れた家で安心して過ごせるよう、これ
からも地域の皆様と共に歩んでいきます。

Aさんは、「八王子共立診療所にお世話に
なりましたが、通院ができな
くなった時のことを考えたことが
なかったんです。自分はまだまだ
大丈夫と。動けなくなって、初め
ていろいろ知りました。担当に
なったケアマネジャーさんが、八
王子共立診療所の訪問診療をす
めてくれて。診療所より定期的
に訪問診療に来て下さり、安心感
がありますよ。よく話を聞いてくだ
さり、心強いです。大事な方がた
です」とおっしゃられています。

訪問診療と往診は どう違うの？

訪問診療とは、通院が難しい方
のご自宅や施設に医師が定期的
に訪問し、診察や処方、健康管理
を行う医療サービスです。自宅に
行かず、往診と同じでは？と思
う方もいると思います。

【2面つづく】

赤駒

GHQ配給のパンと脱脂粉乳で
育てられたころ、「食生活が変え
られる」と恐れていたが、80年後
の今、その言葉が蘇ってくる。

戦争をけしかけ、敗戦したから
仕方ないとやり過ぎていたが、そ
れどころではなくなってきた。

米価高騰！米農家激減！コメは米国から買
えば良い。一体どういうことだ？!

電気産業や自動車産業ばかり育てて来たの
は、今流に言えば「積極財政」の結果だ。儲
からない農業は見捨て、工業生産ばかりに舵
取りした政府と自民党。食品税や社会保険料
を削減するぐらいではおさまらないだろう。

工業は機械の新規導入で生産量を上げ増益
を見込めるが、農業はそうはいかない。最新
の機器を入れても生産量が増えるわけではない。
省力化が可能になる程度のことだ。

アメリカに言われて、あるいは真似をして
儲け本位の工業生産に財政出動すれば、さら
に格差拡大に晒される。しかも、憲法を変え
武器を持ち、軍事国家にして儲けようとい
うのだから、桑原桑原だ。

藤本高士

絵手紙

八王子元八王子町 荒井 千恵子



外来通院から訪問診療へ月2回、野口先生と看護師さんが来てくれます。



訪問診療と往診の違いは、訪問診療は、計画的に訪問する点が特徴で、必要に応じて24時間の連絡・対応体制を整えています。往診は、通院できない患者さんの要請を受けて、医師と看護師がその都度、診療を行う事です。対象となるのは、寝たきりの方だけではありません。認知症で外出が難しい方、がんの治療を自宅で続けたい方、退院後の療養に不安がある方なども利用できます。「急に具合が悪くなったら?」「自宅で十分な医療が受けられるの?」と心配されるご家族も多いですが、病状に応じて点滴や検査、緩和ケアなども行い、必要時は病院と連携します。住み慣れた環境で、ご家族とともに治療方針を考

えられることも大きな安心につながります。八王子共立診療所では、月曜日から金曜日まで訪問診療に行っています。ご本人の暮らしてご家族の安心を支えます。通院が負担となってきたと感じたら、八王子共立診療所に気軽にご相談ください。息子さんから「もうすぐ98歳になるんです。どうなるかわからないけど、良くなったら車椅子で桜をみせてあげたい」と。Bさんは、要介護5で寝たきり。月2回、野口先生と看護師が訪問しています。以前、電話口で「野口先生は、話しやすいし、感謝です。訪問看護、ヘルパー、訪問入浴などの介護サービスが入っていますが、連絡帳があるので、連携もよく心配がないです」と言っていた息子さん。実際に、訪問診療に同行してみても、息子さんの思いと

この家で最後まで

俳句 長房支部

春一番歩けば笑ふ膝頭……ふさこ
白鷺や首を伸ばせば春來たる……十四夫
自画像を少し手直し春うらら……眞智女
太き猫そろりそろりと冬の庭……路子
聖火灯り片や戦火の冬の空……世津
青空に黒龍の如く梅の枝……彩雲
春の雨誰が歌ふやもつと降り……隆一

Bさんの状況をみながら、野口先生が病状や今後の見通しを丁寧に説明されており、在宅療養は「家族も含めたチーム医療」だと感じました。

(八王子共立診療所 米山事務次長)

一般的な訪問診療の流れと費用

利用相談 → 事前相談 → 利用契約
→ 初回訪問 → 定期的な訪問

診療の費用は、医療保険の負担割合(1~3割)や訪問回数により異なりますが、一般的な目安は、月2回の訪問で1割負担なら約6,000円~8,000円、3割負担なら約18,000円~24,000円程度です。

介護保険が適用される場合(居宅療養管理指導など)は、別途介護保険の自己負担も発生します。

訪問診療

- 八王子共立診療所 ☎042 - 639 - 7621
お気軽にお問い合わせください
- ながふさ共立診療所 ☎042 - 664 - 1005
火・金曜日の午前中に行っています
- 多摩みなみクリニック ☎042 - 311 - 4415
希望があれば相談に応じます

家族の健康守ろう!! 健康診査のご案内

「元気に自分らしく暮らし続けるため、のチェックです」

【健康診査の期間】多摩市は5月~、八王子市は6月~
どちらも2027年1月31日までです。

八王子共立診療所、ながふさ共立診療所、多摩みなみクリニックで市民健診を行っています。市から送られてきた受診券と保険証をお持ちください。

○受付時間、予約有無、がん検診など 詳しくは、下記までお問い合わせください。

- 八王子共立診療所 042 - 639 - 7621
- ながふさ共立診療所 042 - 664 - 1005
- 多摩みなみクリニック 042 - 311 - 4415

- ・「引っ越してきたばかり」
- ・「一度も受けたことがないけど、今年を受けてみたい」など

お問合せ先

- ・八王子にお住まいの方
八王子市成人健診課 042 - 620 - 7428
- ・多摩市にお住まいの方
多摩市健康推進課 042 - 376 - 9139





俳句の会

第1火曜日 10時～12時 診療所2階
ながふさ共立診療所 ☎042-664-1005



歩こう快

年4～5回 ☎042-664-1005



朗読の会

第4金曜日14時～
多摩みなみクリニック3階
☎042-337-6787
友の会多摩支部



農業クラブ

定例作業日(木、土の
午前10時～12時)
川口町(榎木バス停下)



桑の実会(糖尿病の会)

第3水曜日10時～12時
場所 共立ビル6階なんでもサロン
☎042-639-7634 友の会八王子支部

見学参加
大歓迎

友の会サークルととにかく楽しい！
年をわすれてしまおう！
からだもあたまもスッキリ
みんなとつながる！



ポールウォーキング



第2第4木曜日10時～11時30分
船森公園⇒浅川河原⇒船森公園
☎042-639-7634 友の会八王子支部



さんじゅの会

第3第4木曜日14時～16時
共立ビル6階
☎042-639-7634
友の会八王子支部



写真サークル 撮影会



西部カラオケサークル 歌広場



ハイキングクラブ

毎月(8月、12月除く)
例会1000円

例会(合評) 共立ビル6階

第2月曜日12時45分

長房
042-673-4330

ミニミニ健康講座

第二弾 開催



2月4日、診療所会議室で「すっきり習慣と大切な『お便り』の話」と題して看護師長の相澤

美里さんが講演しました。

講演の内容は、配られたパンフレットにお年寄りにも分かり易く絵解きで書かれています。便秘には「毎朝食後（便意が無くても）トイレに行く」「右側の腰骨とへその中間をぐうっと押して腸を刺激するとよい」が印象に残りました。

参加者は8人でしたが、お話のあと体験談などを楽しく語り合いました。

次回
ミニミニ健康講座
5月28日(木)10:00~
診療所2階 講師 松田文子所長

今年も落語やります

4月17日
長房支部
総会



長房ふれあい館 14:00~

2/28 子安市民センターで健康チェック

八王子
042-639-7634



麗らかなお天気に恵まれ、18人の方が参加され、ゆったりとチェックを受けられました。看護師からの結果説明も友の会コーナーも介護相談もじっくりお話ができ、お1人の方が友の会に入会されました。お帰りの際は友の会会員さん手づくりの折り紙コースターをプレゼント。参加された方は市民センター前でお声がけや電話でのお誘いで、皆さん初めての参加とのこと。お知らせのチラシをもっと広くお届けすればよかったという反省を次回に生かし、年1回、定期的に健康チェックをやりたいと思います。

支部のとりくみ

1/27
健康
サロン

西部
042-621-7450

ハ競技「競馬」をたのしみました。



幸運を願う「七福神」ってどんな神様？お正月の行事としても知られる七福神巡りのいわれやご利益などについて話し合ってみました。そもそも神様なのか仏様なのか？私のご利益など話が弾みました。そのあと、お宝運び、魚釣りなど「コウレイ・リ

東京の *下町散歩*

多摩
042-337-6787

一気に春の陽気になった2月23日（祝）、総勢7人（初参加1人）で行って来ました。まわりに高層マンションが林立する中に、昔の面影を残す佃島。通りには佃煮を煮るいいにおいが漂っていました。それぞれ気に入った佃煮を買い、住吉神社にお参りしてから、月島もんじゃ通りで待望のもんじゃ焼き+ビールで昼食。2時間近くもおしゃべりをして、締めアイスクリューも食べて、みなさん大満腹。

少し歩いて勝鬃橋の名残を見てきました。大開発で古い町並みが消えていく中、何となくほっこりするひと時を過ごしました。



月島、佃島を訪ねて

2/13 手配りごくろうさん会

西部支部は31人の協力で96%を手配りしています。この日は12人の参加で配達之苦労話や会員さんとの楽しいつながりなど出しました。そのあと数字や漢字などのゲームで頭



を鍛え、手作りのおみくじを読み合わせしました。今年の運勢は金運もよく恋にもめぐまれるなど、楽しいひとときを過ごしました。

「鷹化して鳩となる」先日、そんな幻想的な春の季語を教えてくださいました。Tさんは80代男性。アルツハイマー型認知症で通院していましたが、肺炎で入院し衰弱して食事が摂れなくなりました。病院では自分の状況が理解できずに危険な行動をとってしまい身体拘束をされることに見かねたご家族が「最期は家で看取りたい」と自宅へ連れ帰り、月に2回の訪問診療が開始となりました。

それから1年。栄養剤を処方するだけの治療ですが、Tさんは徐々に活気を取り戻し、庭を散歩するまでに回復しました。いつも診察する和室の掛け軸にはTさんの達筆で俳句がしたためられ、妻のAさんの水彩画が色を添えています。記憶障害が進んだTさんですが、診察のたびに嬉しそうに俳句の解説をしてくれます。「穏やかな春が来ると、おつかない鷹もやさしい鳩に変わ身してしまうという中国の季語なんだよ」。医師として、人間として、Tさんから教わることは多いです。

さて、国会ではOTC類似薬や高額療養費制度をめぐり医療費の患者負担を増やすことばかり議論され、患者さんたちを取り巻く状況は穏やかな春とはいかないようです。季節の移り変わりを待っているだけでは、この国の鷹は鳩にはならないでしょう。何かを守るためには、声をあげることが必要です。

コラム 共立の樹



八王子共立診療所 所長 奥野 開斗