# おおみや・かもがわ ネットワークニュース

医療生協さいたま
10月号第108号
2026年10月1日発行



## 災害に備えよう！

いつ起こるかわからない自然災害に備えることは、日々の生活の中でとても大切なことです。特に持病をお持ちの方にとって、薬の管理は命を守るための重要な備えとなります。

まず、お薬手帳は家族みんながすぐにわかる場所に置いておきましょう。避難時に持ち出せれば、避難先での診療や服薬がスムーズになります。また、常用薬の予備は最低2週間分を確保してください。古いお薬から順に使用する「ローリングストック」を実践することで、常に新鮮な薬を備蓄できます。定期的に在庫を確認し、足りなくなったら早めに医師や薬剤師に相談するようにしましょう。

こうした小さな準備が、災害時の不安を大きく軽減してくれます。



## 防災プチ情報

- 感震ブレーカーの設置が推奨されています。地震による火災リスクを減らす有効な対策です。
- 懐中電灯、ラジオ、保存食などの防災用品を準備し、家族で保管場所を共有しておきましょう。
- 防災用品は定期的に中身を確認し、消費期限や電池切れがないか見直すことが大切です。




### 「予防接種・健康診断のご予約を検討されている方へ」

窓口・お電話でのご予約は、午前中は大変混み合うため、午後14:00以降が比較的お待たせせずご案内が可能です。

**お願い** 新型コロナウイルス感染症等の感染予防のため、必ずご自宅で事前に検温を行い、マスク着用の上ご来院ください。また、体調が悪い場合や発熱等の風邪症状がある場合は、事前にご連絡下さい。当日に予約外で受診を希望される方も事前にご連絡下さい。

**おおみや診療所**
〒331-0047 さいたま市西区指扇1100−2
048-624-0238
おおみや診療所のホームページはこちら
https://www.oomiya.info/

**おおみやケアセンター** 048-620-2236
〒331-0047 さいたま市西区指扇1070
https://www.mcp-saitama-kaigo.com/office/omiya/index.php

**ケアセンターかもがわ** 048-778-5030・5035
〒362-0076 上尾市弁財1−6−1 第2ふじみハイツ1F
https://www.mcp-saitama-kaigo.com/office/kamogawa/

## おおみや診療所10月スケジュール

| | | | |
|---|---|---|---|
| 13日 | 9:00～11:00 グリーンボランティア | 17日 | 12:00～13:00 フードパントリー（食品・食材の無料配布会） |
| 26日 | 10:00～12:00 健診ボランティア | 26日 | 14:00～16:00 無料法律相談会（事前予約制） |

## クリーンUP ウォーキングのお知らせ



◆日　　時：10月19日（月）14：30集合
◆集合場所：おおみや診療所　※雨天中止とします。
◆持 ち 物：飲み物（ゴミをつかむトング、軍手などがありましたらご持参ください）
◆申し込み：10月14日（水）までにご連絡ください。

**ご参加お待ちしております!!**

## 無料法律相談会のお知らせ
### どんなことでも構いませんお気軽にご相談下さい

◆日　時：10月26日（月）14：00～16：00
※事前予約必要（前週の木曜日に予約締切）
◆場　所：おおみや診療所 外来
◆担当弁護士：松苗　弘幸（埼玉中央法律事務所）
※お一人 30 分程度の予約。同一案件のご相談は初回のみとし、以後は埼玉中央法律事務所へ直接、ご相談頂きますようお願い致します。

担当：おおみや診療所　まちづくりコーディネーター　上村

## 訪問診療のご案内

対象となる方
：通院が困難でご自宅での療養を希望される方

訪問できる範囲
：おおむね4キロ、20 分の範囲

訪問時間
：平日の午後
※土・日・祝日を除く

詳しくはお問い合わせ下さい

## 個別送迎のご案内
ご自宅までお迎えに伺います。

①お体が不自由な方、ご高齢で一人で通院が困難な方。
②送迎範囲は、おおむね4キロ、20分の範囲です。
③お迎え時間 午前10時00分～11時30分
※詳しくは職員にお尋ねください。



## ホームページから、発熱外来・インフルエンザの予防接種予約ができます！

こちらからどうぞ

## 虹の箱から

今月の投書はありませんでした。

引き続き、ご意見・ご要望等ありましたらご記入下さい。

## 無料健康相談・無料低額診療相談などお気軽になんでもご相談ください。

担当：おおみや診療所 看護長 三ツ木

## 【10月】おおみや診療所 診療体制案内

★マークは女性医師・栄養士です

| 曜　日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前(8:30～11:30) | 山田<br>新井★ | 山田<br>吉川 | 折茂<br>陣内★ | 山田<br>岡村 | 山田<br>渡邊 | 内科担当医<br>(輪番) |
| 午後(14:30～16:00) | | | 内科担当医 | 山田 | 平田 | |
| 夜間(17:00～19:30) | | 山田<br>(第2・3・4)<br>内科担当医<br>(第1) | | | 平田 | |
| 胃カメラ(午前) | | | 高橋★ | 高橋★ | 佐々木★ | 担当医<br>(第3) |
| 訪問診療 | 新井★ | 吉川 | 陣内★ | 岡村 | | |
| 栄養相談 | 杉江★<br>(第1・3) | | | | | |

**小児予防接種**
●ジフテリア・破傷風（混合）第2期
●日本脳炎 第2期　●HPV（9 価）

**予防接種**
●帯状疱疹　●肺炎球菌

事前予約制　1週間前までに電話にて予約をお願いします。

**休診情報**
●10月28 日　折茂医師（代診あり）

※医師体制の都合により休診の場合もありますのでご確認下さい。

**禁煙外来**　実施しています。

## 交通アクセス

**おおみや診療所・おおみやケアセンター**
JR大宮駅西口4番バス停より「西遊馬」行き、もしくは「川越グリーンパーク」行きに乗車し約20分、「新屋敷」バス停下車徒歩3分。

**ケアセンター かもがわ**
JR上尾駅西口より「西上尾第一団地」行きもしくは「西上尾車庫」行きに乗車し約10分、「柏座下」バス停下車徒歩2分