医療生協さいたま

おおみや・かもがわ ネットワークニュース

11月号第109号
2026年11月1日発行

健診は、未来の健康を守る第一歩

忙しい毎日を過ごしていると、「特に症状がないから大丈夫」と考え、健診を後回しにしてしまいがちです。しかし、生活習慣病の多くは、初期には自覚症状がほとんどありません。血圧、血糖、コレステロール、肝機能などの数値を定期的に確認することで、病気の早期発見や予防につなげることができます。

健診では、身体測定や血圧測定、血液検査、尿検査、胸部エックス線検査などを行います。年齢や性別、加入している健康保険によって受けられる項目は異なりますが、自治体や職場から案内が届いたら、内容を確認して早めに予約しましょう。受診前は、検査内容に応じて食事や飲酒を控える必要がある場合もあります。案内書をよく読み、薬を服用している人は、事前に医療機関へ相談してください。

健診は、受けて終わりではありません。結果に「要再検査」「要精密検査」「要治療」と記載されていた場合は、自覚症状がなくても医療機関を受診することが大切です。また、異常がなかった場合も、現在の生活習慣を見直すきっかけにしましょう。適度な運動、バランスのよい食事、十分な睡眠、禁煙など、できることから始めることが健康維持につながります。

自分自身と家族の安心のために、年に一度は健診を受け、結果を健康づくりに役立てましょう。



おおみや診療所でも健診予約できます。詳しくは、ホームページへ

こちらからどうぞ

「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11月スケジュール

10日 9:00～11:00 グリーンボランティア
健診ボランティアはお休みです。

16日 14:00～16:00 無料法律相談会（事前予約制）

21日 12:00～13:00 フードパントリー（食品・食材の無料配布会）

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：11月16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：上原 瑞樹（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

個別送迎のご案内



ご自宅までお迎えに伺います。

詳しくは職員にお尋ねください。

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

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。

看護師による無料健康相談はいつでも受け付けております。「最近もの忘れが増えた」「血圧が高くて不安」などお気軽にご相談下さい。また「身体がつらいけどお金がなくて病院にいけない」そんな方は無料低額診療の相談もお受けします。他に介護に関する相談もどうぞ。ケアマネジャーや介護士も対応します。まずはお電話でご相談下さい。午前の電話対応は難しいこともあるため、午後の方が比較的ゆっくりとお話しできます。



担当：おおみや診療所 看護長 三ツ木

虹の箱から

<いただいたご意見>
検査だけではなく、治療についてきちんと説明して欲しいです。薬を渡せば、それで終わりでしょうか？ 生活上の問題点など

<回答>
虹の箱に投書いただきありがとうございます。患者様に不快な思いをさせてしまい申し訳ありませんでした。検査・治療・お薬についての疑問などがございましたら、近くのスタッフにお声をかけていただけると助かります。ご面倒をおかけしますが、よろしくお願い致します。

引き続き、ご意見・ご要望等ありましたらご記入下さい。

【11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 新井★	山田 吉川	折茂 陣内★	山田 岡村	山田 渡邊	内科担当医(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(第2・3・4) 内科担当医(第1)			平田	
胃カメラ(午前)			高橋★	高橋★	佐々木★	担当医(第3)
訪問診療	新井★	吉川	陣内★	岡村		
栄養相談	杉江★(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
休診情報はありません。

※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