



月刊 強い体

松江保健生協の現況 (6月末日現在)

組合員 32,302人
出資金高 1,632,350,000円
平均出資金額 50,534円
機関紙手配り協力員数 1,864人
手配り配布数 12,003部

8月号

2024年8月1日
No.599

松江保健生活協同組合

発行「強い体」編集委員会 〒690-8552 松江市西津田 8-8-10
(地域担当課) TEL.0852-27-3774 FAX.0852-32-9371

ホームページ
<https://www.matsue-hew.jp/>
スマートフォン用サイトは[こちらから](#)→



みんなの居場所 生協のサロンに来てみませんか～

出かける つながる あんしんを結ぶ

「支部名」「サロン名」「内容」を紹介しています。

サロンは気軽に集まれる交流の場・仲間づくりの場です。「そこにいるとホツとする。自分の居場所がある」お問い合わせ
松江保健生協には19支部に20か所のサロンがあります。お近くのサロンにぜひお越しください。



西川津支部
おんばらとサロン
研修医健康講座



東川津支部
いけいけサロン
骨盤体操・膝腰と嚥下体操



菅田学園支部
にここにこサロン
健康講座・膝・腰が元気に
なりますように♪



城北支部
石橋健康サロン
フレードバンクバザー



法吉支部
サロンスマイル
寄せ植え



八束支部
牡丹サロン
ゴキブリ団子づくり



千鶴支部
海辺のサロン
高濱理事長健康講座



古志原支部
はっぴいサロン
おっくんライブ



古志原西支部
よらこいサロン
健康マージャン



防災学習会
八幡大門支部
げんきサロン



東まつばら支部
キラキラサロン
そば打ち体験



雜賀支部
にっこりサロン
比嘉先生健康講座



大東支部
健康サロン
マジックショー



海潮支部
ゆけむりサロン
大成功！紙コップタワー



忌部支部
ななかもどサロン
ふすま紙でエコバッグづくり



揖斐東支部
いずみサロン
バイロン北野マジックショー

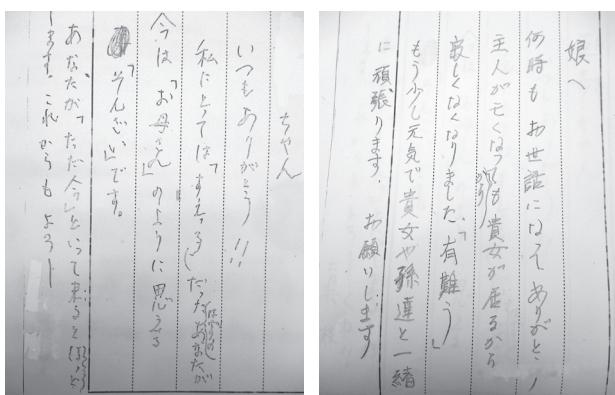


揖斐西支部
いぶやサロン
リハビリ科健康講座



伯太支部
あつたかサロン
すこしおレシピ調理＆試食会

みんなはひとりのために。



思いがあふれる ご家族への手紙

サービス
松崎美奈子

（生協ふれあいデイ
サービス）

デイサービスでは食事や入浴、体操やセラピストによる個別訓練のほか日々レクリエーションも行っています。折り紙などで皆さんと一緒に季節の壁画・個人での作品つくりやゲームなどで毎日沢山のおしゃべりや笑い声がフロアに広がっています。

先日は「家族への手紙」と称してご家族へお手紙を書いてもらいました。「なん書く？」恥ずかしいわ」「よく書かんけど書くなら『かかあ』しかおらんわ」

まらない、字が下手で：と下書きを繰り返され2年越しでやっと完成、投函していると信じています。そしてその方が「私も目標ができました。もう」と綺麗な字でまた手紙を出したいです。」

み重ねられるような取り組みや活動をしていきたいです。今後もご家族と共に笑顔や思い出が積み重ねられるようになります。これから一緒に活動を楽しんでいます。



掲示板のチェック



生協病院利用委員さん

この季節、これを食べらんといけんわね
やっぱり美味しいわ～！

時代から大ファンであることを知り、ファンレターを書いてもらいました。胸がいっぱいになり文章がまとまりました。字が下手で：と下書きを繰り返され2年越しでやっと完成、投函しています。きっとW投手に届いていると信じています。そしてその方が「私も目標ができました。もう」と綺麗な字でまた手紙を出したいです。」

利用者様、職員ともどもフラメンコは初体験で力強い足音やリズミカルなカステネット音に魅了されつなげなしの30分間でした。最後には、利用者様はタンバリ

と皆さんそれぞれ思いを綴られました。ご家族からも涙がでました。などお礼の言葉をいただきとても嬉しかったです。

ある日の生協ふれあい デイサービス

生協ふれあい
デイサービス



だより

介護医療院
虹

フランソ

アイレ・デ・エスペランサさん、お越しいただきました！

参加し会場が一体となつて終わりとなりました。

想も頂き、久しぶりの開催で楽しんでいただけたご様子でした。（虹デイサービス）

短期入居（1ヶ月～4ヶ月）もできます。たんす、ベッド、テレビ付きです。気軽に相談してください。

松江
生協病院

院内ラウンドの様子

院所利用委員会では「組合員と職員が、明るくかかりやすい病院になるよう活動を行っています」毎月第一水曜日に委員会を開催しています。その活動の一環として、6月5日病院内のラウンドを行いました。



ポーズもバッチリ決まりました



会場のみなさんを魅了しました

高齢者住宅(ふらここ なないろ)

空き部屋情報

松江市佐草町にある
「ふらここ住宅」「なないろ住宅」の
7月1日現在の空き部屋数

ふらここ 住宅 7室 **なないろ 住宅 4室**

気軽に見学にきてください。

介護医療院 虹 池田真由美

TEL(0852)24-1212 FAX(0852)27-0087

なないろ住宅より

9月半ばくらいまで暑い日は続きます。おうちでなかなか温度調節が難しいという方、暑い時期だけでも快適なテレビ付きです。気軽に相談してください。

ふらここ 住宅 オープン！（2日間限定）

笹巻きの季節、皆様にこの季節を味わっていただくために、住宅職員一丸となり、笹巻きを巻きまくりました。笹巻きと目の前で豆を挽いたコーヒー、煎茶でおもてなし。100円玉を握りしめて来ていただきました。食堂はコーヒーと笹の良い香りが広がりました。

「何年ぶりに食べたわ！」昔は何百本も巻いて配つたものだわ」と昔を懐かしんでいました。いただきました。急遽、訪問に来られていたケアマネさんを捕まえて手伝つても

いたしました。コロナも落ち着いてきたことですし、これからは季節のレクリエーションを開催していくこうと思います。

（ふらここ住宅 池田真由美）

高瀬理事長



眞木院長



6月22日(土)に第79回通常総代会が開催されました。

議案報告では、引き続きコロナ感染拡大のなかで事業への影響が大きく経営では1億2千万円を超えるマイナス経常剰余となつたものの、健康チャレンジやサロンへの参加など本来の医療生協運動が再開され、健康づくり、つながりづくりで大きな成果を残すことができたとの報告がありました。

総代からは、ウォーキング企画でつながりが広がり運営委員が増えた、移動式のサロンを開催し、多くの参加に広がった、SDGs学習会を受

けて3年目となつた中海岸清掃の取り組み、フードバンク応援バザーとして品物の持ち寄りや豆腐、野菜販売を行い2万円を超える募金が集まつた、保険証を廃止しマイナンバーカードとする動きに反対していこうなど、議案書を補強、補足する発言を多くいただきました。また、理事補充では2名の提案が承認されました。

第1回理事会では引き続き、高瀬理事が新専務理事として選任されました。

松江保健生協 第79回通常総代会が開催されました

6/22

今年度からあつたか元気便の対象校が24校となりました。利用者増加の中で年間20トン(玄米ベース)で必要となることが見込まれ、お米確保の目処がたっていません。

お米は精米・玄米どちらでも大丈夫です。

「お米=合運動」に皆様の温かいお力添えをお願いいたします。



松江保健生活協同組合
〒690-8552
松江市西津田8-8-10地域担当課
☎0852-27-3774

緊急 フードバンク お米SOS!

夏休み便(8月)の
お米の確保の目処が
たっていません

* お米を確保するための支援活動を行っています。



すこしお レシピ大募集

松江保健生協は「すこしお生活=すこしの塩分ですこやかな生活」を進めています。

応募された方にはもれなくプレゼントをご用意しております。あなたの素敵なレシピお待ちしています。

松江保健生協 健康づくり委員会

住所: 〒690-8552 松江市西津田8-8-10

電話: 0852-27-3774 担当: 清水 E-mail: sosiki@aioros.ocn.ne.jp

応募内容

応募期間

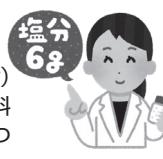
2024年 8月1日～11月30日

テーマ

缶詰・レトルト・冷凍食品を使ったすこしおレシピ(1食1人前2g以下)

応募方法

- どなたでもご応募できます。名前・住所・連絡先をご記入下さい。
- レシピ集を作製しますので4人前の材料(g)と所要時間の記載をお願いします。また料理の写真を添付下さい。使用調味料についても量を記載ください。
- お申込は郵送・メールまたは支部運営委員さんへお寄せ下さい。



パッキングボランティア募集中!

就学援助世帯等へ食品を届ける夏休み支援の作業を行います。夏休み支援のパッキング作業は下記日程のとおりです。みなさまのご協力をお願いいたします。

8月

いきいきプラザ 体育館	8月19日(月)	①14:00～ ②16:00～ ③18:00～
	8月20日(火)	18:00～
	8月21(水)	18:00～

手渡しボランティア募集中!

8月22日(木)

JA津田	品物仕分け	10:00～11:30 12:00～13:00
	手渡し	16:00～18:30
	品物仕分け	15:00～16:00

大庭公民館	手渡し	16:00～18:30
	品物仕分け	15:00～16:00
	手渡し	16:00～18:30

大輪子どもハウス	品物仕分け	15:00～16:00
	手渡し	16:00～18:30
	手渡し	16:00～18:30

*県営大輪団地(大輪町420-40)は、島根県赤十字血液センター北側。

*申し込み者多数の場合、人数の調整をさせて頂くこともあります。

ご了承ください。当日は必ずマスク着用です。熱・頭痛・咳・のどの痛みのある方及び濃厚接触者の方は参加をご遠慮下さい。上履き・水分の準備をしてお出かけください。

食品募集!

フードバンクしまねでは、食品の寄付をお願いしています。
7月までにご提供いただく場合、9月

以降の賞味期限があれば大丈夫です。(お菓子、調味料、缶詰、インスタント食品、レトルト食品、飲料など)、生鮮食品や酒類は不可です。



〒690-0017 松江市西津田3-5-16
JAL島根津田支店2階 地域つながりセンター内
特定非営利活動法人フードバンクしまね
「あつたか元気便」事務局
☎0852-67-7350 FAX0852-67-7351
E-mail attakagenkibin@gmail.com
ホームページ https://foodbankshimane.com

問い合わせ・申込先

登録は下記をご参考にお願いします



LINE友だちの登録方法

- LINEを開き、左下のホームを押す
- 右上のQRコード画像を読み取り、リンク先を開く
- 下に出てくる「友だち追加」を押して登録完了!

お問い合わせ
地域担当課
TEL 0852-27-3774

登録すると コレが見られます!

組合員ってなに?出資金って寄付なの?組合員になるメリットは?そんな疑問にお答えする



松江保健生活協同組合

LINE公式アカウント
はじめました♪

お友達募集中!

情報をいち早く
お届けします



ID
1119nyedjj

アカウント名
「松江保健生活協同組合」

*機種によって表示画面が異なる場合があります。


組合員さんが考案された
2023年度 すこしおしゃレシピの紹介

さば缶の炊き込み

推薦賞の紹介



塩分
(1人分)
0.9g

作り方・ポイント

- ①米は研いで炊飯器の目盛りで仕掛ける
- ②昆布は水にさらさないで2mmぐらいにハサミで切る
- ③さば缶(醤油)は身をほぐし汁ごと使用
- ④人参は荒みじん切りにする
- ⑤ぶなしめじは石づきを取る
- ⑥ごぼうはささがきにする
- ⑦②～⑥を①に1～2時間前に炊飯器に入れて炊く

★炊く前に具材を1～2時間漬け込む事で昆布の旨みと塩の柔らかさが溶け出します

材料(4人分)

- ・米……………360g(2合)
- ・さば缶(醤油味)………1缶
- ・日高昆布……………20g
- ・人参……………1本(70g)
- ・ぶなしめじ……………60g
- ・ごぼう……………少々

おたより& 作品募集

お名前には
フリガナを
つけて下さい

内容 (この中から選べます)

絵手紙やイラスト
俳句、川柳、
写真、手芸など

(季節のものを描かれる場合は、10月のイメージで。)



おたより、作品、クイズの宛先は
〒690-8552 松江市西津田8-8-10
松江保健生協「強い体」おたよりひろば係まで
FAX (0852)32-9371

しめきり 2024年8月31日
(当日消印有効)

- 住所、氏名、電話番号は必ずご記入下さい。
- 匿名希望の方はその旨ご記入いただくか、ペンネームをご記入下さい。尚、クイズの当選者は氏名を掲載させていただきます。
- おたよりや作品が掲載された方には図書カードをプレゼント！
- 身近な出来事、地域やご家庭の話題、ご意見ご感想など、「一言」をそえてご応募下さい。おたよりひろばに掲載させて頂くことがあります。
- 投稿は「強い体」に掲載の上、組合員活動や運営に利用させていただきます。
- 葉書またはFAXにて応募下さい。

❖❖❖❖ おめでとうございます ❖❖❖❖

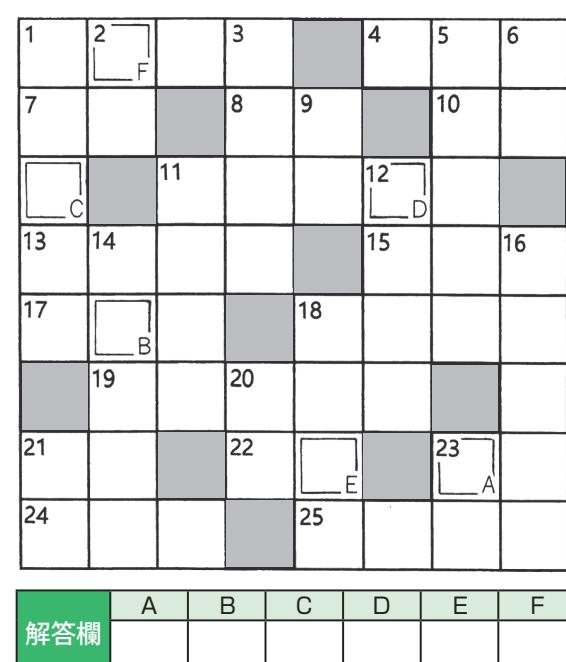
吉門	古浦	木次	金坂	門脇	岡	安部	安達	青戸	秀子	秀子	安達	青木
輝夫さん	直枝さん	輝夫さん	唯さん	賢さん	千佐美さん	千佐美さん	光子さん	真里子さん	智恵子さん	智恵子さん	はづ子さん	ミヨ子さん

日野	福島	引野	原	花咲	野津	能海	中西	永瀬	豊田	重富	富岡
秀香さん	秀香さん	津子さん	ミサ子さん	慶子さん	雄一郎さん	正次さん	護さん	洋子さん	智恵子さん	君代さん	輝孝さん

(同姓同名の場合があります)

256名の方から回答を寄せていただきました。(正解率99%)

●6月号の正解と当選者 (40名・50音順)
正解は「アイアイアガサ」図書カードは毎月10日以降に発送します。



[6月号の解答]
アイアイアガサ

どんどんご応募下さい!

[タテのカギ]

1 パリのセーヌ河畔の広場に
2 立つ塔
3 アメリカの貨幣単位
4 高い金額
5 セミがあちこちでしきりに
6 鳴いています
7 ○○そばの上にノリを
8 めったに無い様子
9 了解。承知すること
10 つりり集めること。
11 かけるとザル
12 めったに無い様子
13 つりり集めること。
14 鳴いています
15 ○○そばの上にノリを
16 ○○○○メーキング
17 ○○○○は宵越しの
18 夏に多い皮膚の出来物
19 恩返しをする鳥
20 桜肉は○○の肉
21 千分の1の単位
22 宇宙から来た“ぢり”
23 新しい時代。
24 ○○○○メーキング
25 ○○心。○○全地帯
26 「時雨」の読み方は?
27 年輪の数と一致します
28 道筋。経路
29 ○○○○ハチ取らず
30 日本銀行で新○○発行
31 雑木。山で○○を刈る
32 温度を下げる
33 首都はフルシャワ
34 装置
35 ○○○○ハチ取らず
36 ○○○○装置
37 高跳びの横木
38 刀をおさめる入れ物
39 ワインは○○○実で
40 つくる果実酒
41 ダンスで速いステップ



クイズ正解者の中から
40人に図書カードを
プレゼント



二重ワクの文字を、A～Fの順に並べて
できる言葉は、なに？

この前からナイロン袋を
持つて歩いてます。ゴミ拾
いをしながらウォーキング。
心も体も気持ちの良い
日の始まりです。



SDGsの ウォーキング

つるぴかさん
毎週土曜日の朝、1時間
ご近所さんとウォーキング
しています。もう4年くら
い続けていますが、た
だ歩くだけでしたが、今更
ですが、それだけではもつ
たいないということになり、
この前からナイロン袋を
持つて歩いてます。ゴミ拾
いをしながらウォーキング。
心も体も気持ちの良い
日の始まりです。

ゆっくり山登り

私は76才ですが60才から
始めた山登りが好きで、最
近は低山ばかりお弁当持参
で頂上で食べる最高です。
百名山も58コ登りました。
これからはゆっくり怪我
しない様に花を見ながら友
達と登ろうと思つてます。
この前からナイロン袋を
持つて歩いてます。ゴミ拾
いをしながらウォーキング。
心も体も気持ちの良い
日の始まりです。

新たな挑戦の巻

私は30代の頃ママさんバ
レーをやっていました。仕
事が終わってから汗を流す
のは、とても気持ち良かつ
たです。7月からオリンピッ
クが始まります。熱い戦い
にワクワクしています！

いつもカツと来る自分があ
りました。いい思い出デス。

読んでるよ

いつも「強い体」を樂し
みに投稿することにしまし
た。毎回、発行するのは大
変だと思いますが、スタッ
フの皆さん頑張つてくださ
い！応援しています。

ホタル来い♪

6月中旬ホタルを見に八
雲町へ家族で出掛けました。
ちょうど時間が遅かったの
ですが、数ヶ所へ移動しな
がら見る事が出来ました。
小さい孫たちは大喜び。初
めて見た子もいて、あそこ
に光つてる、ここにもいると
云う夜道を歩きました。

ホタルは、天気の良い日、
湿度の高い風のない日に、
飛んでくれるそうです。場
所によっては光つてる秒数
が違うそうですよ。

「おたよりひろば」
（10月号）の募集テーマは
❶「秋の夜長の過ごし方」
❷「自由テーマ」
どちらでも応募できます。

ふれあい診療所併設在宅介護サービス

- ・生協のぞみ在宅支援センター ☎0852(55)8460
- ・生協のぞみ訪問看護ステーション ☎0852(25)8917
- ・ふれあいデイサービス ☎0852(31)8014
- ・ふれあいヘルパーステーション ☎0852(26)7608
- ・せいくよう介護・福祉タクシー ☎0852(20)2021

虹グループ

※介護医療院を中心として、デイケア、デイサービス、ヘルパーステーション、居宅支援室を併設しています。
松江市佐草町456-1 ☎0852(24)1212

生協東出雲診療所

※デイサービス・居宅介護支援事業所を併設しています。
松江市東出雲町揖屋1137-1 ☎0852(52)2264

スポートジムが
あります

田村あや子さん

ツジムが多くなっています。
体をきたえる人が増えてる
かな？汗をかいて気持ちが
いいと思います。74才だと
ウォーキング位がちょうど
良いですね。無理せずに!!

ワクワクドキドキ

海賀絹子さん

私が30代の頃ママさんバ
レーをやっていました。仕
事が終わってから汗を流す
のは、とても気持ち良かつ
たです。7月からオリンピッ
クが始まります。熱い戦い
にワクワクしています。

卓球

竹崎
進さん

高校生時代には、卓球部
に所属しており、練習時
打球を卓台から外すと台の
下を潜つての球拾い。その
時の台下での頭ゴツンは、
いつもカツと来る自分があ
りました。いい思い出デス。

想いよ届け

高橋保夫さん

これから梅雨に向かいま
すが、今年はなるたけ降る
量が少ない方が良いです。
今後の生協の発展を祈り
ます。

よーし!!

山崎まるむさん

連休も終わりのんびりし
ていたら、がん検診のおし
らせ。予約しなくちゃ！

スタッフの皆さん ありがとうございます

門脇利美さん

先日人間ドックを受けま
した。結果はともあれ、ス
タッフの皆さんがていねい
に、とても親切に対応して
頂き、緊張がほぐれスムー
ズに受ける事が出来ました。
ありがとうございま

ホタル来い♪

石原満子さん

曲。いい歌ですね。
♪松江大橋唐金擬宝珠
なぜに忘れぬ忘られぬ
桜春雨 相合傘で
君と眺めた嫁が島
まつまつ松江は君を待つ♪
ナスを栽培しています。
ナスの花は花弁の紺色と花
芯の黄色のコントラストがた
まらなくきれいで好きです。

せいくよう学園福祉センター

私はスポーツは何でも好
きです。特に野球が好きで
す。今日この頃はサッカー
が大流行で、若い人、子ど
もは夢中で応援しています
が、中々得点に結びつかず
あきらめが先に来て楽しみ
今一です。

我が家で収穫する頃には安
くなるでしょうが、もぎた
てのキュウリのみずみずし
さと、トマトの香りは最高
級品です！

も、楽しんでもおるようで
す。私の担当は、見守りと
食べる事です。楽しみにし
てちょーよ。

「あいあいがさ」と聞いて
すぐ思い出すのは松江夜
曲。いい歌ですね。
♪松江大橋唐金擬宝珠
なぜに忘れぬ忘られぬ
桜春雨 相合傘で
君と眺めた嫁が島
まつまつ松江は君を待つ♪
ナスを栽培しています。
ナスの花は花弁の紺色と花
芯の黄色のコントラストがた
まらなくきれいで好きです。

小さな孫たちは大喜び。初
めて見た子もいて、あそこ
に光つてる、ここにもいると
云う夜道を歩きました。

ホタルは、天気の良い日、
湿度の高い風のない日に、
飛んでくれるそうです。場
所によっては光つてる秒数
が違うそうですよ。

今月のおたよりテーマ

**おたより
ひろば**



最高級お野菜！

私の担当は…。

感謝です

あいあいがさ

ホタル来い♪

私たちの班（鶴の会）が
誕生した二年前も折り鶴の
紐通しがスタートでした。

『平和な世の中であります
ように、健やかな日々であります
ます様に』折り鶴に託しま
がら折られた二千羽の鶴に
感動です。

メダカのママさん
誕生した二年前も折り鶴の
紐通しがスタートでした。
『平和な世の中であります
ように、健やかな日々であります
ます様に』折り鶴に託しま
がら折られた二千羽の鶴に
感動です。

メダカのママさん
誕生した二年前も折り鶴の
紐通しがスタートでした。
『平和な世の中であります
ように、健やかな日々であります
ます様に』折り鶴に託しま
がら折られた二千羽の鶴に
感動です。

2024年8月

外来診療のごあんない

ふれあい診療所

松江市西津田7-14-21 ふれあい健康センター1~3階

《診療予約専用電話》		※健診の予約は健診センターへ。
ふれあいみれよ		
フリーダイヤル 0120-201304		
平日 8:00~17:00		
第2・4土曜日 8:00~12:00		

都合により、診療体制の変更もありますのでご了承ください。

第1・第3・第5土曜日は、休診です。

- 電話や来院による診療科の予約ができます。新患の方は、ご相談ください。
- 予約済の方は、診療所1階の再来受付機で受付してから各科にお回りください。
- 来院時には診察券をご持参ください。
- 受診時はマスクの着用等の院内感染予防にご協力をお願いいたします。
- 初診時、又は月に一度は必ず「保険証」をお持ちください。
- お問い合わせは☎0852(23)1111までご連絡下さい。
- ホームページ <https://www.matsue-seikyo.jp/> スマートフォン用サイトはこちらから↑

午前診療 ○診療/9:00~ ○受付 予約/8:00~12:00
予約外/8:00~11:00

	月	火	水	木	金	土
消化器内科 新患 予約	福田		大西	大野	数森	
	大野	大数	西森	福田	大西	大西
循環器内科 新患 予約	眞木高	鈴木	大学医師		宮廻	
		山下	宮廻	越山	田下廻	鈴木(第1・3)
内科 新患 予約		大村		眞木薰		
	眞木薰	眞木薰	眞木薰	平(第2のみ) 仲田	眞木薰 仲田	
腎・透析科				大学医師		
脳神経内科		名木田	大田誠 (再診のみ) 大学医師 (第4のみ)	中村	大田誠 (第1・3) (再診のみ)	完全予約制 大田誠(第2) (奇数月)
整形外科	高吉嘉	濱岡本	高嘉	吉岡 榎田(大学)	二宮	二嘉
外科	内佐山	田藤本	内田 横山	橋横山	佐山	藤本山
脳神経外科		美津島		大学医師	美津島	
耳鼻咽喉科	仙田	仙田	仙田	仙田 (第2のみ)	仙田	仙田
泌尿器科	塩野		塩野	塩野	塩野	
放射線科		田中	完全予約制 中村			
皮膚科			完全予約制 池原		完全予約制 池原	
眼科	高梨		藤原			
メンタルヘルス科		完全予約制 富澤				

※脳神経内科:新患対応が可能な日は、火曜日、第4水曜日、木曜日のみとなります。ご了承ください。

※泌尿器科:手術や検査の都合で、受付が早めに終わる場合があります。

※メンタルヘルス科に初めて受診を希望される方は、予約専用電話にお問い合わせ下さい。

※火曜日、木曜日整形の受付は10時まで。

※眼科の受付は10時まで。

生協東出雲診療所

東出雲町揖屋1137-1
☎0852(52)2264

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:00	濱田	千代	仲田 (第1・3)	濱田	吉岡(整形) (第2・4)	濱田 (第2・4)

※月曜日の夕方診療は16:00~17:30です。

※第1、3、5土曜日は休診です。

※デイサービス・居宅介護支援事業所を併設しています。

松江生協歯科クリニック

松江市西津田7-14-21 ふれあい健康センター1階
☎0852(26)0444

予約時間	午前 9:00~12:30 (月~土)
	午後 14:00~16:30 (月~金)
	夜間 17:00~19:00 (月~火)

※予約診療を行っています。予約は電話でもできます。

※痛みがひどいときは、電話でご相談ください。

※土曜日診療は第2、4、5土曜日の午前のみ行っています。

※矯正は第3月曜日で完全予約制です。

都合により、診療体制の変更もありますのでご了承ください。

第1・第3・第5土曜日は、休診です。

- 電話や来院による診療科の予約ができます。新患の方は、ご相談ください。
- 予約済の方は、診療所1階の再来受付機で受付してから各科にお回りください。
- 来院時には診察券をご持参ください。
- 受診時はマスクの着用等の院内感染予防にご協力をお願いいたします。
- 初診時、又は月に一度は必ず「保険証」をお持ちください。
- お問い合わせは☎0852(23)1111までご連絡下さい。
- ホームページ <https://www.matsue-seikyo.jp/> スマートフォン用サイトはこちらから↑



午後診療 ○診療/15:00~ ○受付/14:30~16:30

	月
耳鼻科	仙田

午後診療 完全予約制 ※但し、女性診療科を除く。

	月	火	水	木	金
内科		濱田	眞木力		
循環器		鈴木・越田	眞木高		
不整脈	眞木高(第1・3・5)				
消化器			大西		
呼吸器				大村	
腎・透析科	上田				
脳神経内科		大田誠			
メンタルヘルス科				富澤	

夜間診療 完全予約制 ※但し、女性診療科を除く。

火曜日	脳神経内科	整形外科	内科
-----	-------	------	----

女性診療科 (ふれあい診療所3階)

午前診療 ○診療/10:00~ ○受付 予約/8:00~12:00
予約外/8:00~11:00

月	火	水	木	金	土
戸田	戸田	戸田	戸田	大学医師	戸田

午後診療 ○診療/14:00~(月・火曜日) 13:00(木曜日)

○受付 予約/13:30~15:30(月・火曜日) ※第3月曜日完全予約制
予約外/13:30~15:00(月・火曜日) 13:00~14:30(木曜日)

月	火	水	木
戸田	戸田		河野

夜間診療 火 戸田 ○診療/17:00~ ○受付/16:30~18:00

専門外来のご案内

専門外来	曜日	受付時間
大腸肛門	月	8:00~11:00
ストーマ	第2水・第4水	完全予約制
血管	水	8:00~11:00

総合病院 松江生協病院

松江市西津田8-8-8

☎0852(23)1111

※救急指定病院です。

急患の方は、お申し出ください。24時間体制です。

健診センター

松江市西津田7-14-21 ふれあい健康センター2階

☎0852(22)0843 フリーダイヤル0120-250843

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○		○	○	○	○

※ 健診は予約制で行っています。予約は電話でできます。

予約時間は、午前10:00~12:00、午後1:00~4:00。

※ 土曜日は第2、4の午前のみ行っています。

病気や介護に関する
不安や相談は...

せいかきょうサポートセシター

☎(0852)67-6463