

ご自由にお持ち下さい

新年明けましておめでとうございます。



理事長 兼 副 理事長 兼 佐 孝

新型コロナウイルスの第5波が落ち着いてきたと思いきや、変異型の流行が懸念される状況にあり、まだまだコロナウイルスとの戦いは続くのだと感じています。新型コロナウイルスの流行に伴って人と人との間に物理的な距離を置くこと、つまりソーシャルディスタンスが重要といわれるようになりました。しかしながらソーシャルディスタンスをとることによって、人と人との繋がりが疎遠となりコミュニケーションが希薄になることは、人間の心の健康に良くない状況となります。以前からソーシャルキャピタルが健康づくり活動には重要といわれておりますが、このソーシャルキャピタルとは、人間同士の信頼関係や結びつきを表す概念です。これからの時代は人と人との間の物理的な距離については離すとともに、心理的な距離については積極的に縮めるように努力することが大切だと思います。つまりはソーシャルディスタンスとソーシャルキャピタルの両方に配慮していくことが大切だと思います。

我々クレモナ会と致しましてもソーシャルディスタンスを保ちつつ、地域のソーシャルキャピタルの向上に取り組んで参りたいと存じます。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

皆様、新年明けましておめでとうございます。



院長 石井 賢一

昨年も新型コロナに振り回された1年でした。その中で、職員一同、感染拡大の防止に最大限の注意を払いつつ、地域医療への貢献と県内県外の皆様の健診事業に努めてまいりました。こと健診に関しては、コロナ渦にもかかわらず多くの方々に御受診いただき、感染対策の効果を確認しながら、受け入れ人数を増やす努力もしてまいりました。ここまで職員の感染ゼロ。院内感染・健診先での感染事例も発生しておりません。

新型コロナ感染者の治療はいたしておりませんが、ワクチン接種と、少人数ながら発熱外来を設置することで少しは新型コロナ医療に貢献できたのではないかと自負しております。本年からは院内でのPCR検査を開始し、当日中に陽性者の鑑別ができるようになりました。また3回目のワクチン接種も行う予定です。今後も感染状況等に気を配りながら、丁寧な医療をこころがけてまいります。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。



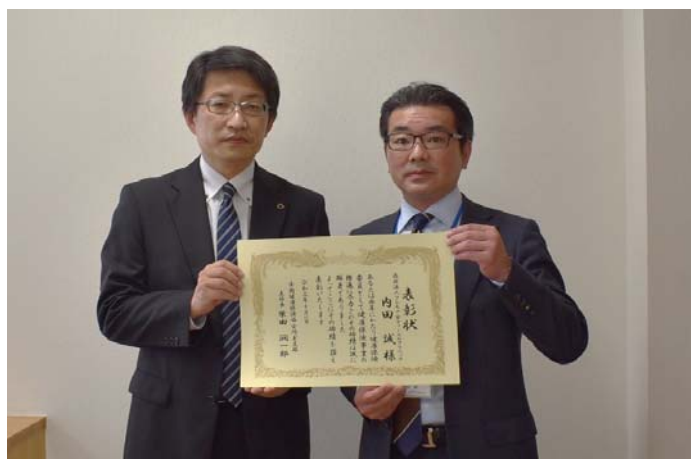
医療法人クレモナ会

ティーエムクリニック

ティーエムクリニック

検索

## 全国健康保険協会埼玉支部様から表彰されました



全国健康保険協会埼玉支部業務部長 大森 雄二 様  
(左)と院内業務部次長 内田 誠(右)

昨年11月、全国健康保険協会埼玉支部業務部長 大森雄二様が当法人にご来訪され、当法人院内業務部次長 内田誠へ表彰状が授与されました。全国健康保険協会埼玉様のサポートを受け、健康保険事業の推進・発展に取り組んでおります。今後も事業主様・加入者様と全国健康保険協会様の距離を縮めるパイプ役として努めて参ります。

## TMCクリーンアップ活動について

地域の医療機関、地域の住民として豊かな地域社会の実現を目指し日々活動をしております。

新型コロナウイルスが流行し、しばらく休止しておりましたが、令和3年10月より清掃活動を再開いたしました。毎月第3木曜日にクリニック周辺の道路や新幹線高架下等の清掃を実施していく予定となっております。



### 高木欣一初代理事長永眠

去る12月5日当法人の創設者の一人で初代理事長の高木欣一が永眠いたしました。95歳でした。

初代理事長は埼玉県衛生部にて県内各地の保健所長を歴任後、結核予防会埼玉支部診療所長を経て当法人を設立し、埼玉県の公衆衛生や予防医学に尽力され平成25年には瑞宝双光章を授与されました。



# 当院スタッフ紹介 その2

## シリーズで当院スタッフを紹介

【健康管理事業部次長（職域保健担当）】 矢嶋 祐一



【星座】 ふたご座

【血液型】 A型

【趣味】 映画鑑賞

【好きな食べ物】 すき焼き

明けましておめでとうございます。いつも当院をご利用いただき、また広報誌をご覧くださいましてありがとうございます。平成22年4月に入職し、前職とは畑違いの医療の世界に飛び込み約10年間、院内部門にて周りのスタッフにも支えられながら医療というものを学びつつ、地域に愛される医療機関を目指し頑張ってきました。そして、令和3年4月より巡回部門へ異動となり、日々色々な地域に検診車やワゴン車で行き、健診(検診)を行っております。巡回という新たな業務に悪戦苦闘しながらも、今までの経験を活かしつつ日々精進しております。健診や外来を通して多くの方々と触れ合えることは働き甲斐の1つです。

一昨年の4月に心房細動が出てしまい不安な日々を過ごしていた時、親身に対応してくれた院長を始めとするスタッフに感謝するとともに、改めて患者様や受診者様に寄添う医療を提供する医療機関であり続けたいと考えた出来事でした。

これからも当院の基本理念である「いつも思いやりの心を持って良質な医療サービスを提供する」を忘れず、誠実に職責を全うしていきたいと考えておりますので皆様からご指導、ご鞭撻いただきますようお願いいたします。

健康に対する取組みはありますか？

禁煙に取り組んでいます。

現在、興味のあることはありますか？

埼玉県コバトンマイレージに参加して楽しく歩いています。

この仕事のやりがいは何ですか？

いろいろな人と出会えること。

目標はありますか？

誰からも愛される医療機関づくりの一助になりたい。



旬の食材で栄養価UP!

## カブのえびあんかけ



### 作り方

- 1.カブは葉を1cm程残し、皮をむき1/4に切る。葉は5cm程に切る。
- 2.えびは背わたをとり流水で洗う。しょうがは千切りに切る。
- 3.鍋にAと1を入れる。カブが柔らかくなったらいびとしょうがを加え中火で火を通す。
- 4.Bを加えてとろみを出し、盛り付ける。

### 材料(2人分)

|          |       |
|----------|-------|
| カブ(葉も含む) | 3個    |
| 塩        | 少々    |
| むきえび     | 8~12尾 |
| しょうが     | 1/2片  |
| A 水      | 300ml |
| A みりん    | 大さじ2  |
| A 醤油     | 小さじ1  |
| A 顆粒だし   | 小さじ2  |
| B 片栗粉    | 大さじ1  |
| B 水      | 大さじ2  |

1人分 81kcal 塩分 2.0g

冬が旬のカブは様々な栄養素を豊富に含み、根と葉を食べることができる健康に良い野菜です。根の部分には食物繊維やでんぷんを分解する酵素を含むため便秘や胃もたれの改善に繋がります。一方葉の部分にはビタミンCが豊富であるため、風邪予防の効果がります。また、しょうがに含まれる辛み成分には身体を温める効果があります。風邪に負けない健康な身体を保ち、今年の冬を乗り切っていきましょう。

当院管理栄養士 田原

## 外来診療のご案内

|               | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------|---|---|---|---|---|---|
| 内科外来          | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 禁煙外来<br>(準備中) | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ |
| 内分泌<br>代謝外来   | ／ | ○ | ／ | ／ | ／ | ／ |
| 乳腺外科外来        | ／ | ○ | ○ | ○ | ○ | ／ |

内分泌代謝外来では、日本医科大学名誉教授 芝崎 保先生を招聘し、主に甲状腺・脳下垂体・副甲状腺・副腎等のホルモンの病気や糖尿病の診療を行っております。この様な症状でお悩みの方は、内分泌代謝外来の受診をおすすめいたします。

## 診療時間のご案内

### 内科外来

平日 9:00~12:00 15:00~18:00  
土曜 9:00~13:00

### 乳腺外科外来(予約制)

火曜 14:00~17:00  
水曜 9:30~12:30 14:00~17:00  
木曜 9:00~12:00 14:00~17:00  
金曜 12:30~13:30

### 内分泌代謝外来(予約制)

火曜 8:30~12:30 14:30~17:00

## 健診センターのご案内

### 人間ドック及び各種健康診断

人間ドックをはじめ各種健康診断、労働安全衛生法に基づいた定期健診、生活習慣病健診等もおこなっております。また各種オプション検査も数多くご用意しております。お気軽にお問い合わせください。



### 外来診療 お問い合わせ

TEL 048-533-8836 FAX 048-533-8854

### 【受付時間】

平日 9:00~12:00 15:00~18:00  
土曜 9:00~13:00

### 健康診断 お問い合わせ・ご予約

TEL 048-533-8837 FAX 048-533-8854

### 【受付時間】