

岡山医療生協の理念



岡山医療生協は
いのちと心を大切にします

健康と生活

2023 6月号

岡山医療生協ホームページ

岡山医療生協

検索



〈発行所〉 岡山市中区赤坂本町2-20
電話 (086) 271-0943

岡山医療生活協同組合

編集：編集委員会

いま、岡山医療生協は
●組合員数 61,820人
●出資金19億1,578万円
●1人平均出資金 30,989円
(2023年5月22日現在)

誰かとつながりたい!



班長会 瀬戸支部



「健康と生活」仕分け 三助支部

地域のために何かやりたい



健康チェック 操明支部

支部運営委員ってなあに?

岡山医療生協には46の支部があります。私たちは「健康づくり」「つながりづくり」をそれぞれの支部で工夫しながらすすめています。運営委員はその推進役で現在250人活躍しています。あなたも運営委員になって「組合員活動」に参加してみませんか?

おしごと紹介

- 毎月1~2回集まって地域のイベントを企画・運営します。健康チェックやからだを動かすなどの健康づくり、見たい知りたい見学会、専門家を囲んでの学習会など。
 - 「健康と生活」の仕分けをします。支部のニュースをつくり「健康と生活」といっしょに配れる準備をします。
- お問い合わせ先：健康まちづくりセンター TEL086-271-7880



ウォーキング 芥子山支部



「介護保険制度」学習会 雄神支部

心もからだも元気で過ごしたい!



脳いきいき教室 財田支部



運動会 中区東エリア(7つの支部合同)



フラワーアレンジメント つだか支部



ギャラリーサロン 操南支部

岡山医療生協の取り組みを動画 (YouTube) 配信しています

70周年記念 ショート版
「地域とともに歩んだ70年」



70周年記念 ロング版

「誰がために虹を目指す」

- 組合員活動編
- 70周年フェスティバルミニダイジェスト
- コロナとの闘いの日々



健診申し込み受け付け中

5月の連休も終わり、同時に8日から新型コロナウイルスの感染法上の位置づけが「2類相当」から「5類」に移行しました。行動制限に関する法的根拠がなくなり、感染対策は個人の判断が基本となりました。バス停で、「手洗いに解除はありません」「むしろ、しっかりと、いねいに、30秒」とのパネル広告がありました。石鹸のCMですが、「なるほど」と思いました。連休に孫と遊園地にいきましたが、みなさん幼い子どもを抱えていることから、マスクをしていました。

2020年1月に感染者が初めて確認されてから「第8波」の感染流行があり、新型コロナウイルスの中で様々な市民活動が制約されました。5月7日までの感染者の累計は約3380万人に上ったとのこと。まだ油断は禁物であり、「手洗いに解除はありません」の気持ちで生活していきたいと思っています。

過去の感染症も収束しており、新型コロナウイルスもいつかは収束するはずですが、それがいつかはまだわかりません。後から振り返ればあの時かということになるかとも思います。

ともあれ、とりあえず、夏に向けて広島、長崎の被爆や戦争を考えることを始めたいと思います。

(M・I)

食中毒を予防!!

症状と対策

6月に入りましたが皆さんはいかがお過ごしでしょうか。今年4月の時点で熱中症患者の救急搬送がテレビで報道されました。気象庁の記録では4月の岡山市でも25℃を超える日があり、皆さんも暑い日々を過ごされているでしょう。暑い中では食べ物や飲み物が傷みやすく、食中毒にも気を付けたい所です。

て、粥やゼリーなど食べやすいものを少量でも良いので食べ、水分(2時間かけてコップ1杯程度、経口補水液が理想)をとると良いでしょう。受診の目安は飲食が全くとれない、吐下血する、歩けないなど、症状によって生活が困難な場合です。

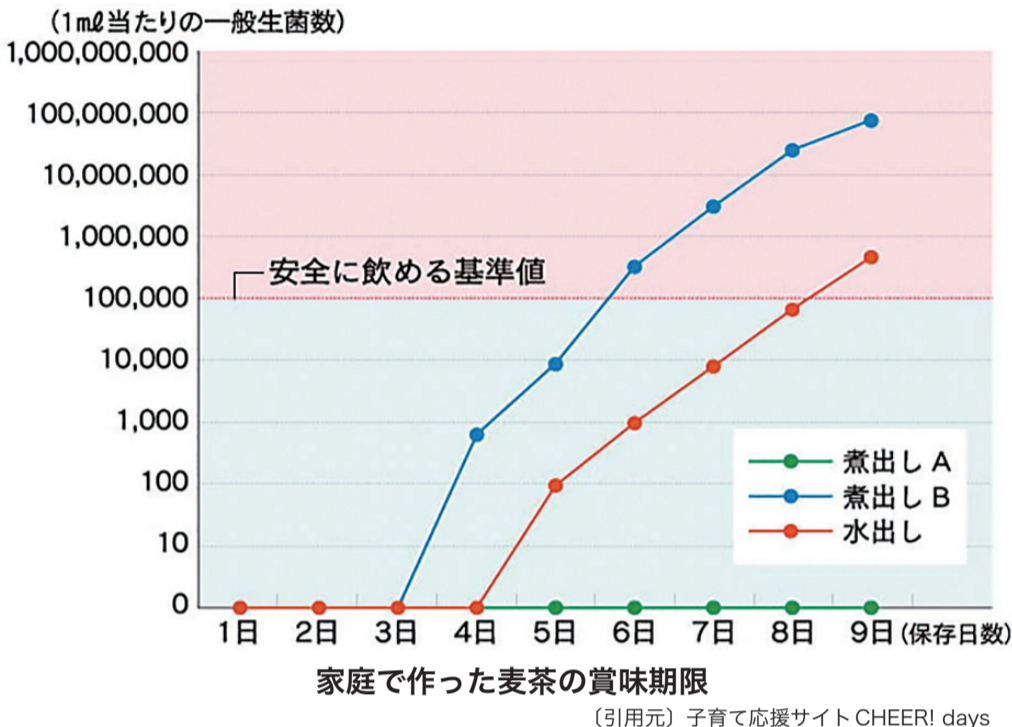
岡山協立病院 総合診療科
清水俊樹

自宅での食生活に関わる食中毒

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。なので予防方法の3原則は食中毒菌を「つけない、増やさない、やっつける」です。手洗いは言うまでもないですが、お茶をつくって粗熱を冷ますため常温で半日放置する、スーパードで買った食品を片手におしゃべりなどは避けましょう。

発症時の対応

食中毒の症状は一般的に上部↓下部消化管症状の順に出ます。つまり嘔吐↓下痢です。どちらかの症状が乏しい場合もあります。対応とし



- 煮出しA：煮出してやかんと水を張った桶などに粗熱を取った後、熱湯消毒した容器に移し替えて冷蔵庫で保存。
- 煮出しB：煮出してやかんのまま放置し、常温で粗熱を取った後、熱湯消毒した容器に移し替えて冷蔵庫で保存。
- 水出し：市販のペットボトル入りミネラルウォーターに、水出し用麦茶のパックを直接入れて冷蔵庫で保存。

夢の実現へ 病院リニューアル

財務ワーキンググループ

財務ワーキンググループは、岡山医療生協の第8次長期計画にある、「夢をカタチにするために、必要な剰余を明らかにし、みんなの知恵を集めます」という目標を実現するための活動を行っています。第8次長期計画では、病院のリニューアルをはじめと

する大規模な投資が計画されています。これらの事業を円滑に進めるため、各年度の必要剰余や資金計画を明確にし、毎年の取り組みを振り返り、長期計画の達成に向けて次年度の予算を検討する必要があります。そして、計画の進捗をわかりやすく把握し、組合員と職員が共有し、全員が知恵と力を発揮することが求められます。

2021年度		病院1			病院2			診療所1			診療所2			診療所3		
		計画比	前年比	93.8%	98.0%	101.5%	111.9%	124.4%	105.4%	98.0%	101.5%	111.9%	124.4%	105.4%	98.0%	101.5%
事業収益	計画比	103.0%	93.8%	94.5%	105.1%	121.9%										
	前年比	105.4%	98.0%	101.5%	111.9%	124.4%										
事業費用	計画比	78.9%	82.1%	70.3%	72.2%	61.9%										
	前年比	3.8%	2.0%	2.8%	2.4%	4.5%										
経常利益	計画比	733.2%	24.4%	77.6%	186.6%	368.4%										
	前年比	52.4%	35.6%	88.5%	230.0%	670.3%										
減価償却前利益	計画比	7.7%	3.4%	15.9%	13.0%											
	前年比	93.9%	104.3%	100.1%	112.4%											
外来患者数	計画比	104.2%	103.5%	103.6%	115.7%											
	前年比	101.1%	98.2%													
入院患者数	計画比	102.6%	97.2%													
	前年比															
利用者数	計画比															
	前年比															
2022年度		病院1			病院2			診療所1			診療所2					
		計画比	前年比	99.3%	95.7%	89.0%	98.7%	96.4%	102.1%	102.4%	89.7%	96.4%	96.4%			
事業収益	計画比	102.1%	102.4%	89.7%	96.4%											
	前年比	78.3%	83.9%	80.3%	79.8%											
事業費用	計画比	3.7%	2.2%	3.0%	2.8%											
	前年比	87.0%	-11.4%	12.9%	13.6%											
経常利益	計画比	63.9%	-47.5%	9.7%	6.3%											
	前年比	6.1%	1.1%	3.7%	2.7%											
減価償却前利益	計画比	99.1%	99.9%	94.8%	111.9%											
	前年比	100.5%	95.5%	94.8%	104.3%											
外来患者数	計画比	94.2%	87.4%													
	前年比	102.1%	99.1%													
入院患者数	計画比															
	前年比															
利用者数	計画比															
	前年比															



リニューアル委員会
安井 進

訪問診療のご存知ですか?

コープみんなの診療所



訪問診療へ行ってきました!!

訪問診療とは、診療所の医師・看護師が定期的(月に2回程度)にご自宅や入所の施設へ診療に伺い、計画的に治療や看護・健康などの管理をおこなうものです。定期訪問だけでなく、緊急時には必要に応じて臨時往診にも対応しています。

対象は、
● 通院が困難で在宅医療を希望されている方
● 寝たきり状態や認知症の方
● 退院後に自宅で療養を希望されている方
● 終末期の療養生活を自宅で希望される方
● 希望される方
● 外来通院が難しくなりそう
● 不安を感じていらっしゃる方
● 住み慣れた自宅で安心して療養したいと思われる方は、お気軽にまずはみんなの診療所までご相談ください。

コープみんなの診療所
事務長 北原ゆかり

みんなで作る みんなの事業所

(意見・要望)

● 売店前の女性トイレ(洋式)の音姫がずいぶん前から壊れたまま(音がしない)。お掃除の方に何度かそのことをお伝えしたこともありますが改善されていません。2年以上放置されたままだと思います。大至急改善していただければ幸いです。

● ご指摘事項を調査した所、一部の職員のみが把握しており、修理をする職員を含め職場内での周知ができておりませんでした。修理の物品が届き次第、早急に修理をいたします。

(協立病院 施設課)

● 正面玄関の点字ブロックが所々はがれていて危険。
● ご指摘の通り、正面玄関の点字ブロックがはがれていること、把握をしています。タクシーや送迎の車の駐車位置の関係で通常よりも早く剥がれることがわかりました。点字ブロックを適切な位置へ設置するように準備を進めていきます。資材入手困難のため施行までに時間がかかっておりますが、ご理解いただくとともに、よろしくお願いいたします。

(協立病院 施設課)

※今回掲載している意見については、2023年3月にお寄せいただいたご意見です。

健康診断で

早期発見、早期対策を

健康診断は自分自身の健康状態を把握し、早期発見・早期治療を行うために欠かせません。新型コロナウイルスの影響により一時的に健康診断を受ける方も減少しましたが、昨年度は岡山医療生協で健診を受けた方が1万3411名に増え、がん検診で28名の方にがんが見つかりました。

6月から岡山市がん検診が始まります。定期的ながん検診を受け、早期発見・早期治療を行なうことでがんによって亡くなるリスクを減らすことができます。胃がん・肺がん・大腸がん＋女性は子宮がん・乳がん、男性は前立腺がんの検診は定期的にチェックしていきましょう。

2022年度の検診における岡山医療生協でのがん把握数

がん発見数	2022年度
胃がん	9
肺がん	1
大腸がん	8
乳がん	4
子宮頸がん	1
前立腺がん	3
腎臓がん	2

乳がん検診の上手な受け方

乳がんになる女性は年々増加傾向にあり、最もかかりやすいがんともいえます(2020年時点で女性9人に1人の割合)。

乳がんは30歳から徐々に増えてきており、40歳代でピークを迎えます。このため女性には乳がん検診をどのように行うかが非常に大切です。

現在、国が推奨している乳がん検診は40歳以上の女性は2年に1度のマンモグラフィ検査となっており、がんの早期発見においてはマンモグラフィ検査を基本とした検診を定期的に行うことが最も効果的です。また、マンモグラフィ検査と乳腺エコー検査を組

岡山医療生協の健診キャラクター「にじろう」はめでたく誕生5周年を迎えました



み合わせて実施したり、3Dマンモグラフィを節目年齢などで取り入れることもオススメです。

30歳代の方の乳がん検診においては有効な指針等は出されていないため、岡山医療生協では乳腺エコーを推奨しています。いずれにしても定期的に検査を行ない、早期のうちのがんを発見し治療を行うことが大切です。

健康診断のご予約、ご相談は岡山医療生協の病院・診療所までご連絡ください。またはホームページよりお問い合わせください。
健康診断センター 明関祐也



岡山医療生協健康診断センターホームページ

ストーマ(人工肛門)外来

看護外来シリーズ

岡山協立病院では2018年6月からストーマ(人工肛門)外来を開設しました。ストーマとは手術によっておなかに新しく作られた、便や尿の排泄の出口のことを言います。そのストーマに袋を被せて便や尿がたまったら破棄します。手術前とは全く違った排泄スタイルに戸惑う方も少なくありません。「今までできていたゴルフはできるのか」「温泉に行くのが好きだけどストーマがあるとうり行

けないね」などと言われる方もおられました。また、「便が袋から漏れて一日何回も袋を交換している」「仕事に便が袋から漏れて気まずかった」などと言われる方もいます。ストーマ外来では、ストーマケアのトレーニングを受けた皮膚・排泄ケア認定看護師がストーマを造設後も手術前と同じような生活が送られるようにお手伝いさせていただきます。当院で手術をされた方はもちろん、他院で手術をされ、どこかのストーマ外来にもかかわらずいないけどストーマについて相談したいという方はどなたでも受診していただけます。毎月第1水曜日(祝日の場合は翌週)の9時~12時に行っています。予約は外科外来までお願いします。皮膚・排泄ケア認定看護師 相賀和美



が袋から漏れて気まずかった」などと言われる方もいます。ストーマ外来では、ストーマケアのトレーニングを受けた皮膚・排泄ケア認定看護師がストーマを造設後も手術前と同じような生活が送られるようにお手伝いさせていただきます。当院で手術をされた方はもちろん、他院で手術をされ、どこかのストーマ外来にもかかわらずいないけどストーマについて相談したいという方はどなたでも受診していただけます。毎月第1水曜日(祝日の場合は翌週)の9時~12時に行っています。予約は外科外来までお願いします。皮膚・排泄ケア認定看護師 相賀和美

新型コロナウイルスワクチン接種対応一覧と受診について

- ◆5月8日以降の接種について◆
- 5月8日から医療生協での新型コロナウイルスワクチン接種を再開します。順次接種券が発送され、接種券が届いた方から予約を受付しております。
- 【対象者】
- 初回接種(1、2回目)を完了した65歳以上の方
- 初回接種(1、2回目)を完了した12歳以上65歳未満で基礎疾患をお持ちの重症化リスクがある方

事業所によって対応可能な年齢が違いますのでよくご確認ください。

院 所 名	予約電話番号	予約可能な対象者・その他
岡山協立病院	Tel.086-899-8112 月~金9:00~16:30 コムコム会館予約窓口 平日9:00~12:00	【接種日】6/24(土)14:00~15:30に実施予定 【備考】中学生以下の方はワクチン接種時に保護者の同伴をお願いします
岡山東中央病院	Tel.086-276-3711 月~金14:00~16:00	【接種日】水曜日(第2をのぞく)14:00~、第1・3土曜日14:00~実施予定 【備考】18歳以上の方
コープ西大寺診療所	Tel.086-944-0088 月~金14:00~16:00	【接種日】水曜日14:00~15:30に実施 【備考】16歳以上の方
コープみんなの診療所	Tel.086-278-8522 月~金14:00~16:00	【接種日】木曜日13:30~15:00に実施予定 【備考】16歳以上の方
せいきょう玉野診療所	玉野市コロナワクチンコールセンター Tel.0863-33-1820 8:30~17:15(土日祝除く) または岡山県新型コロナワクチン接種インターネット予約システム	【接種日】接種日・時間は予約時にご相談ください。

~発熱や風邪症状がある方の受診について~
発熱や風邪症状がある方は、来院される前にお電話にてご相談ください。各病院・診療所の電話番号は8面に掲載されています。

研修医・医学生コーナー

新任研修医の研修スタート



新任研修医が入職して2カ月が経とうとしています。入職後3週間はオリエンテーション期間として病院のルールや接遇などを学んだり他部署での仕事内容を学びます。その後、本格的に医師として内科研修をスタートしました。すでに自ら積極的に指導医へ質問したり、先輩医師が1年目研修医を指導している姿もよく見かけます。4月からは新たに指導医や専攻医も入職して、さらに教育体制も

充実しました。岡山協立病院でスタートを切った2年間の初期研修で多くの経験を積み、地域の方や組合員さんから頼られる医師となるよう全職員で支えています。
岡山協立病院 臨床研修センター 綱嶋純恵



頼れる指導医から様々な事を学ぶ

各地で開催 支部総代集会

2023年6月20日の岡山医療生協第78回総代会に向けて、支部総代集会で第1号議案の説明を行っています。その中で出された意見・要望を一部抜粋してご紹介します。(5月16日現在)

「なんでも相談室」の体制や人材育成など本気で取り組んでほしい。
【交通問題】
 健診について車の送迎があるのですが、何か考えてください。内科だけでなく、リハビリ的などにもなってほしい。
 つだかは協立病院まで遠いのでバスの巡回があれば(エコーカーのような車)と希望。
 西大寺診療所の送迎が一番気になる。何か考えてください。今は車で行くか、バスで行くか、リハビリ的などにもなってほしい。



念。新規事業に期待したい。

西大寺診療所に整形外科も作ってほしい。
【平和・環境・くらし】
 健康づくり、フレイル予防も大切ですが、「平和であってこそ」です。私たちができることを頑張ります。世界の平和の問題から小さいのちとくらしの問題まで取り上げ、活動していることを生協組合員でも知らない方が多いと思う。「平和!!」今、戦前では無いか?と思わされる時「命」「平和」と心から思う。

展示新しい組合員さんをお誘いできた行事だった。高齢化による行動範囲の狭さが活動の内容を選ぶようになってきている。
 幅広く活動されていると思う。組合員の高齢化で組合員の若返りが必要かと思う。
 国保料据え置き署名はよく頑張ってきたと思うが、子どもの医療費や給食費無料化の取り組みは、もっと本格的にすべきと思う。若い組合員を迎えるためにも大切な視点ではないだろうか。

くらしの委員連絡会総会

環境問題(ごみ問題)を考える

今年の総会では、環境問題の学習を通して、自分達の住む地域をどのようにしていきたいかについて意見交換をします。どなたでも参加できます。ぜひふるってご参加ください。

と き: 7月21日(金) 13:30~15:30
場 所: コムコム会館3階
 参加費: 無料
 講演: 「環境問題(ごみ問題)」
 講師: 磯部 作氏(元日本福祉大学教授)
 参加希望の方はお申し込みをお願い致します。
締切: 7月14日(金)
【お申し込み先】
 岡山医療生協 健康まちづくりセンター 願念・篠岡
 TEL.086-271-7880



【その他】牛窓支部は市街地からは遠隔なため、支部としての活動はしているが、もつと中央からの影響、思惑があらばと思う。

若者たちに医療生協の活動を

理事会だより

4月度定例理事会が、4月22日に開かれました。

決定事項

- 5月・6月の組合員活動
- 岡山東商業高校・岡山医療生協・おかやま信金包括連携協定
- 第78回通常総代会議案(予算含む)
- 岡山東中央病院職員の感染管理認定看護師資格受講
- 2023年春闘要求回答
- 看護職員・歯科衛生士・歯科技工士の賃金改定

報告事項

- 3月度の経営
 事業収益: 7億2,352万円
 事業費用: 7億4,512万円
 経常利益: 203万円の黒字

協議事項

- 岡山医療生協外来のあり方検討

健康と生活

「なんでも相談」

なんでも相談での報告に日常の生活で困窮している方がたくさんいること、前年より約500件の相談が増えていることに驚いた。

なんでも相談窓口、相談だけで終わらず、良い解決策、専門家へつなげる取り組みなど進めていただいた。



健康チェック

世界保健デー健康チェック

4月25日(火)にWHO世界保健デー健康チェックをコープ大野辻店2階にて開催しました。

健康チェックには、組合員さんをはじめ1階のコープのお店で買物されたお客様や小さなお子様を連れられたお母さんも参加され、全体で28人参加されました。
 参加された方からは、「来てよかった」「今度はいつあるの?」と好評でした。同時に大野辻お話し班会も案内し、参加の連絡がありました。今後も地域の健康づくりを努めていきます。

子育て応援行事のお知らせ

●あったか食堂プラザ旭東(福祉交流プラザ旭東共催)

会場: 福祉交流プラザ旭東
 時間: 11時30分~12時30分

6月17日(土)
 7月15日(土)

参加費 300円 (18歳以下無料)
 先着50名まで
 ※5月より食事を再開しています。
 ※担当: 井上・願念・篠岡
 ※申し込み先: 健康まちづくりセンター TEL.086-271-7880
 新型コロナウイルス感染状況により予告無く変更休止する場合があります。参加にあたっては必ずご確認ください。

ボランティアさん募集中!
 毎月第3土曜日に調理・仕分けを一緒にしてください。
 お気軽にご連絡ください!

東中央病院の活用法、移動に期待。
 西大寺診療所を早くリニューアルしてほしい。
 リニューアルの時、体づくりのためリハビリのできる場所を作ってほしい。
 組合員を大切にする病院も大事。そして、岡山市民に信用される市民のための病院にしてほしい。
 リニューアルオープンの内容を知りたい。現在の病院も使いつつリニューアルするのかが。
 歩く会でいろいろな所へ行き一緒に食事、花、いろいろ見学できることが楽しくボケ防止に良いと思う。
 コロナ禍でも、班会、運営委員会に皆で集まることのできたことは良かったと思う。健康まつりでの押し花

岡山医療生協の活動を地域へ広く発信できる場へ

北区エリアではコープ大野辻クリニック跡地を利用し、北区エリア新規事業プロジェクトとして毎月話し合いを行っています。
 話し合いの中で、岡山医療生協の健康づくりや組合員活動を発信できる場であってほしい。運動もできて支部間交流もできる場として利用したいと要望があり、「健康づくり」「組合員活動」「運動・リハビリ」の3つのキーワードを軸に事業を展開していくことが決まりました。



活発に意見を出し合うメンバー

健康づくり
 フレイル予防をテーマに健康づくりを
 運動・リハビリ
 少人数で専門職による評価が受けられて、個別に合わせた

これからは3つのチームが岡山医療生協の楽しい企画を立てて皆様へ発信していきます。ぜひともご参加ください。
 北区エリア新規事業プロジェクト
 事務局 局長 國塩 基

6月支部行事のお知らせ 6月15日~7月31日

参加希望の方は事前に健康まちづくりセンターへお問い合わせください。(TEL.086-271-7880) *都合により、場所、日程など変更あり

地域	支部名	日時	時間	内容	場所
旭東	旭東	毎月第4木曜日	10時	ふれあいサロン	コムコム別館
	富山	毎月第2火曜日	10時	コーラス	富山コミュニティ
		毎週月曜日	9時30分	操山ウォーキング	曹源寺駐車場集合
		毎月第2・4水曜日	14時	フィットネスコムコム(旭東、三軒、富山、宇野支部組合員限定)	コムコム会館2階 ※要予約
中区	平井	毎月第2・4土曜日	13時	卓球	平井排水センター
		毎月第3金曜日	13時30分	けんこう講座	はみんくホール(倉田歯科2階)
	操南	毎月1日曜日	13時30分	ストレッチ教室	はみんくホール(倉田歯科2階)
		毎月第3水曜日	9時30分	布ぞうりづくり	はみんくホール(倉田歯科2階)
	旭操	毎朝	6時30分	ラジオ体操・スナドリはれはれ体操	旭操コミュニティハウス
		毎月第2月曜日	13時30分	ストレッチ教室	旭操コミュニティハウス
		毎月第1・3土曜日	9時30分	操山ウォーキング	ハローズ円山店集合
		毎月第4金曜日	10時	布ぞうりづくり・手芸	山崎東集会所
	財田	毎月第1月曜日	10時	脳いきいき教室	東公民館乙多見分室
	赤磐市	山陽	毎週木・金曜日	13時30分	百歳体操
福南		毎週水曜日	10時	太極拳	虹の家(たまりば)
南区	福南	毎週金曜日	10時	タンベル体操	虹の家(たまりば)
	福浜	毎月第3月曜日	10時	青空健康チェック(雨天中止)	マルナカ福富店
玉野	玉野	毎月第2日曜日	10時	フィットネスコスモス(南区組合員限定)	コープデイサービス福浜 ※要予約
		毎週水曜日	13時	サロンつばやき	玉原大池集会所
	第2金曜日	9時30分	サロンあさがお	日比市民センター	
	常山	第2水曜日	9時30分	健康体操	荘内市民センター
東区	西大寺	6月21日(水)	13時30分	エンディングノート	西大寺コミュニティハウス
	芥子山	7月20日(木)	10時	青空健康チェック	ウエルシア岡山富士見店
	雄神	6月30日(金)	13時30分	青空健康チェック	コープ西大寺店2階
	可知	第1・2・3・5月曜日	13時30分	保健体操	益野公会堂
	第2・3・4・5金曜日	13時30分	健康体操	益野公会堂	
瀬戸内市	牛窓	第2・4月曜日	13時30分	たまり場開放	陽だまり牛窓(たまりば)
備前市	長船	毎月第1土曜日	13時30分	ひなせサロン	川向会館
		毎月第2土曜日	10時	サロン虹のひろば	虹のひろば(たまりば)
	北	毎月第4土曜日	11時	サロンふきのとう	三軒屋ふれあい会館
	西	毎月第2火曜日	10時	はっぴい倶楽部(お出かけ)	随時お問い合わせください
つだか	毎月第3月曜日	10時	サロン マスカット	津高防除	
	みつ	毎月第1火曜日	9時30分	ウォーキング	みつ公民館
	毎月第4火曜日	9時30分	グラウンドゴルフ教室	御津グラウンドゴルフ場	
全体行事	毎月第2土曜日	13時30分	虹のカフェ(認知症カフェ)	コムコム会館3階	
	6月19日(月)	14時	お家で簡単体力測定とエクササイズ		
	6月30日(金)	14時	常識を教えるこれからの感染対策	コープ大野辻2階(元 大野辻クリニック)	
	7月7・21日(金)	14時	ほっこり肩こりさよなら体操		
大野辻	お話し班会	7月28日(金)	14時	歩き方測定会	

6月の法律相談・生活相談の予定

※新型コロナの感染の状況により中止することがあります。

岡山協立病院: お問い合わせ、予約は 医療福祉相談室まで TEL.086-272-2121 内線5115

◆法律相談 6月15日(木) 18時~
 担当: 岡山合同法律事務所 石田 正也・則武 透・清水 加奈子

◆生活相談
 氏平三穂子県議: 6月12日(月)・26日(月) 18時~
 林 潤 市議: 6月 8日(木)・22日(木) 18時~
 ケースワーカー夜間相談: 毎週火曜日 17時半~19時

◆何でも相談 6月12日(月) 17時半~18時半
 担当: 岡山生活と健康を守る会連合会 大西 幸一・尾崎 茂正・関藤 香代子

コープみんなの診療所 TEL.086-278-8522(受付時間13時~17時)
 ◆生活相談 林 潤 市議 (随時・予約制)

子育てなんでも相談ネットワーク TEL.086-226-0110



こんな制度があったんだ!

「認知症」とともに生きる地域づくり(3)

参加者：岡山市中区地域包括支援センター 看護師 門脇千景氏
 岡山市ふれあい公社 地域包括推進課 保健師 溝邊紗代子氏
 岡山協立病院 地域医療連携センター MSW 山岡由利香氏・浦上真由氏

浦上：基礎疾患を治療するため岡山協立病院へ入院してこられる方の中には、認知症の診断を受けている方がいます。当院には認知症認定看護師がおり、医師・薬剤師・管理栄養士・臨床心理士・リハビリスタッフ・社会福祉士とともに、「認知症ケアチーム(※1)」を立ち上げ実践しているので紹介をさせていただきます。

認知症ケアチーム

浦上：主な活動は、入院され認知症の診断がある方に対し、週に2回の回診をチームで行っています。

医師は治療の目的、治療の内容などを確認し、必要があれば医師間で認知症の症状の緩和につなげ、本来の治療がよりスムーズに行えるよう意見を伝えます。

薬剤師は薬の内容の確認を行い、本来の治療のための薬が、心身に影響しないかなど検討しています。



管理栄養士は食事が進まないときなど、ご家族や支援者からの情報を集め、甘いものや塩気のあるもの、形態などの工夫を行い、入院生活をサポートしていきます。

リハビリ・臨床心理士は、ご本人の活動性に合わせ入院生活をサポートします。

社会福祉士は入院前の生活の様子を知り、介護保険制度の活用があれば、ケアマネジャーと連携し入院生活を支援していくため、病棟スタッフ

に情報提供を行います。また退院後の生活がスムーズに再開できるように、病棟・地域支援者間との連携も支援します。認知症認定看護師は専門的視点からチーム内で話し合い、その内容を各病棟スタッフとも話し合っており、ケアについての具体的な方法などを提案しています。

山岡：病気の治療、完治に向けて入院生活を行うとき、時には認知症の症状が強く出てしまい、支障が出てしまうこともあります。できる限り入院生活が過ごしやすくなるよう、もともとの生活環境に近づけ、安心して治療に臨んで頂けるよう日々取り組んでいます。

門脇：地域包括支援センターの地域担当者は、岡山協立病院から退院前に入院生活の様子、治療の経過などの情報をもらい共有しています。その

人にとって退院後の生活、継続する医療、介護のために何が必要な支援かがわかり計画の参考となっています。山岡：これからも連携しながら、地域の方々の安心した生活の支援をしていきましょう。

※1 認知症ケアチーム(DC工)とは

岡山協立病院のDCTは2019年4月に開設され、認知症サポート医や認知症看護認定看護師、社会福祉士などの多職種で構成されています。週に2回の回診とカンファレンスを行い、実際に患者さんに接する病棟看護師から気づきを発信し、適切なケアを検討しています。また、病棟スタッフを対象に年2回学習会や、要望に応じて院内外での学習会の開催、院内の認知症ケアマニュアルの作成を行っています。

岡山協立病院のチーム医療



岡山協立病院ホームページQRコード

について詳しくはホームページをご覧ください。



トルコ・シリア地震募金をユニセフに届けてきました

4月28日(金)、皆様から寄せられた「トルコ・シリア地震募金」35万円を岡山ユニセフ協会へ届けてきました。募金はさっそく、日本ユニセフ協会に送られ、支援ルートを通じて被災地に届けられるとのことでした。シリアから逃れてトルコ国境付近で難民キャンプ生活をしてきた人たちにとっては、内紛と災害という二重の苦難に見舞われています。

岡山ユニセフ協会の片岡雅子専務理事から、「世界では紛争下で恐怖にさらされ、健康に育つことも、教育を受ける機会も奪われている多くの子どもたちがいることを、ぜひ知ってほしい」とお話があり、岡山医療生協としては今後も情報交流をはかり、力を合わせて一切の戦争につながる政策に反対して、活動していきたいと思っています。

平和環境委員会

2023年平和行進コース(基幹コース)のご案内

あなたも一緒に歩きませんか?
 お問い合わせは健康まちづくりセンター
 (TEL 086-271-7880) までお願いします。

- 7/16(日) JR寒河駅前(引継ぎ) → 日生支所 → 11:45~12:00 13:10~13:30
 JR伊里駅(車移動) → 和気町役場訪問 15:00 15:45
- 7/17(月祝) 備前市役所 → リフレセンター → 9:00~9:20 10:30~10:40
 西鶴山公民館(車移動) → 瀬戸内市役所訪問 12:00 13:00
- 7/18(火) 岡山市東区役所 → 益野県営住宅 → 9:00~9:15 10:30~10:45
 曹源寺 → (車移動) → 東山原爆慰霊碑 12:00 12:30
- 7/19(水) 岡山県庁 → 表町商店街 → 中国銀行岡山駅前店前 9:40~10:00 11:00
 さんすて前スタンディング 11:15~12:00
- 7/20(木) 下石井公園 → 岡山市役所 → 西市公園 9:00~9:20 10:45~11:00
 → コープ大福 12:10

健康を保つ食事シリーズ No.224 (岡山協立病院 栄養科)

ひじきと枝豆の生姜煮

〈材料2人分〉

- 人参...1/2本 (80g)
芽ひじき (乾燥)...15g
むき枝豆...50g
サラダ油...大さじ1/2
生姜...2かけ分 (30g)
しょうゆ...大さじ1
A みりん...大さじ1
砂糖...小さじ1
だし汁...3/4カップ

〈作り方〉

- ①芽ひじきを水で10分ほどもどし、ザルにあげておく。
②人参は皮をむき、厚さ3mmの半月切りにする。
③生姜はよく洗い、皮付きのまま厚さ3mmにスライスして、千切りにする。
④フライパンにサラダ油を熱し、ひじきを炒める。油がまわったら人参・生姜を加えて炒め合わせ、Aを加える。
⑤だし汁とむき枝豆を加え、ときどき混ぜながら煮汁がなくなるまで弱めの中火で10分ほど煮る。



栄養ポイント

枝豆の注目すべき栄養素は、メチオニンとイソフラボンです。メチオニンは、肝臓でアルコールが分解されるときにかかせない成分です。イソフラボンは、女性ホルモンに似た働きをして肌のツヤを保ったり、しわやたるみを改善したりします。

「二期一会」かな？
先日友人が突然亡くなった。ついこの間会ったばかりなのに...とても元気だったのに...おしゃべりして笑って、またねって別れたのに...でも彼女はもういない！ その時は、これが彼女との最

座右の銘といつよりは、モットーに近いものかもしれないませんが、AKB48の「365日の紙飛行機」の歌詞の1節「思い通りにならない日は、あしたがんばろう！」です。明日はまた違う日になるという希望につながる言葉だと思います。
岡山市中区 K

岡山市東区 木口彩羽



「八十路」が近づくと、「健康寿命」にとても敏感になり、毎日石橋をたたいて生活をしています。「健康と生活」は、とても参考になり読むのが楽しみです。
岡山市中区 河面奈津子

岡山市東区 N. U.



「こんな制度があったんだ」を読みながら、今後の自分を考え、少しでも参考になるものは活用していきたいと思っています。
岡山市中区 川邊芳樹

平和と核兵器廃絶を訴え続けた、大江健三郎さんと坂本龍一さんが亡くなった。この偉大な先人の思いを、市民運動に繋いで行きたい。
赤磐市 塩谷恵子

実家へ子どもと遊びに行ったら、祖母が「健康と生活」を読んでいました。ザ・クロスワードを祖母といっしょにしました。楽しかったです。
瀬戸内市 石野りな



岡山市東区 K. O.

こもまくらなびく竹林その中にひとときは高く若竹ゆらぐ
瀬戸内市 山田真加



岡山市東区 やつくん

母の13回忌でした。総勢13名が集いお寺で拜んでもういました。焼香していると、写真の母が少しだけ微笑んでいるように見えました。「お母さん有難う！ これからもよろしくね。私、頑張るから！」外に出てみると、ハナミズキがきれいに咲いています

「新型コロナウイルス感染症5類になったらどうなるの」を読みました。コロナ患者を隔離できなくなり、感染



岡山市東区 中西洋子



応募QRコード

★投稿募集中！
意見・感想・イラスト・写真・俳句・短歌川柳など、テーマ「私の楽しみ」他

座右の銘

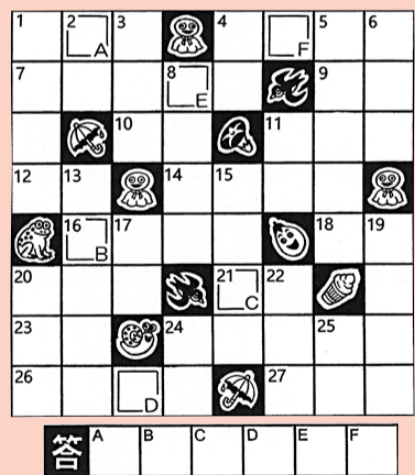
すれば医療費は自己負担。病院の負担も大きくなる。今まで以上に注意してマスクや消毒をしなければ。
岡山市北区 片山久美子

座右の銘ではないが、最近知ったいい言葉、「和顔愛語」をご披露したいと思う。やわらかな表情と、やさしい言葉で他者に寄り添い、心をくみとり受け入れる、という意味である。何事も競い合う世の中に、この言葉が光る。
岡山市中区 原田冬馬

後の会話かも知れないなんて考えもしなかった。これからは「二期一会」という覚悟をもつて、できるだけ人にも物にもやさしくありたいと思う。
岡山市東区 幸

私の座右の銘は「他人の靴をはいて歩いてみる」です。もとは英語のことわざです。育児をしながら仕事をしている友人に、かつてつくろったってしまったことがありません。今、自分が子育て真最中。その時のことを思い出しでは反省しています。
岡山市中区 M・N

ザククロスワード 出題 ●モロスミ勝



【問題】
A~Fを並べてできる言葉は？

- 1 断崖...に立つ
2 ...一升に金一升
3 フランスに行くこと
4 ...半島は静岡県で、...諸島は東京都
5 「坊ちゃん」に登場する数学者のあだ名
6 ジェットコースターは...満点
8 料理する時に着けます
11 地球表面のおよそ3割
13 1964年の東京五輪で正式種目に
15 米国の観光地といえは
17 ...には...がある
19 効果なし...に水
20 コロンブスは立てた
22 :物とは無化した物
24 舟を漕ぐ道具です
25 夢を食べる伝説の動物

「4月号の正解と当選者」正解は「サクラフブキ」。今回の総応募数は74枚でした。正解者の中より5人の方にクオカードをお送りします。猪原千春さん、岩崎洋子さん、岩戸香さん、竹内弘さん、難波尚志さん
締め切りは6月末日(消印有効)

新人職員さんのこれからの活躍を期待しております！
岡山市中区 竹内 弘

実家へ子どもと遊びに行ったら、祖母が「健康と生活」を読んでいました。ザ・クロスワードを祖母といっしょにしました。楽しかったです。

瀬戸内市 石野りな

短歌

こもまくらなびく竹林その中にひとときは高く若竹ゆらぐ
瀬戸内市 山田真加

6月

外来診療表

※急病や状態の悪い方は救急外来で診察します。
救急外来を受診する際は、事前にご連絡をお願いします。

敷地内禁煙



総合病院 岡山協立病院 TEL(代)086・272・2121
〒703-8511 岡山市中区赤坂本町8-10
全科、午前診療の予約外の方の受付時間は11時までとさせていただきます。

岡山東中央病院 TEL 086・276・3711
〒703-8265 岡山市中区倉田677-1

		月	火	水	木	金	土
内科 ●慢性の病気のの方は予約制です。 ●予約外の方は初診担当医師が診察します。	午前 初診外来	初診外来	初診外来	初診外来	初診外来	初診外来	初診外来
	午前 9:00~11:00 【予約制】	板野浪尾(瀨)	杉村南浪尾(瀨)	橋本(彰)宇佐神高橋(淳)桜井(14・21・28日)	担当医板野南井村(1・8・15・22日)角石杉吉(1・15日)	桜井野中桐浪尾(瀨)高橋(淳)(16・23・30日)	担当医
	午後 【予約制】	中桐浪尾(瀨)14:00~16:00	角南浪尾(瀨)14:00~16:00 桜井(13・20・27日)14:00~16:00	橋本(彰)13:30~16:00	桜井石井14:00~16:00	浪尾(瀨)(9・23・30日)14:00~16:00 高橋(淳)(30日)	
夜間 予約外の受付は18:30まで		板野担当医	橋本(彰)角南村(7・14・21日)		宇佐神(2・9・16・23日)		
総合診療科	午前		清水佐藤		一瀬	横田(啓)	
	午後 【予約制】	紹介外来予約制			佐藤(8・15・22・29日)14:00~16:00 禁煙外来15:00~15:30		
神経内科 【予約制】	午後					担当医(9・16・23・30日)	
外科	午前	木村(圭)鳴坂	浪尾(博)(6・20日)	馬淵森	伊藤(忠)今井	浪尾(博)大谷(2・9・16・23日)(乳腺外来)	伊藤(忠)(10日)
	午後			馬淵(予約)			
皮膚科	午前	木村(摩)(5・12・26日)担当医	木村(摩)		木村(摩)担当医	木村(摩)(9・16・23・30日)	
	夜間			担当医			
整形外科	午前	中野		中野担当医		中野加川	
脳神経外科 【予約制】	午前		近間(13・27日)				
	午後 13:00~17:00			担当医(7・21日)			
疼痛治療科 【予約制】	午後 13:00~15:00	武田			武田		
	午後 14:00~16:00	竹谷	竹谷	武田	福田(展)	武田(2・9・16・23日)	竹谷
小児科 ●受診の際は事前にご連絡ください。 直通電話 086・271・7830	午前	川口	山崎	山崎	川口	川口(9・16・23・30日)	川口(3・10・24日)担当医(17日)
	午後 午後・診察 15:30~16:30受付	山崎	山崎			川口(9・16・23・30日)	
婦人科	午前	平井		平井	平井	平井(10・24日)	
泌尿器科	午前	二ノ宮	二ノ宮	二ノ宮	二ノ宮	二ノ宮(17日)	
	夜間					二ノ宮(9・23日)	
眼科	午前	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	
耳鼻咽喉科 【予約制】	午前						担当医
	午後 14:30~16:00		担当医		担当医		
心療科 【予約制】	午前	梶田	梶田	梶田	日野	梶田	
看護専門外来 【予約制】	午前 9:00~11:30		13日 呼吸器ケア外来 島田・佐藤	7日 ストーマ外来 相賀・中下		16日 がん患者サポート外来 山内・松本	
歯科 【予約制】 直通電話 086・271・1978	午前 9:00~11:30	伊藤 斉藤	伊藤 伊藤	伊藤 伊藤	伊藤 伊藤	伊藤 伊藤	伊藤 伊藤
	午後 13:30~16:00	伊藤 伊藤	伊藤 伊藤	伊藤 伊藤	伊藤 伊藤	伊藤 伊藤	伊藤 伊藤
	夜間 16:00~18:30		伊藤			伊藤	

		月	火	水	木	金	土
内科	午前 9:00~12:00	眞鍋(初診外来)	石井(初診外来)	眞鍋 福田(好)(初診外来)	大野(初診外来)	大野(初診外来)	眞鍋(3・17日)
	夜間			眞鍋 禁煙外来(眞鍋)(予約)			
皮膚科	午前 9:00~12:00		高橋(阿)				
整形外科	午後 13:30~15:00				担当医 初診受付は14時半まで		

コープ西大寺診療所 TEL 086・944・0088
〒704-8116 岡山市東区西大寺中二丁目20-33

		月	火	水	木	金	土
内科	午前 9:00~12:00	西野 吉崎 禁煙外来(予約)	西野 吉崎 禁煙外来(予約)	吉崎 禁煙外来(予約) 胃内視鏡(西野)(予約)	西野 浪尾(瀨) (予約)	吉崎 禁煙外来(予約)	光野(3・17日) 西野(10・24日)
	午後				浪尾(瀨)		
	夜間	西野 禁煙外来(予約)		西野 禁煙外来(予約)			

コープみんなの診療所 TEL 086・278・8522
〒703-8228 岡山市中区乙多見101-4

		月	火	水	木	金	土
内科	午前 9:00~12:00	門田 多賀	多賀	今井	浪尾(博)	門田 多賀	多賀(10・24日)
	午後 13:30~15:00				浪尾(博)		
	夜間				多賀		

せいきょう玉野診療所 TEL 0863・81・1696
〒706-0026 玉野市羽根崎町5-10

		月	火	水	木	金	土
内科	午前 8:30~12:30	谷口	谷口	谷口	谷口 光野(1・29日) 担当医(15日)	谷口	杉村(3・10日) 担当医(17・24日)
	午後 15:00~19:00	谷口	谷口	谷口		谷口	

コープ倉田歯科 TEL 086・237・8888
〒703-8265 岡山市中区倉田680-1

		月	火	水	木	金	土
歯科 【予約制】	午前 9:00~11:30	吉濱	坂口 中田	斉藤 中田	坂口	坂口 中田	坂口(3・17・24日) 中田
	午後 13:30~16:00	吉濱	坂口 中田		坂口	坂口 中田	坂口(3・17・24日)

受付時間

	午前	午後	夜間
岡山協立病院	8:00~11:00(予約外) *診療開始9:00	予約制	16:30~18:30 *診療開始17:00
岡山東中央病院	7:30~12:00 *診療開始9:00	整形外科 13:30~15:00 *初診は14:00まで	内科 16:30~19:00 *診療開始17:00
コープ西大寺診療所	8:30~12:00 *診療開始9:00	予約制	16:30~19:00 *診療開始17:00
コープみんなの診療所	8:30~11:30(予約外のみ) *診療開始9:00	13:30~14:30(予約外のみ)	16:30~18:30(予約外のみ) *診療開始17:00
せいきょう玉野診療所	8:00~12:30 *診療開始8:30	14:40~19:00	*診療開始15:00

岡山医療生協健診センター(岡山協立病院内)
各種健診、職場健診などのご相談は TEL 0570-007845

医療生協は入院時の差額ベッド料はいただきません。

なんでも相談窓口 TEL 086-271-0976

※往診のご相談は各診療所にお問い合わせ下さい。

地域なんでも相談窓口 TEL 086-271-7880

ケアプラン北長瀬 TEL 086-246-4101
〒700-0975 岡山市北区今三丁目18-30

訪問看護ステーション さくらんぼ TEL 086-271-5599

デイサービス虹の家 TEL 0863-81-8801
〒706-0026 玉野市羽根崎町5-26

ケアプラン協立・介護の窓口 TEL 086-901-0228

ケアプラン玉野 TEL 0863-81-1711
〒706-0026 玉野市羽根崎町5-10

在宅福祉総合センター倉田
〒703-8265 岡山市中区倉田668-1

在宅福祉センター福浜
〒702-8032 岡山市南区福富中二丁目8-7

ヘルパーステーション レインボー TEL 086-200-1720

コープケアプラン倉田 TEL 086-200-1729

受付時間 月~土 8:30~17:00

コープデイサービス福浜 TEL 086-902-0221

デイサービスセンターくらた TEL 086-276-7081

なんでも相談窓口福浜 TEL 086-902-0228

グループホーム福浜 TEL 086-264-1077
〒702-8032 岡山市南区福富中二丁目8-10

グループホーム福浜 TEL 086-264-1077
〒702-8032 岡山市南区福富中二丁目8-10

外来駐車場(協立)

- 外来受診の方は4時間まで無料。お見舞いの方は2時間まで無料(総合受付にお声かけ下さい)
- 入院時は、お車で来院はご遠慮下さい。サービス券の発行はありません。

面会に関するお願い(協立・東中央)

新型コロナウイルスの感染予防対策として、入院患者さんへのご面会は、禁止とさせていただきます。