

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 7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 61,866人
●出資金19億1,449万円
●1人平均出資金 30,945円
(2023年6月21日現在)



採決に手をあげる総代のみなさん

6月20日(火)に岡山コンベンションセンターで第78回通常総代会が開催されました。参加総代は305人で、1号議案から7号議案までの議案が大多数の賛成で可決されました。当日は晴天に恵まれ、久しぶりに総代が一堂に会し、メインスローガンの「まちに出よう、平和を語ろう、健康づくりをすすめよう。すべての世代に岡山医療生協の虹のわをひろげよう」を確認しました。早速地域では様々な楽しい取り組みがはじまっています。まわりの仲間、声をかけ、誘い合って参加の輪を広げましょう。

(4面へ続く)



新役員体制

第78回通常総代会で選出された新役員は次の通りです。同日行われた第1回理事会で役割分担を行いました。

理事長	高橋 淳(再)	理事	暮石 智子(再)
副理事長	和田 博知(再)	理事	小松 佳子(再)
専務理事	安井 進(再)	理事	榊 誠司(再)
常務理事	栗林 悟(再)	理事	佐藤志津香(再)
常任理事	竹田由美子(再)	理事	佐藤 貴子(再)
常任理事	富家 朱代(再)	理事	竹原 洋子(再)
常任理事	眞鍋 良二(再)	理事	原田 邦子(再)
常任理事	岡本由美子(再)	理事	藤原 清人(新)
常任理事	川崎 順子(再)	理事	藤原 多恵(再)
常任理事	溝口 初美(再)	理事	堀 渕陽子(再)
理事	角南 和治(再)	理事	松田ひとみ(再)
理事	田中 裕子(新)	理事	向谷 千鳥(再)
理事	石田 正也(再)	理事	安岡満利子(再)
理事	上 甲 啓一(新)	理事	安延 京子(再)
理事	藤島 文雄(新)	理事	楊 井 佳美(再)
理事	石原 弘子(再)	理事	吉 永 生 生(再)
理事	内田 恵子(新)	特定監事	吉 村 洋(再)
理事	太田早智子(再)	監事	井 場 哲 也(新)
理事	大西 佳子(再)	監事	柏野聡太郎(再)
理事	岡 朋 子(再)	監事	花田 雅行(再)
理事	奥 本 郁 世(再)	監事	平野 幹雄(再)

岡山県立岡山東商業高等学校・おかやま信用金庫・岡山医療生活協同組合 連携・協力に関する包括協定書 締結式



左から岡山東商 森山校長、おかやま信金 桑田理事長、岡山医療生協 高橋理事長

6月16日、岡山医療生協は、岡山県立岡山東商業高等学校、おかやま信用金庫と地域における連携・協力に関する包括協定を結びました。今後、人材育成や災害対応等を、それぞれの強みを活かしながら、協力してすすめていきます。

(詳細は5面へ)

地域づくりで岡山東商、おかやま信金と連携

国のき

政府が新型コロナウイルスの感染症分類を5類に移行して2カ月が経過した。それ以前は、毎日新規感染者数が公表されてきたが、今は、マスコミもほとんど取り上げることがなく、わずかに都道府県単位の医療機関で把握できた感染者数(定点調査)の週単位での推移がわかる程度である。

岡山県内では、定点で5月8日以降毎週130人、250人の感染者数が集計されている。しかし、その数字が一体何を意味するものなのか、目見当がつかない。少なくとも5月8日直後の1週間では、県内の陽性者数が126件であったものが1カ月後の6月初旬では253件となり倍化していることは理解できる。定点あたりの平均陽性者数は、1・5人から3・01人と倍化しており、実に、県内の高齢者施設ではクラスターの発生がつついていると聞いている。

昨年、第8波の感染拡大時にはピークでは県内で1日当りの新規感染者数は3千人を超えていた。もし、仮に第8波並みの感染拡大となった場合、高齢者施設のみならず社会への影響は計り知れない。事実、6月16日に厚労省の専門家会合が移行後初めてひらかれ、夏の間に一定の感染拡大が起きると予測している。

これまでのウィルスの種類はオミクロン株で「XBB系統」が大半であったが、今後は「XBB.1.16」が半数を占めるようになると指摘、感染拡大が一気に広がることも提言されており十分な注意が必要である。

(T・I)

サプリメントとの上手な付き合い方

「サプリメント」に似た言葉として「健康食品」があります。どちらの言葉を使うかは販売元によるところが大きいので、サプリメントだから気軽に飲んで大丈夫、健康食品だから良く効くといったことはありません。医薬品に加えてサプリメント等を摂取される場合は、医師や薬剤師にその旨お伝えください。

使い方の注意

サプリメント等にはビタミンやミネラルなど不足している栄養素を補うものや、健康増進を謳ったものがよくみられます。

1日の中でいつ飲んでも良いという製品も多いですが、なかには食事の前か後か、運動の前か後かというように製品の効果がしっかり出るよう服用する時間帯が用法に記載されている場合があります。服用タイミングによって製品の効果を高めたり弱めたりすることもあるので、指定された用法でお飲みください。

同様に1日の至適用量も記載されています。指示量を超えてたくさん飲むと副作用が出やすくなりますし、体内で

使われることなく排泄され飲んだ分が無駄になることもありますので、用法用量は守るようにしましょう。

「食事・運動・休養」が第一

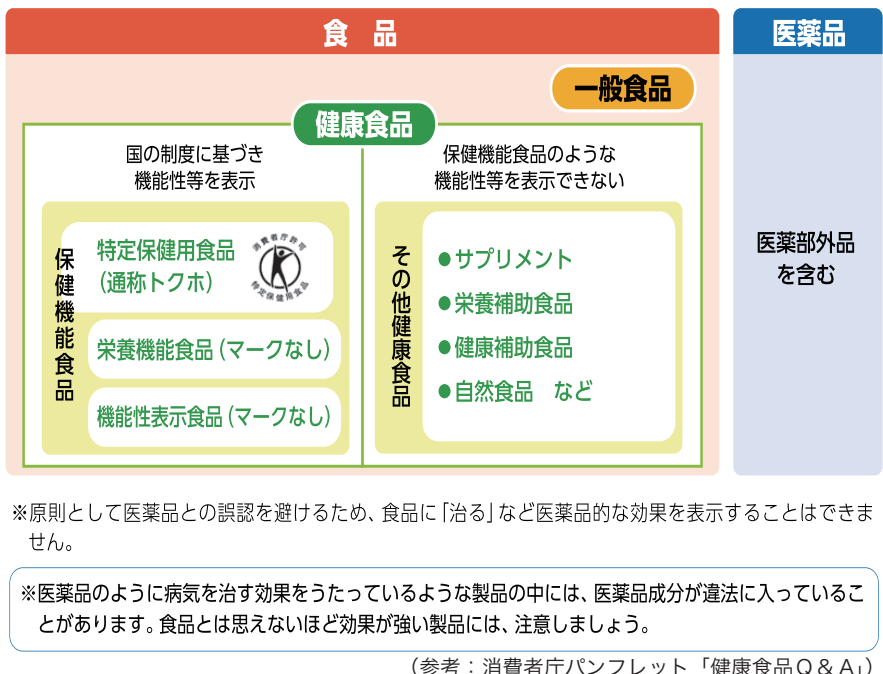
サプリメントや健康食品のメリットは、普段の生活で不足しがちな栄養素を補ったり、運動の効果を助けるなどの効果が期待できる点が挙げられます。しかし、これらは薬ではなく、あくまで食品と

して区分けされていますので、病気の症状の軽減や治療をおこなうものではないことに注意してください。健康維持のためには「栄養バランスの取れた食事、適度な運動、十分な休養」が第一です。サプリメントや健康食品は補助的なものと考え、日々の食生活や生活習慣が改善に向かうような使い方をしましょう。

岡山協立病院 薬剤部

部長 岩本 忍

図1 健康食品の分類



デイサービスくらた 野菜作り

介護事業所紹介

「デイサービスセンターくらた」では新型コロナウイルスがら類に移行し、洗濯干しのボランティアを再開、利用者さんは菜園での野菜作りに取り組んでいます。驚くような立派なジャガイモや玉ねぎを収穫し、ご自宅にお土産として持ち帰りもしていただきました。そろそろ夏野菜の収穫もはじまっています。「くらた」で取り組むすべてのことが生活に即したりハビリティです。

現在事業の見える化（広報営業）を進めており、ホームページのブログやインスタグ



菜園での野菜作り



収穫した玉ねぎ

デイサービスセンターくらた インスタグラム



DSKURATA

楽しみながら元気になれる「デイサービスセンターくらた」をよろしくお願いいたします。お気軽にお立ち寄りください。

介護事業部

副部長 渡邊佳武

脳のMRI検診再開について

岡山協立病院 健診センター

今年度より、岡山協立病院健診センターで脳のMRI検診が再開しました。これは頭部MRIと頭頸部MRAがセットになった検査です。頭部MRIは脳の断面画像を見る検査で、頭頸部MRAは脳血管を立体画像にする検査です。この検査をすること

で脳出血、脳梗塞、くも膜下出血、脳血管の狭窄、未破裂の動脈瘤の発見やリスクに気づくことができます。これらの病気は脳血管疾患と呼ばれ、日本人の死因4位になっています。そのため検査による病気の早期発見や生活習慣病の予防がとても重要となります。この検査は40歳以上で脳MRI検査を受けたことがない方、高血圧や脂質異常症、動脈硬化等の診断を受けている方、家族や血縁者に脳卒中になった人、もしくは糖尿病や高血圧の傾向がある人がある方、飲酒・喫煙習慣がある方にお勧めです。料金は組合員価格1万76

岡山協立病院 健診センター

宮武凜太郎



みんなで作るみんなの事業所

（感謝の意見）

〇定期的に協立病院へ通っています。心房細動のため他院へ行き、採血検査の結果、ワーファリンの効きが悪いことが分かり増量されました。効果を採血して判断してもらったように言われましたが、次の外来予約は6/14なので本日より1週間後に採血をしてもらうよう指示がありました。予定をしていないし、採血のオーダーもだしてもらっていないので、とりあえず本日内科の受付に行きました。HPにも載っている案内係の方が対応して、1週間後の外来予約と採血もオーダーしてくださいました。この方には、前回は紹介状を出してもらう際にもお世話になりました。お名前は知りませんが、とても親切に対応していただき感謝しております。今後ともよろしくお願いいたします。本日は本当にありがとうございました。ございました。



※2023年4・5月にお寄せいただいたご意見をもとに掲載しています。

ナースエイド募集

- 仕事内容** 入院患者さんの日常生活支援（食事・入浴介助など）、シーツ交換など
- 資格** 不問
- 給与** 時給950円（年1回定期昇給あり）
（日・祝日勤務は1,187円）
- 時間** 7～21時でご都合のよい時間（1日4時間以上）（曜日などは相談に応じます） 週3日～可
- 待遇** ・交通費規程内支給（1日4時間以上かつ週4日以上で駐車場代（月6,000円）補助あり）
・有給休暇あり
・社会保険あり（条件を満たす方）



- 未経験の方歓迎。丁寧にお教えします。
 - 曜日や時間をご相談に応じます。子育てしながらでも働きやすい環境です。
- まずは気軽に見学にお越し下さい。

お問い合わせ：岡山協立病院 看護管理室 竹田・森川 TEL086-272-2121(代)

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

医療生協では新型コロナウイルスワクチン接種を再開しています。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	TEL086-899-8112 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】 7/9(日)9:00～11:30 接種場所：コムコム会館3階 7/15(土)14:00～15:30 接種場所：協立病院内科外来 【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
岡山中央病院	TEL086-276-3711 月～金14:00～16:00	【接種日】 7/19(水)14:00～15:30に実施 【備考】 18歳以上の方
コープ西大寺診療所	TEL086-944-0088 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	TEL086-278-8522 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 TEL0863-33-1820 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。

7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
TEL086-272-2121 内線5115

◆法律相談 7月20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：7月10日(月)・24日(月) 18時～
林 潤 市議：7月13日(木)・27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 7月14日(金) 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 TEL086-278-8522 (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 TEL086-226-0110

がん患者サポート外来

看護外来シリーズ

医療の進歩とともに、病や治療がその人にもたらす影響は、ますます複雑になってきています。特にがんのように死を予感させられる疾患の診断を受けた時、大きな衝撃を受ける方が殆どです。また、治療を行いながら生活していく上で様々な辛さを抱えます。

「がんを患っていても自分の生活や生き方、価値観を大切にしながら治療や自宅療養できるように、当院のがん患者様とご家族を対象に、2016年から「がん患者サポ

ート外来」を行っています。診断時から人生の最期のことまで：がんとともに生きる上で抱える身体

の辛さだけなく、仕事や家庭で生活する中での辛さや精神的な不安があり

ます。辛さに対し、一人ひとりに合わせてがんの苦痛緩和の専門的

な知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら

知識をもった緩和ケア認定看護師と、がん性疼痛看護認定看護師が相談をお受けしています。身体的な苦痛症状に対しては、治療されている内科や外科の主治医と相談しながら



専門的知識をもった緩和ケア認定看護師



緩和ケア認定看護師 松本晃美

岡山協立病院では「がん患者サポート外来」を第3金曜日の午前中に行っています。まずは主治医や看護師にご相談ください。

ら、緩和ケア専門医とも連携し苦痛緩和を図っています。治療をしながら苦痛が緩和されることで治療がスムーズにでき、日常生活を送りやすくなります。



学生の班会参加

ソワニエ看護専門学校

～班会に参加～

新カリキュラムで「地域看護学」という新しい科目が設定され、昨年は夏休み期間を利用して数名ずつのグループで班会に参加させていただきました。

組合員さんたちと触れ合うことで、健康への思いを知って、自分たちが暮らす

また、将来看護師になりたい方がおられましたらソワニエ看護専門学校までご紹介ください。

ソワニエ看護専門学校教員 仲野佐百合

地域に関心をもち、生活者の一人として地域の特性について考える機会となりました。異年齢の方とのコミュニケーションを行いながら、楽しいひと時から多くの学びを得ることができました。

班会に参加させていただいた地域の方々、運営に関わってくださった皆様に感謝を申し上げますと共に、今後ともご協力よろしくお願いいたします。

ソワニエ看護専門学校教員 仲野佐百合

7月支部行事のお知らせ 7月15日～8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
中 区	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	13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
		毎月第2・4土曜日	13時	卓球	平井排水センター
	平 井	毎月第3金曜日	13時30分	けんこう講座	はみんぐホール(倉田産科2階)
		毎月第1月曜日	13時30分	ストレッチ教室	はみんぐホール(倉田産科2階)
	操 南	毎月第3水曜日	9時30分	布ぞうりづくり	はみんぐホール(倉田産科2階)
		毎朝	6時30分	ラジオ体操・スッパリはばれ体操	旭操コミュニティハウス
	旭 操	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
赤磐市	財 田	毎月第1月曜日	10時	脳いきいき教室	東公民館乙多見分館
	上 道	毎月第1・3水曜日	9時30分	ストレッチ体操	平島コミュニティハウス
		奇数月第3木曜日	10時30分	上道サロン	平島コミュニティハウス
	山 陽	毎週木・金曜日	13時30分	百歳体操	つどい十七川(たまりば)
		毎週水曜日	10時	太極拳	虹の家(たまりば)
	福 南	毎月第1・3金曜日	10時	ダンベル体操	虹の家(たまりば)
		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
	福 浜	毎月第2日曜日	9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
				介護保険講座	西大寺コミュニティハウス
	西大寺 芥子山	8月16日(水)	13時30分	介護保険講座	西大寺コミュニティハウス
		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
	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
玉野市	玉 野	毎週水曜日	13時	サロンつばやき	玉原大池集会所
		毎月第2金曜日・第4火曜日	9時30分	サロンあさがお	日比市民センター
	常 山	毎月第2水曜日	9時30分	健康体操	荘内市民センター
		毎月第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)
	瀬戸内市 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
	北 区	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)
		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 区	毎月第2火曜日	10時	はっぱい倶楽部(出かけ)	随時お問い合わせください
		毎月第3火曜日	10時	サロンひばりの家	コムコム駅西館
	つ だ か	毎月第3月曜日	10時	サロン マスカット	津高防除
		毎月第1火曜日	9時30分	ウォーキング	御津公民館
	み つ	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					
大 野 辻 会 大 試 し 班 会		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
		7月21日(金)	14時	ほっこり肩こりさよなら体操	コープ大野辻2階 (元 大野辻クリニック)
		7月28日(金)	14時	歩き方測定会	
		8月21日(月)	14時	肩こり解消のエクササイズとストレッチ	

地域つながりで岡山・東商・おかやま信金と連携

(1面の続き)

岡山東商高校の生徒さんと協立病院専門職は、共同で嚆下機能低下に対応した和菓子開発に取り組んでいます。

締結式で、森山校長は、「大人には考えつかないアイデアを持つ生徒の力を活かし社会課題の解決につなげる」と述べられました。生徒が企業や病院専門職とともに考えることで、社会性を学ぶ

包括協定式後、マスコミからのインタビューに応える高橋理事長と井上言語聴覚士

ことにもつながると熱く語られました。

おかやま信金の桑田理事長

は、「われわれのネットワークを活用しながら、地域の価値を向上させることに貢献したい」と報告されました。

高橋理事長は、「高齢化社会において、地域住民の健康や生活を守るために諸団体の力を借りたい」とコロナ禍での健康不安の現状を話されました。

また身体的な健康だけではなく、こころや生活も含めた「健康」について地域やまちの中で支えていく社会の構築にも触れました。

これから地域で何ができるか、何が求められているか、組合員みなさんの地域活動の重要性を再認識しました。

健康まちづくりセンター 久戸瀬圭典

みんなで話そう

第28回

生協学校

参加者募集

2023年7月22日(土) 9時～15時

コムコムホール3階

内容(案)

情勢について/医療生協入門

協同組合カードゲーム

グループワーク

参加費：1,000円 当日受付にて(資料代・昼食代含む)

◇開催方法、開催時間等を変更させていただく場合があります。予めご了承ください。

【主催】岡山医療生協 第28回生協学校実行委員会

お問い合わせ・申し込み先：健康まちづくりセンター (Tel.086-271-7880)

本部人事課 (Tel.086-271-0943)

組合員みなさんへ

大切なお知らせ

岡山医療生協では、毎年出資金残高のお知らせを郵送しています。今年度は7月下旬から8月中旬にかけて順次発送の予定です。

転居、結婚などで住所変更がある方は、お手元に届かない場合もありますので、お問い合わせください。

また、コンビエンスストアなどで1,000円分の増資ができる払込取扱票もついております。この機会にぜひ増資へのご協力をお願い致します。

お問い合わせは

Tel.086-271-7841(本部経理課)

Tel.086-271-7880(健康まちづくりセンター)

発言に答える高橋理事長

利用者数が定員に満たない日もあり、伸び悩んでいます。虹の家は組合員の方で創りあげてきました。これからも守り続けていくためにも、一層の支えをお願いします。

玉野支部 福田信洋総代

中区中央エリアのフィットネスコムコムの取り組み

富山支部 脇本延子総代

ジム嫌いの私が通い続けられる場所になっています。ご近所の方へ声を掛け合いながら楽しめています。リニューアルでも、もっと多くの人が参加できるような設備をのぞみます。

東山フルテニスコート用地取得でリニューアルを実現

協立病院 羽村裕二総代

用地取得は地域の組合員さんや連合町内会をはじめ多くの関係者の協力で実現できました。まだまだ課題もありますが、地域の健康づくりに貢献できるリニューアルを実現します。

発言をうけて

患者会活動については「工夫が必要なのはその通りで、ニーズを汲んでいく取り組みをすすめていきたい。もっと

役員選任

本総代会にて、理事及び監事の任期満了となり、新たに理事37名、監事5名が選任されました。今季で4名の理事、監事が退任されました。

退任された理事・監事みなさん

片山純子さん
橋本良栄さん
牧野明さん
園原典子さん
みなさんお疲れ様でした。

第78回 通常総代会

(1面の続き)

本総代会では、第1号議案の、2022年度事業報告、第2号議案の2023年度事業計画に対して6名の総代より発言を頂きました。

患者会の役割と位置付け

患者会 木阪清総代

糖尿病患者会「あおば会」は学習会や調理実習など定期的に開催していました。やっと再開できる見通しが立ってきたが、会員の高齢化がすすみ今後の活動は難しいかもしれない。患者会は病気に前向きに付き合っていく力になっていきます。ぜひ、病院として役割、位置付けを検討して積極的に取り組んでほしい。

コープ大野辻クリニック休みの教訓を今後活かそう

みつ支部 安場靖総代

プロジェクトチームでは事業の総括をうけて、休止後の北区組合員活動の拠点の必要性から、新たな医療生協の事業としての方向性を出しました。組合員参加のもとで一つひとつ実績を重ね、血肉にしていける努力を大切にしたいです。

発言される安場総代

表彰

今総代会では班会開催年間6回以上開催した班57班、年間で10人以上の仲間増やしを達成した組合員8人、支部組合員数の15%の増資実人数を達成した支部13支部、職員の永年勤続表彰77人が表彰されました。

総代会アピールを読み上げる大元支部 藤沢総代

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

♥7月15日(土)

♥8月はお休みします

参加費300円(18歳以下無料)

先着50名まで

※5月より会食を再開しています。

※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にすることがあります。参加にあたっては必ずご確認ください。

理事会だより

5月度定例理事会が、5月27日に開かれました。

決定事項

- 6月・7月の組合員活動
- 第78回通常総代会について(議案や式次第など)
- 在宅福祉センター倉田2階 空調設備更新
- せいきょう玉野診療所 CT撮影装置保守契約
- 岡山東中央病院 X線透視装置 機器更新
- 岡山東中央病院 一般撮影装置一式 機器更新
- 岡山東中央病院 画像読み取り装置FCR機器更新
- 内視鏡センター長任命
- 第78期理事会への申し送り事項

報告事項

- 4年度の経営
- 事業収益：6億5,960万円
- 事業費用：6億6,656万円
- 経常利益：3,713万円の赤字

協議事項

- リニューアル土地交渉の件
- タクシー会館引き渡しの件
- 岡山医療生協医療安全月間(7月)の件

虹のカフェ(認知症カフェ)

会 場：岡山医療生協コムコム会館3階

開催日：毎月第2土曜日

時 間：13時30分～15時

担当：井上・願念・篠岡・吉田

※申し込み先：健康まちづくりセンター Tel.086-271-7880

ボランティアさん募集中!

毎月第2土曜日に

※歌・楽器演奏・踊り・手話・漫才など日頃の練習成果をご披露していただく。

※お声掛け、おしゃべり。みなさんと一緒に楽しむ。ボランティアさんを募集しています。お気軽にご連絡ください!

新型コロナウイルス感染状況により予告無く変更休止にすることがあります。参加にあたっては必ずご確認ください。

名称決定 「岡山医療生協健康づくり大野辻」

北区健康づくりの拠点へ

北区エリア新規事業プロジェクトのメンバーによる検討の結果、事業所名は、「岡山医療生協 健康づくり大野辻」に決定しました。

「何をしているかが明確に分かること」「岡山医療生協と大野辻」は必ず入れてほしいとの要望が北区エリアの9支部中3支部から寄せられました。和気あいあいな雰囲気

北区エリア新規事業プロジェクト 事務局長 國垣 基

の下、個別で一押し of 名称をプレゼンしていました。何をやっているか、どの団体がやっているか明確で広く知ってもらうことができるという組合員さんの思いが込められています。これからは心機一転新しい事業所名の「岡山医療生協健康づくり大野辻」でスタートしていきます。

虹っ子にじちゃん

ジ.カタヤマ

地球上に核兵器が
一万年
以上！
ひー！
どうすれば
なくせ
るんやー！

大統領
金しほりに
したろか
核
なせ
やめとき
あー！
あー！
いいよ！

平和行進
だって
元気が
えーなあ
うちらも
さうや
核兵器
なくせ

うーらめ
なんが
涼しい
せんそう
やめろー！
平和
ちよと
寒い！

被爆者に寄り添って 2023年平和行進！

～核兵器のない世界をめざしましょう～

1958年6月からはじ
まった「国民平和行進」は、
5月6日、東京・夢の島をス
タートし、広島をめざして行
進しています。78年前の8月
6日に広島で、8月9日に長
崎で多くの尊いいのちが奪わ
れました。反核・平和のねが
いを込めて、平和行進に参加
しましょう。

2023年岡山県 内コースを一緒に

7月16日(日)、寒河駅で兵
庫県から岡山県に平和行進が
引き継がれ、26日(水)に広島
に引き継ぐ予定になっていま
す。〔別表〕2023年平和行
進スケジュールをご覧ください。
ほとんどどのコースがお昼
までとなっていますので、健
脚の方は一緒に歩きましょう。
また、岡山医療生活協では
「平和のペナント」をおうちで
平和行進にも取り組みま
す。詳しくは、健康まちづく
りセンター(Tel.086-271-
7880)までお問い合わせ
わけてください。

一羽一羽に 想いを込めて



〔別表〕2023年平和行進スケジュール	
7/18(火)	岡山市東区役所→益野県営住宅→ (9:00～9:15) (10:30～10:45) →富山公民館 (12:00)
7/19(水)	東山原爆慰霊碑⇒岡山県庁⇒ (9:30～10:00) (11:00～ 表町商店街⇒中銀岡山駅前店 11:20) (12:00)
7/20(木)	下石井公園⇒岡山市役所⇒ (9:00～9:20) (12:10) 西市公園⇒⇒コープ大福 (10:45～11:00)

2023年原水禁世界大会 広島会場に参加

岡山医療生活協では、8月6
日、原水爆禁止世界大会(広
島会場)に10名を代表派遣し
ます。コロナ禍で大会への参
加は4年ぶりとなります。当
日は、平和公園内の碑めぐり
も予定しています。各国や日
本全国の核廃絶の取り組みを
学んできます。

被爆者の願い込め 核兵器のない世界を

今年5月21日、被爆地・広
島市で開催された主要7カ国
首脳会議の最終日、岸田首相
は平和記念公園の原爆碑を背
景に「核抑止論」を正当化し
ました。被爆者や核廃絶を求
める国民の期待は大きく砕か
れました。
日々「いのち」に向き合う
岡山医療生活協は、生命そのも
のを奪う戦争に反対します。

図1 医療費2割になってからの負担感

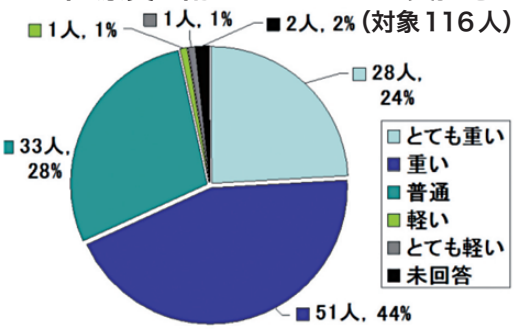


図2 医療費が増えたことで、当てはまるもの(複数回答)

- | | |
|------------------|------|
| ① 今まで通り受診 | 115人 |
| ② 受診をためらう | 12人 |
| ③ 受診回数・薬を減らす | 15人 |
| ④ 食費を削って受診 | 9人 |
| ⑤ 交通費を削って受診 | 8人 |
| ⑥ 水道光熱費を節約して受診 | 7人 |
| ⑦ 預金を切り崩して受診 | 15人 |
| ⑧ これ以上、切り詰められない | 13人 |
| ⑨ 家族に支援してもらおう | 8人 |
| ⑩ このままだと受診できなくなる | 7人 |

75歳以上医療費2割化実施後 アンケート報告

わたしたちは、日本政府が核
兵器廃止条約に署名・批准
するよう、そして核兵器のな
い平和で公正な世界を次世代
に繋ぐために署名活動や平和
のとりくみをすすめていきま
しょう。

平和環境委員会

2022年10月より後期高
齢者医療の窓口負担が、一定
所得以上の人は1割から2割
負担へ変わりました。全体の
約20%の人が対象となります
(3年間の経過措置あり)。
全日本国民連のよびかけで
2割負担実施後の生活への負
担を調査することとなり、岡
山医療生活協では125人にア
ンケートの協力をいただきました。
し、

「とても重い」「重い」と
回答されています(図1)。
既に1割負担時に生活への負
担感が「とても重い」「重い」
と感じておられる中で追い打
ちをかけている状況です。
医療費が増えた方に現状を
たずねる設問では、図2のよ
うな回答結果となりました。

3年後の後期高齢者医療受
給者証完全2割化後(所得に
よる負担軽減の経過措置終
了)の受診について、74人が
「今まで通り受診できる」、43
人が「受診できなくなるか
も」、「受診回数、薬を減らす」
と回答されています。
アンケートには自由記載欄
もあり、「負担が厳しい」との
意見も多くありましたが、「若
変更となった方116人のうち
79人が1割負担時と比較

い世代に負担はかけたくない」
「平等と思う」といった配慮さ
れた意見もありました。高齢
世代も若い世代もどちらも幸
せになれるよう考えてほしい
と思うアンケート結果でした。
事業所社保平和環境委員会

※ご相談内容はすべて秘密厳守いたします。
個人情報保護規則に基づき、相談者様の承諾なし
に外部へ情報を漏洩することはありません。
※ご相談は無料です。
※ご相談に年齢制限はございません。

「地域なんでも
相談窓口へ」
詳しくは
こちらから▶

岡山医療生活協同組合
健康まちづくりセンター なんでも相談
〒703-8511 岡山市中区赤坂本町2-20
まずは事前に、お電話でお問い合わせ・ご相談ください。
Tel.086-271-7880
受付時間：月～金 9:00～16:00

健康を保つ食事シリーズ No.225 (健診センター コムコムクッキング)

なめらか黒ゴマプリン

〈材料2人分〉

黒練りゴマ……………4 g
豆乳……………80 ml
はちみつ……………小さじ1
粉寒天……………0.4 g

[2人分 108 kcal 塩分相当量0 g]

〈作り方〉

①材料を全てミキサーにかける。
②①を鍋に入れ、弱火で2～3分煮溶かす。
③容器に入れ、粗熱をとって冷蔵庫で冷やし固める。



栄養ポイント

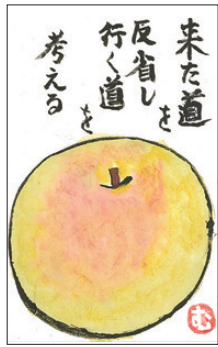
- ①ゴマには、抗酸化作用・老化防止・コレステロールの排出やアルコールの分解を促すなどの健康増進作用があります。
②豆乳（大豆）にはコレステロールの排出を促す・抗酸化作用・血流改善などの効果があります。



岡山に来てから、丸4年が経ちました。
『少しでも 少しずつ』、ていねいな暮らしをしようと思うと手間ひまがかかります。
「虹のなかま」の投稿を読み、励みにし、私自身、前向きになっ

岡山市北区 やよつち

わが家の横にある川に田んぼから排水用のヒューム管が出ていて、その上で亀が毎日甲羅干しをしています。人が



岡山市東区 睦つちゃん



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
歌川柳など、テーマ「私の楽しみ」他

近づくとすぐ川へ逃げてしましますが、ヒューム管というヒューム管全てに亀が乗っている光景は面白いです。

岡山市中区 田中貞夫

私の楽しみ

コロナの規制が解かれ、久しぶりに夫婦で香川県志々島に小旅行。以前から見たかった志々島の大楠にやっと対面。神々しい大楠に圧倒された。心は静かに落ちつき、島の人達ともいろいろな話ができ、温かい気持ちで帰路の船に乗り込んだ。紅葉の色づく秋頃再び来てみよう…そんな気持ちになった。

岡山市東区 樋口幸夫

コロナもおちついた一瞬のとき、思い切つて山陰の松江美術館へ出かけることに…。旅は三度（プランを立てる時・当日・帰ってから）楽しめます。

早島町 高田紀美子



岡山市東区 中西洋子

「健康を保つ食事シリーズ」を毎回楽しみにしています。自分で思ってもないレシピに一度は挑戦したいです。レパートリーが増えるのがいいです。

岡山市中区 岩戸 香



岡山市北区 根岸温子

今年も元旦から入院となり退職を決めました。時間と暇をもてあます中、無理をしないように、家事と健康に留意しながらのバランス生活を送っています。

趣味の習字や川柳を楽しんでいます。クロスワードが大好きな私は、「ザ・クロスワード」を見つけるとうれしくなります。これからも楽しみにしています。

玉野市 福山幸子

10年ぐらゐ前に岡大病院歯科で、会計の時にフルネームで呼ばれたので支払いに行くのと、同姓同名の方がおられました。受付番号も近かったのに驚きました。全く違う治療をされていたらと思うとゾッとしたことを思い出しました。

岡山市東区 山本正子

■ヨコのカギ

- 1 夏といえば、この果菜
3 地球上に落下した流星
6 何となく気味が悪いよ
8 …足、…断
9 勤務先に行きます
11 納豆についています
12 川や沼にすむ身近な魚
13 若者をこうも言います
15 ワンワンとかチンとか
17 将棋で角が成ると
19 人が言うことを十分考えずに信じること
20 利用者がデジタル機器に与える指示
22 建物の大…修繕工事
23 ブタやニワトリです
24 …見どり
25 インドシナ半島の内陸にある国

■タテのカギ

- 1 テレビや映画をつくる関係者
2 仮名手本忠臣蔵や義経千本桜が代表的演目
3 …深長な発言です
4 入道雲のことです
5 してはいけません
7 地球のお隣の惑星です
10 物価や温度が急上昇することを魚に例えて
11 天下の回りものとか
14 彼と2人きりだと…が悪い
16 夏といえば、この昆虫
18 船員を歌った…歌謡
19 写楽や歌麿は…絵師
21 心配事が解決して…を高くして寝る
23 絵師・歌川広重の傑作「月に…」

ザククロスワード 出題 ● モロズミ勝



答 A B C D E F

【問題】

A～Fを並べてできる言葉は？

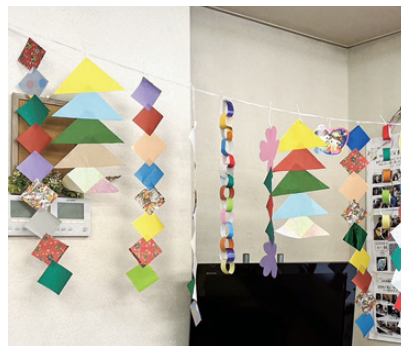
「5月号の正解と当選者」正解は「ハナシヨウブ」。今回の総応募数は93枚でした。正解者の中より5人の方にクオカードをお送りします。青山 融さん、辻 勝彦さん、長濱和子さん、三村 修さん、山本和美さん
（応募方法） 〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2-20、岡山医療生協「健康と生活」編集部宛。①クロスワードの答え、②郵便番号、③住所、④氏名、⑤年齢、を明記。応募していただいたご意見、ご感想などは編集して掲載させていただきます。メールでQRコードを読み取ると、メールで送信できます。
締め切りは7月末日（消印有効）

「虹つ子にじちゃん」は、老若男女が楽しめるマンガだと思っています。今回の太陽の顔が迫力がありよかったです。

倉敷市 坪井栄子

岡山城は、子どもが幼い頃行ったきりで、長い間訪れていませんでした。記事を見て近いうちに行ってみたいなと思いました。

岡山市東区 小竹京子



岡山市北区 西 支部

老人会の旅行で、玉野にあるダイヤモンド瀬戸内マリンホテルへ行ってきました。目に付くのは、孫へのお土産ばかりです。私も年を取ったものですね。

岡山市中区 河合孝子



岡山市東区 幸

俳句

草を取る 畑の隅で 菖蒲咲く

岡山市中区 守 安孝一

日暮れ時 花浜木綿の 香のかすか

岡山市北区 遠藤佐紀子

七夕竹 立てて古色の アーケード

岡山市北区 川合美登里

軒しずか 燕の巣立ち 見送りに

岡山市北区 佐久間公子

草を取る 伸びる勢ひ 追ひかけて

岡山市北区 今岡由紀子

短歌

休肝日 明けていつもの 一合に 思いがけなく ほろ酔となる

岡山市南区 芦田美代子

7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
岡山協立病院

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。

		月	火	水	木	金	土
内科	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
	午前 9:00~11:00 【予約制】	板野 浪尾(淑)	杉村 角南 浪尾(淑)	橋本(彰) 宇佐神 高橋(淳) 桜井	担当医 板野 角南 石井 杉村 吉崎 (6・20日)	桜井 板野 中桐 浪尾(淑) 担当医 高橋(淳) (7・14・28日)	担当医
	午後 【予約制】	中桐 浪尾(淑) 14:00~16:00	角南 浪尾(淑) 14:00~16:00 桜井 14:00~16:00	橋本(彰) 13:30~16:00	桜井 14:00~16:00 石井	高橋(淳) (7・14日) 浪尾(淑) (14・28日) 14:00~16:00	
	夜間 予約外の受付は 18:30まで		板野 担当医 (11・18・25日)	橋本(彰) 角南 杉村		宇佐神	
総合診療科	午前		清水 佐藤		一瀬	横田(啓)	
	午後 【予約制】				佐藤 14:00~16:00 禁煙外来 15:00~15:30		
神経内科 【予約制】	午後					担当医	
外科	午前	木村(圭) 鳴坂	浪尾(博) (4・18日)	馬淵 森 (5・19・26日)	伊藤(忠) 今井	浪尾(博) 大谷 (乳腺外来)	伊藤(忠) (8日)
	午後			馬淵(予約)			
皮膚科	午前	木村(摩) 担当医	木村(摩)		木村(摩) 担当医	木村(摩)	
	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 (11・25日)				
	午後 13:00~17:00			担当医 (5・19日)			
疼痛 治療科	午後 13:00~15:00	武田			武田		
	午前	竹谷	竹谷	武田	福田(展) (6・13・27日)	武田	竹谷
	午後 14:00~16:00 【予約制】		福田(展)	竹谷		福田(展) (7・14・28日)	
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	担当医 (1・15日) 川口 (8・22・29日)
	午後 15:30~16:30 予防接種・乳児健診 午後・診察 15:30~16:30受付	山崎 (3・24・31日) 13:30~16:30	山崎			川口	
						川口	
婦人科	午前	平井 (3・24・31日)		平井 (19・26日)	平井 (20・27日)	平井 (14・21・28日)	平井 (15・22日)
泌尿器科	午前	二ノ宮	二ノ宮	二ノ宮	二ノ宮	二ノ宮	二ノ宮 (15日)
	夜間					二ノ宮 (14・28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 (8・15・22・29日)
	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 (6・20・27日)	梶田	
看護専門外来 【予約制】	午前 9:00~11:30		11日 呼吸器ケア外来 島田・佐藤	5日 ストーマ外来 相賀・中下		21日 がんサポート外来 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	栗田 9:00~10:00 伊藤	伊藤 栗田	伊藤 斉藤		栗田 斉藤
	午後 13:30~16:00	斉藤 栗田	伊藤 斉藤 11:00~14:00		伊藤 斉藤 11:00~14:00	栗田 斉藤	
	夜間 16:00~18:30		斉藤			伊藤 栗田	

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。

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	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 (1・15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

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(淑) (予約)	吉崎 禁煙外来(予約)	西野 (1・8日) 光野 (15・29日)
	午後				浪尾(淑)		
	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

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 (8・22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

内科	午前 8:30~12:30	谷口	谷口	谷口	谷口 (13・27日) 光野 (6・20日)	谷口	杉村 (1・15・29日) 担当医 (8・22日)
	午後 15:00~19:00	谷口	谷口 15:00~17:00	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

歯科 【予約制】	午前 9:00~11:30	吉濱 富田	坂口	斉藤 坂口	坂口	坂口	坂口
	午後 13:30~16:00	吉濱 富田	坂口		坂口	坂口	坂口

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

なんでも相談窓口 Tel 086-271-0976

地域なんでも相談窓口 Tel 086-271-7880

訪問看護ステーション さくらんぼ Tel 086-271-5599

ケアプラン協立・介護の窓口 Tel 086-901-0228

在宅福祉総合センター倉田
〒703-8265 岡山市中区倉田668-1

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

デイサービスセンター くらた Tel 086-276-7081

月~土曜日及び祝日運営 9:30~16:30

医療生協は入院時の差額ベッド料はいただきません。

※往診のご相談は各診療所にお問い合わせ下さい。

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

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

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

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

コープデイサービス 福浜 Tel 086-902-0221

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