



コープ

# みんなの診療所 だより

発行  
コープみんなの診療所運営委員会  
〒703-8228  
岡山市中区乙多見101-4  
☎ 086-278-8522

## 体の状態も分かってよかった 長岡県住健康チェック・なんでも相談会開催

7月6日に、長岡県営住宅の集会所をお借りして“健康チェック・なんでも相談会”を開催しました。健康や生活のことで不安や悩みなどをお持ちの方がいらっしゃるのではないかと、みんなの診療所運営委員会で計画し、今回で3回目となりました。

組合員は健康チェック・骨評価・血管年齢チェックを担当、看護師が健康チェックのまとめ・健康相談を担当、ケースワーカーによるなんでも相談会の内容です。

チラシを見て、骨評価や血管年齢チェック希望の方も多く27名の方が来所されました。「健康チェックで自分の状態がわかって良かった」「看護師さんに健康の相談ができてよかった」などの感想をいただきました。スタッフからは「回を重ねるたび来所の方も増えており、年に1度は開催できればいいね」との感想も出されました。組合員と職員と一緒に、地域での健康づくりの輪が広がる活動を取り組んでいきたいと考えています。



## ～肺がん健診のご案内～



2024年度の自治体健診は受けられましたか？健康づくりのために年に1度は健診を受けましょう。がんによる死亡原因の1位といわれている肺がんは、早期の場合自覚症状がなく、罹患する人は40歳代から増加します。自覚症状がないうちに健診を受けることが大切です。

検査方法は、胸部X線検査で胸部全体を撮影し、異常があればCTなどの精密検査を受けるようになります。この検査で、心肥大など心臓の異常が分かることもあります。

大切な体の健康づくりのために、ぜひこの機会に受けてみてはいかがでしょうか。

その他ご相談やご予約は、みんなの診療所までお問い合わせください。

## 診療所で研修中です

岡山協立病院研修医の井上圭介と申します。6月からみんなの診療所で毎週火曜日に訪問診療の研修でお世話になっております。

訪問診療ではどのような方が訪問診療を必要としているか、限られた時間の中でどのようにして診療を行うかなどを学ばせていただきたいと思っております。まだまだ至らぬ点などはあると思いますが、何卒よろしくお願ひいたします。



研修医 井上圭介

## コープみんなの診療所25周年 “わくわくフェスタ”お楽しみに

4年ぶりに診療所を会場に“わくわくフェスタ”を開催します。健康チェック、健康ゲーム・体操体験、保健講話、キッチンカーなど計画中です。

ぜひご参加ください。お待ちしております。

◇日時;2024年10月5日(土)10:00~12:30頃

◇会場;コープみんなの診療所

## 8月診療予定表

8月はカレンダー通りの診療です。

内科	月	火	水	木	金	土
午前診療 9時~12時	中桐 門田	中桐	今井 21日・28日 中桐 7日・14日 ※11:00~	浪尾博	中桐 門田	中桐 10日 24日
午後診 13時半~15時	*	*	*	浪尾博	*	*
夜間診 17時~19時	*	*	中桐	*	*	*

- 午前診療 9時~12時 受付時間 8時半~11時半
- 午後診療 13時半~15時 受付時間 13時半~14時半
- 夜間診療 17時~19時 受付時間 16時半~18時半
- 休診:日曜日・祝日、第1・3・5土曜日
- ※土曜日は第2・第4のみ(祝日のある月は変動します)

## ★★サークル活動のご案内★★



手芸・卓球・フラダンス・新舞踊は  
現在お休み中です。

# コープみんなの診療所



県道250号線を姫路方面に向かい、左手に洋服の青山とネッツ岡山、右手にブックオフがある乙多見交差点を左折。突き当たりを左に折れてダイレックスの奥、左手に看板が見えます。

## 虹いろ薬局 コーナー

## おすすめの歯ブラシ



DENTシステム44Mと44Hの歯ブラシをご紹介します。

### 【特徴】

- ① 狭い歯間部や歯周ポケットに届く、細くしなやかなスーパーテーパード毛を採用。狭い歯間部や歯周ポケット内をすみずみまで磨くことが可能。
- ② 歯肉へのストレスも抑えられ、やさしい磨き心地。
- ③ 植毛本数の違いで選べるMとH。HはMの1.4倍多く植毛した刷掃力強化タイプ。
- ④ 様々な部位への毛先コントロール性にすぐれた持ちやすいストレートハンドル。

### 【使い分け】

	44M	44H
歯周病のケアとメンテナンス	◎	○
インプラント治療のメンテナンス	◎	○
矯正装置装着部位	◎	◎
歯ブラシの入りにくい歯間部	○	◎

とても磨きやすいので、ぜひお試しください。

お問い合わせは、虹いろ薬局乙多見店まで！



## 山陽支部 赤磐平和行進に参加しました

東京から広島まで平和行進は、1958年6月に始まり、今年で67年目です。7月18日に42回目の、「網の目コース赤磐平和行進」があり、54名が参加しました。

私たち岡山医療生協も、上道支部・瀬戸支部・山陽支部のメンバーと、毎年他団体の方たちと一緒に「平和」を願い行進に参加しています。

のぼり旗を掲げ、お手製のプラカードや千羽鶴などを持ちより、赤磐市役所玄関前にて、市役所の方より挨拶と募金を頂き、参加者みんなで「青い空」を元気一杯歌ってからの出発です。地域を回って小学校の横を行進している私たちに、子ども達が窓に集まり手を振り返してくれました。こんな可愛い子ども達も含め、私たち自身も「平和な世界」を守りたいと思いました。

良いお天気で、たっぷり汗を流しました。参加の皆さん

お疲れ様でした。

山陽支部  
松田



## 医療生協へのご加入をお願いします

コープみんなの診療所は岡山医療生協の診療所です。岡山医療生活協同組合はいのちと暮らしを守るため、組合員と協同して病院・介護施設・歯科の運営を行っています。

安心・安全のサービスを広げるために組合員一人ひとりの出資金が活動の支えとなります。

出資金は一口500円から可能です。ご協力よろしく  
お願いいたします。

## 私の気分転換

1年ほど前から高校時代のテニス部仲間6人で集まる機会が増えました。30年以上も経っていると、体型の変化もあり、昔のようにラケットの中心にボールは当たりませんが、2~3時間テニスで汗を流したり、ランチへ行ったり、コストコへ行ったりと、時々気分転換ができ楽しいです。みんな母となり、もうじき孫に会える子もいますが、集まると当時の感覚に戻ります。ついつい話が盛り上がりてしまふあつという間の時間です。これからも時々集まることは続けていけたら良いなと思っています。

事務員 U

## みんなのサロンについて

現在、みんなのサロンは、  
お休み中です。

お問い合わせは  
みんなの診療所  
278-8522まで



## みんなの診療所なんでも相談コーナー

毎月第2月曜日に医療ソーシャルワーカーによる『なんでも相談』を行っています。暮らしの中で「困ったこと」「どこに相談したらよいか 分からない」とありませんか？そんなときにぜひご利用ください。

**8月19日(9:00~12:00)**

※8月第2月曜日は休診のため次週となります。