



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

コープみんなの診療所
わくわくフェスタ
2025年
10/4 (土) | 10:00-12:30
会場：コープみんなの診療所
703-8225 岡山市中区乙多見101-4

イベント内容

健康チェック
・血圧、握力
・ペジチェック
・健康相談
・骨密度チェック
(株)明治
・トルトで歩行診断
(株)エコー

学ぶ
保健講話
「意外と知らない
ワクチンの話」
福引きもあるよ！

遊ぶ
・折り紙教室
・落書きコーナー
・ゲームコーナー
・ガラポン(おかやまコープ)

販売
・Sunny Bakery
(パン屋さん)
・飲み物販売
・フランクフルト、かき氷

お問い合わせ先
岡山医療生活協同組合
コープみんなの診療所
☎086-278-8522
www.okayama-health.coop

診療所の駐車場はご利用できません。公共交通機関をご利用ください。

みんなの診療所 ”わくわくフェスタ”開催

今年もコープみんなの診療所”わくわくフェスタ”を開催します。楽しんでいただけるようにと組合員さんと一緒に準備しています。
お誘いあわせて是非お越しください。お待ちしております。

【1階・2階各ブース】

10:30～11:00 保健講話

中桐 慎太郎 所長

10:25～(12:00受付終了) トルトで歩行診断

10:25～(12:00受付終了) 健康チェック

健康相談

折り紙教室

落書きコーナー

【屋外ブース】

ゲームコーナー、食べ物販売、ガラポン、休憩スペース

※内容が変更する場合がございます。

診療所の駐車場はご利用できません。公共交通機関等をご利用ください。

どなたでも
参加OK

健康づくりセンター大野辻の人気教室を
みんなの診療所で開催します！

『アートで脳活』9月9日(火)13時～15時

『ゆるっと筋トレ』9月17日(水)14時～15時

参加費：初回限定無料

ご予約・お問い合わせは
健康づくりセンター大野辻まで

☎086-805-0335

公式LINEからでも
ご予約できます！



9月診療予定表

内科	月	火	水	木	金	土
午前診療 9時～12時	中桐 門田	中桐	今井	浪尾博	中桐 門田	中桐 13日 27日
午後診 13時半～15時	*	*	*	浪尾博	*	*
夜間診 17時～19時	*	*	中桐	*	*	*

コープみんなの診療所

<http://www.okayama-health.coop/minna/index.html>

コープみんなの診療所

友だち 募集中

@433flow

うれしい情報をLINEでお届け！



○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



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

皆さんは万一の災害に備え、 食品の備蓄をしていますか？

いつ起こるかわからない台風や地震、豪雨などの大きな災害。
いざ災害が発生すると、電気、ガス、水道などのライフラインが使えなくなったり、道路ががれきで塞がれたり水没したりして、物流が機能しなくなったりするおそれがあります。

過去の例によれば、災害発生からライフラインの復旧まで1週間以上かかるケースがほとんどです。また、災害支援物資が届かないことや、スーパーやコンビニで食品が手に入らないことが想定されます。このため、最低でも3日分、できれば1週間分くらいの食品を家庭で備蓄しておくことが重要です。万が一、日常生活とかけ離れた事態が起こったとしても、いつもと変わらない、温かく栄養バランスのとれた食事があれば、心と体が満たされ、前向きな思考と元気に活動するためのエネルギーが湧いてきます。

《政府広報オンラインより抜粋》

虹いろ薬局乙多見店では非常食も取り扱っています。
常温で長期保存が可能な食品です。
ぜひチェックしてみてください。



山陽支部 核兵器のない平和な世界

私たち山陽支部は、7月18日、「核兵器のない平和な世界」を求めて歩く原水爆禁止国民平和大行進の枝コースとして、山陽地域、瀬戸及び上道支部からの参加者も加わり、赤磐市立中央図書館玄関前に集合して、例年どおり赤磐市長からの挨拶を頂き、第44回赤磐平和行進を行いました。地元の小学生や買い物客から注目される中、ラップの音楽で赤磐市役所まで堂々と行進しました。

8月6日には、赤磐市の新下市差点を拠点に40人余りがそれぞれの思いを込めた横断幕、プラスターボード、プラカードを持ち寄り核兵器のない世界をアピールしました。



お気に入りの食べ物

最近ところてんがお気に入りです。暑い日によく食べています。ところてんは腸内環境を整える水溶性食物繊維と、腸の運動を活発にする不溶性食物繊維の性質があり、便秘の強い味方です。食べ方として、一般的に三杯酢や黒蜜が主流ですが、高知県では鰹だしで食べるのが主流で、鰹のだしとしょうがでさっぱりとした夏の味として親しまれています。

私は鰹だしで食べるのが好きなので、今年の残暑は、鰹だしのところてんで乗りきりたいです。

事務員 K



はなみずきボランティアコーナー

診療所中庭にて、他の植物に埋もれていたゼラニウムが元気に育ちました。廊下側のプランターで栽培していますので、ぜひ観賞してみてください。また、花壇の手入れなどして下さる方を募集中です。お気軽にお問い合わせください。



日曜健診のご案内

健診のご予約は済まされましたか？
日曜日健診がおすすめです。保険診療がないため、待ち時間が短いです。ぜひ検討ください。

◎9月14日(日) お問い合わせ・お申し込みは
◎11月9日(日) 診療所受付まで



みんなのサロンのお知らせ

9月22日(月) 10:00～11:30頃

参加費: 200円

内容: 健康マージャンなど

お問い合わせはみんなの診療所まで

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」「どこに相談したらよいか分からない」ことなどありませんか？そんなときにぜひご利用ください。

9月8日(月) 9:30～11:30