



コープ西大寺診療所だより

発行：コープ西大寺診療所
岡山市東区西大寺中 2-20-33
☎086-944-0088

多くの方に参加していただき好評でした。 ～「フレイル予防教室」「介護施設について学習会」開催～

9月5日（金）、健康づくりセンター大野辻の理学療法士に来ていただき、「フレイル予防教室」を開催、フレイルチェックとフレイル予防体操をしました。
17名の方が参加され、和気あいあいと楽しく運動しました。
とても好評だったので、定期的に関催できたらと思います。

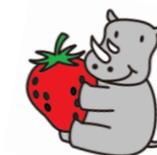


9月8日（月）、ボランティア主催の「介護施設について」の学習会を行いました。
中央福祉会さくら苑居宅のケアマネジャーの方をお招きして、介護保険の申請から介護施設の特徴までお話していただきました。
19名の方が参加され、たくさんの質問もあり有意義な時間となりました。
学習の後は、ボランティアさんが焼いてくれたおいしいシフォンケーキをいただき、みんなで楽しい時間を過ごしました。



コープ西大寺診療所まつり

～ブラッシュアップ・コープ西大寺診療所～



コープ西大寺診療所まつりを下記の内容で開催します。
秋のさわやかな空の下、笑顔と交流であふれる時間を過ごしませんか？
ご家族やお友達を誘って、ぜひ遊びに来てください。

日時：11月2日（日）10時～12時30分 ※小雨決行

場所：コープ西大寺診療所 ※駐車場あり

- ステージ企画
 - ・うらじゃ
 - ・剣詩道
 - ・ジャザサイズ

- イベント企画
 - ・健康チェック
 - ・健康・介護相談
 - ・バルーンアート

- バザー
 - 食べ物販売
 - スタンプラリー
 - 福引（空くじなし）

※内容は変更する場合があります。詳細はホームページなどでご確認ください。

10月 診療予定表

	月	火	水	木	金	土
午前診	吉崎	宇佐神 吉崎	宇佐神 吉崎	宇佐神 浪尾（予約）	宇佐神 吉崎 （3・17・ 24・31）	宇佐神 （4・18） 光野 （11・25）
午後診				浪尾（予約）		
夜間診			宇佐神			

【受付時間】 午前診：8時30分～11時30分
夜間診：16時30分～18時30分

【診察開始時間】 午前時：9時 夜間診：17時

※休診のお知らせ 10月10日（金）吉崎医師



虹いろだより～認知症～

9月は『世界アルツハイマー月間』でした。

認知症はアルツハイマー病を含む様々なタイプがあり、記憶力や判断力の低下が見られます。

虹いろ薬局西大寺店では、認知症全般の早期発見とサポートに力を入れ、60歳以上の皆さまに、認知症のチェックリストを積極的に配布しました。ご自身やご家族の健康のため、ぜひチェックリストをご活用いただければ幸いです。

また、認知症は患者ご本人だけでなく、家族や介護者の方々へのサポートも重要です。虹いろ薬局西大寺店では、認知症に関する情報提供や相談も行っております。

一緒に認知症への理解を深め、支え合っていきましょう。皆さまの健康をサポートするため、引き続きスタッフ一同努めてまいります。



「ひょっとしたら認知症かも？」

と気になり始めたら、今の自分の状態を記入してみましょう

ご家族や身近の方がチェックすることもできます。

認知症とは？

何らかの原因によって記憶力や判断力といった脳の機能が低下することで、日常生活にまで支障が出るようになった状態のことをいいます（およそ6か月以上継続している状態）

自分でできる認知症の気づきチェックリスト				
チェック	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
貯金や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか	1点	2点	3点	4点
5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	1点	2点	3点	4点
周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあると言われますか	1点	2点	3点	4点
今日が何月何日かわからないことがありますか	1点	2点	3点	4点
言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック	1点	2点	3点	4点
貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか	1点	2点	3点	4点
一人で買い物に行けますか	1点	2点	3点	4点
バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか	1点	2点	3点	4点
自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	1点	2点	3点	4点
電話番号を調べて、電話をかけることができますか	1点	2点	3点	4点

チェックリストの合計

点

20点以上の場合は、認知症や社会生活に支障が出ている可能性があります。直向の医療機関や相談窓口へ相談してみましょう。

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には、医療機関での受診が必要です。※身体機能が低下している場合は、点数が高くなる可能性があります。

出典：東京都福祉高齢保健推進課在宅支援課「知って安心認知症」（令和6年9月発行）作成：岡山県高齢者福祉課（令和7年度作成）

窓口相談の一覧へ

班会・健康チェックに参加しました

○健康チェック（9/25）
西大寺南支部・
ハローズ西大寺店

○班会（9/25）
山南南支部・
仲分クラブ班



ワクチン接種のお知らせ

インフルエンザワクチンを10/6（月）（診療時間内・予約不要）より開始します。

- 65歳以上の方 2,080円
※岡山市在住の方
- 65歳未満の方 4,620円
※組合員の方 3,300円

組合員集会が開催されました

9月18日（木）東区エリア組合員集会、25日（木）瀬戸内エリア組合員集会が開催され、多くの組合員さんが参加され楽しい交流の時間となりました。そして医療生協や各支部の取り組みについて報告がおこなわれました。



職員コーナー

診療所をもっと身近に感じてもらうためのコーナーです。テーマは自由なのでそれぞれの個性をお楽しみに♡

私の自宅の近くに西川が流れています。西川とは鴨越用水のことで東区西大寺の町を潤す歴史ある用水路です。西川は通称として親しまれ、風情ある橋や景観が魅力的です。吉井川の鴨越せきより取水し雄神地区から西大寺の市街地、金岡、九幡地域の田畑を潤して児島湾に注いでいます。毎年8月の西大寺観音院では水祭りとして灯籠流しが行われ、西川で幻想的な光景が広がります。また西川には12の橋が架かり、橋名にはくずし字や歴史的仮名遣いなどで表記されています。

西大寺診療所の近くにも12の橋の中の元町橋や千年橋があります。レトロな橋がいくつもあり、五福通りなど昭和の懐かしい風景や町の歴史を見ながら、気候の良い時期に散歩するのもおすすめです。

事務 入屋