





高齢者になると、血圧を調

### 高齢者が危険な理由

特に冬場の入浴時、高齢者に多く発生し、めまいや失神、不整脈だけでなく、心筋梗塞や脳卒中など命に関わる重大な事故につながることがあります。

### 今日からできる 予防策

浴室を控えることが大  
きな原因だと考えられています。

## 2月の法律相談・生活相談の予定

※諸事情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**

TEL 086-272-2121 内線 5115

◆法律相談 2月19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：2月9日(月)のみ 18時～

林 潤 市議：2月12日(木)・26日(木) 18時～

ケースワーカー夜間相談：毎週水曜日 17時半～19時

◆何でも相談 2月13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 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)

瀬戸支部：瀬戸支部たまは「あゆもどき」(瀬戸町瀬戸359-2)

◆生活相談 毎月第1月曜日 18時半～19時半

やどめ和子市議 (予約制)

予約連絡先：河井 TEL 090-4800-7814 (受付時間8時半～13時)

子育てなんでも相談ネットワーク TEL 086-226-0110

気になる記事が見つかるかも！



岡山協立病院  
「虹のなかま」



岡山東中央病院  
「かりゆし」



玉野診・みんな診・西大寺診  
「診療所だより」

そのため、誠に恐れ入りますが、2月1日からは整形外科の新規患者様の診察をお受けすることが難しい状況となっております。すでに整形外科を受診中の患者様につきましては、これまでどおり非常勤医師にて対応させていただきます。

新規受診をご希望の患者様にはご不便をおかけいたしますが、4月に常勤医師が着任する予定です。

再開時期が確定しましたら、院内掲示およびホームページ等で改めてご案内いたします。何卒ご理解とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。



岡山協立病院 総合診療科  
部長 医師 一瀬直日

整する機能や心臓・血管の働きが弱くなり、急激な血圧変化に対応しにくくなります。実際に、家庭の浴槽で溺れ亡くなる方の多くは65歳以上の高齢者で、冬場に事故が集中していると報告されています。

切です。

高齢の家族が入浴するときは、「声かけ」と「見守り」を心がけ、長く入っていない居間から暖房のない脱衣所に移動し、さらに熱い湯船に入ることで起こる急激な温度変化により、血圧や脈拍が大きく変動する危険な現象です。

ある一人暮らしの80代男性は、真冬の夜、暖房の効いた居間から暖房のない脱衣所に移動し、熱めの湯に肩までつかって入りました。数分後、血圧の急変で意識を失い、浴槽内で溺れているところを家族に発見されました。すでに心肺停止状態でヒートショックが原因だと考えられています。

治療や生活のこと、将来への不安や悩みなど、普段なかなか話せない思いを、同じ経験や立場の人と分かち合うことができます。

話したいときは話し、聞くだけでも大丈夫です。長年の経験がある看護師やがん性疼痛

申込：なんでも相談室もしくは電話での申し込み場所：岡山協立病院なんでも相談室

日時：第3火曜日 14時～15時30分

痛認定看護師、専門スタッフが見守る中、無理のないペースでお過ごしいただけます。

ひとりで抱え込まず、ほつと一息つける時間を過ごしてみませんか。

# 冬はヒートショックに注意

ひとで悩まないで  
～院内がんサロン「赤坂ひろば」～

みなさんは「赤坂ひろば」をご存知ですか？「赤坂ひろば」は協立病院の中にある、がんサロンです。がんと向き合う方やその家族が、気持ちを語り合える安心して集まる場所です。



「レスパイト」とは、休息。ひと息つくという意味の言葉です。レスパイト入院は住み慣れた地域での生活を支える重要な楽しみであり、介護者が安心して介護を受けられるよう支援します。家族や介護者が体を休めたい時などに入院生活をすることで安心して過ごせます。



用度課は、医療現場で使用される医材などを安定して供給し、日々の診療を支える部署です。必要な物品を適正価格で調達し、使われ方に応じた適正在庫を管理することで、無駄のない効率的な運営を取り組んでいます。また、院内備品管理を通じて、各部署が安心して業務に専念できる環境づくりを行っています。

## ちょこっと自己紹介⑨

岡山協立病院  
用度課 羽村 裕二



「当たり前にある」を当たり前に守り続けることで、質の高い医療の提供を陰から支えています。

休みの日はライブに行ったりしています。

**まだ間に合う!! 看護師をめざしている方、興味がある方ぜひ!!**

# ソワニエ看護専門学校

岡山市中区倉田394-3

## 入学試験のお知らせ

お問い合わせ先：ソワニエ看護専門学校 TEL 086-274-6455

試験区分	願書受付期間	試験日	合格発表
一般一次	11/17(月)～12/9(火)【必着】	12月13日(土)	12月17日(水)
一般二次	12/15(月)～2026/1/6(火)【必着】	1月10日(土)	1月15日(木)
一般三次	1/13(火)～2/3(火)【必着】	2月7日(土)	2月13日(金)
一般四次	2/24(火)～3/9(月)【必着】	3月14日(土)	3月18日(水)

ただいま入学試験の出願を受け付けております。  
看護師をめざす皆さまのご応募を心よりお待ちしております。

## 求人のお知らせ(岡山協立病院)

### ●岡山協立病院 介護福祉士

- ・職種：介護福祉士
  - ・募集人数：3名
  - ・雇用形態：パート
  - ・時給：1,180円～（経験を考慮し決定します）
  - ・勤務地：〒703-8511 岡山市中区赤坂本町8-10
- 協立病院の病棟における介護福祉士業務を行って頂きます。

#### お問い合わせ先：

看護管理室 尾崎・森川 TEL 086-272-2121代

詳しくは  
お問い合わせ先へ  
ご連絡ください

申し込みは

岡山協立病院 健診センター  
TEL 0570-007-845

※骨粗鬆症リエゾンマネージャーとは、骨折を防ぐために、医療スタッフと協力しながら患者さんを支える専門スタッフです。骨の検査や治療がきちんと受けられるようお手伝いし、転びにくい体づくりや毎日の食事・運動についてアドバイスを行います。

骨の健康は、年齢を重ねるほど大切になります。適切な検査と対策を行えば、骨粗鬆症は予防・進行抑制が可能です。健康で活動的な毎日を続けるために、この機会にぜひ骨密度検診を受けましょう。

未来の自分のため  
に、今できることを

骨の健康は、年齢を重ねるほど大切になります。適切な検査と対策を行えば、骨粗鬆症は予防・進行抑制が可能です。健康で活動的な毎日を続けるために、この機会にぜひ骨密度検診を受けましょう。



Osteoporosis Liaison Service

OLS

初めて、岡山協立病院 期発見・早期予防は欠かせません。  
骨粗鬆症リエゾンマネージャーの看護師末永です。

骨密度検診を受けたことはありますか？



骨密度検診を受けたことはありますか？

岡山協立病院では、定期的な骨密度検診の受診を強くお勧めしています。

岡山協立病院では、定期的に骨密度検診の受診を強くお勧めしています。

ご家族のための一時入院  
〈介護を頑張る家族の方へ〉

岡山東中央病院レスパイト入院のご紹介

在宅介護を続けたい  
実際に、こうした相談からレスパイト入院についても相談のうえ対応いたします。



笑顔で看護師がお迎えします

人生100年時代に備えて  
骨粗鬆症予防の第一歩は、骨密度検診です

岡山協立病院では、定期的に骨密度検診の受診を強くお勧めしています。

費用について  
お部屋代はいただいておりません。医療費に不安のある方には、無料低額診療制度もあります。

お気軽にお問い合わせください。  
お部屋代はいただいておりません。医療費に不安のある方には、無料低額診療制度もあります。

お気軽にお問い合わせください。  
お部屋代はいただいておりません。医療費に不安のある方には、無料低額診療制度もあります。

私たち今、人生100年時代といわれる長寿社会を生きています。長く健康に、自分らしく生活を続けるために

は、骨の健康を守ることがとても重要です。

その中でも、骨粗鬆症の早

骨粗鬆症は自覚症状がほとんどなく、気づかないうちに進行してしまう病気です。骨が弱くなると、転倒や日常のちょっとした動作でも骨折につながります。骨折は生活の質を大きく下げ、寝たきりや要介護の原因にもなりかねません。

だからこそ、症状が出る前に骨密度を知ることが大切です。

骨の健康は、年齢を重ねるほど大切になります。適切な検査と対策を行えば、骨粗鬆症は予防・進行抑制が可能です。

岡山協立病院では、定期的に骨密度検診の受診を強くお勧めしています。

## 2・3月支部行事のお知らせ

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 に ち	時 間	内 容	場 所
中 区	旭 東	2月3・17日(火)	13時～17時	水泳サークル さらと運動会(参加費1,000円)	コムコム別館
		2月5日(木)	10時	ほのか会(子どもと親のためのサロン)	旭東児童センター
	三 煉	2月26日(木)	10時	ふれあいサロン	コムコム別館
	富 山	毎月第2火曜日	9時30分	保健講座「たんぽく質のはなし」	コムコム会館3階
	幡 多	毎月第2火曜日	9時30分	操山ウォーキング	富山コムニティセンター
	財田古都	毎週火曜日	13時	ヨガ(参加費2,000円)	富山コムニティセンター
	平 井	毎月第2水曜日	10時	絵手紙教室(参加費200円)	富山コムニティセンター
		毎月第2水曜日	14時	体操教室	みんなの診療所2階
		毎週火曜日	10時	まーじゅん教室	みんなの診療所2階
	操 南	毎月第2・4土曜日	13時	卓球	平井排水センター
南 区	操 明	毎月第3金曜日	13時30分	けんこう講座	みんなのホール(食田歯科2階)
	操 南・操 明	毎月第4曜日	10時	サコロミー(参加費500円)	みんなのホール(食田歯科2階)
	旭 操	毎月第1曜日	13時30分	操南ストレッチ教室	みんなのホール(食田歯科2階)
		毎月第4水曜日	13時30分	ほっとうサロン(参加費100円)	操南コムニティハウス
		毎月第3曜日	10時	ゆめサロン	みんなのホール(食田歯科2階)
		毎月第3水曜日	9時30分	布ぞうりづくり	みんなのホール(食田歯科2階)
		毎朝	6時30分	ラボ体操・ソクリエはれはれ体操	操南コムニティハウス
		毎月第2月曜日	13時30分	ストレッチ教室	操南コムニティハウス
		毎月第4木曜日	10時	ねくわサロン(参加費500円)	操南コムニティハウス
		毎月第4金曜日	10時	布ぞうりづくり・手芸	山崎町集会室
東 区	藤 田	2月25日(水)	14時～17時	フットサル(参加費400円)	コムコム会館2階 涼亭予約
		毎月第1・3木曜日	13時	ヨガ教室	第2藤田コムニティハウス
		毎月第2・4木曜日	13時	ヨガ教室	藤田公民館
		毎月第2・3曜日	13時30分	シニアピボン教室	第3藤田コムニティハウス
		毎月2回開催 ※開催日はお問い合わせください。		レクリエーションの会(カラダを鍛えるマツコ)	文化の会(らくじやく会)※裁縫とお茶会
		3月28日(土)	13時～(予定)	話題のついでスマ校教室(はっとうサロン)	たまりばなえ
	興 除	3月17日(火)	10時	でまこに備えをヨギリ会	東鮎川コムニティハウス
	妹 芳	2月26日(木)	13時	筋膜症定期会(大人の会)※参加者添付	岡山西ふれあいセンター
	田	毎月第1・3水曜日	13時30分	芳田健康マージャンの会	芳田コムニティハウス
	福 浜	毎月第1曜日	10時30分	心と体をととのえ ゆくく	ヨーフィーサービス福浜2階
北 区		毎月最終週の曜日	13時	生演奏で楽しむこと♪ララオラロ	ヨーフィーサービス福浜2階
		2月21日(土)	10時	福浜公民館まつ青空健康チェック	南区福浜公民館2階
		3月18日(水)	13時30分	野山をもっと楽しくできるか?バーベキュー	ヨーフィーサービス福浜2階
	デイサービス	毎月第4火曜日	16時30分～17時	フィットネス(参加費500円)	コムコム会館2階 涼亭予約
	福	毎月第1・3水曜日	9時30分	ストレッチ体操	平島コムニティハウス
	上 道	奇数月第3木曜日	10時30分	上道サロン	平島コムニティハウス
	瀬 戸	毎月第1曜日	10時	笑う班会	旭川コムニティセンター
		毎月第1曜日	18時30分	生活相談	あゆもどき(たまりば)
		毎月第1水曜日	10時	カフェあゆもどき(たまりば)	あゆもどき(たまりば)
	芥 子 山	毎月第3曜日	14時	農業問題学習会(12月から2月まで回数限定)	あゆもどき(たまりば)
赤磐市	西 大寺 南	毎月第4土曜日	13時30分	農業麻雀	あゆもどき(たまりば)
	雄 神	毎月第4曜日	10時	ウォーキング	あゆ問い合わせください
	西 大寺	2月13日(金)	13時30分	健康マージャン	ウエーラシア岡山富士見店
	可 知	毎月第1・3水曜日	13時30分	健康チェック	ウエーラシア岡山富士見店
		毎月第2・4・5曜日	13時30分	健康チェック	ウエーラシア岡山富士見店
	山 南 南	3月19日(木)	10時	藤クリーン見学	お問い合わせください
	北	2月19日(木)	13時	健康チェック	朝日コムニティ
	西	毎月第2曜日	10時	サロンひのきのぼり(映画鑑賞)	三軒屋ふれあい会館
	つだか	毎月第4曜日	11時	サロンひのきのう(料理)	三軒屋ふれあい会館
	み つ	第1木曜日	12時30分	Café・カレー	コムコム駅西館
瀬戸内市	一 富	第2火曜日	10時	サロンひのりの家	コムコム駅西館
	山	3月13日(金)	13時	ゆるっと筋トレ	随時問い合わせください
	牛	毎週木曜日	13時30分	サロンももたろう	マスクett(たまりば)
	駄 船	2月25日(水)	11時	百歳体操	マスクett(たまりば)
		2月24日(火)	10時	青空健康チェック	さくら祭典せとうホール
		3月7日(木)	10時	青空健康チェック	ハロース久石店
	備 前 市	毎月第1土曜日	13時30分	ひなせサロン	川向会館
	長 船	毎週水曜日	13時	サロンぶつやき	玉原大池集会所
	玉 野	毎月第2・4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	深山公園「道の駅」2階
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

## 理事会だより

12月度定例理事会が、12月27日に開かれました。

## 決議事項

- 生協役員賠償責任保険への加入
- DNS (ドメインネームシステム)  
サーバ更新

## 報告事項

- 2025年11月度の経営  
事業収益：6億9,013万円  
事業費用：7億254万円  
経常利益：303万円の黒字

## 協議事項

- 2025年度振り返りと2026年度  
方針骨子

## 子育て応援行事のお知らせ

●あつ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  
受付時間：11時30分～12時15分

♥2月21日(土)

♥3月21日(土)

参加費300円  
(18歳以下無料)  
先着50名まで



※申し込み先：  
健康まちづくりセンター  
Tel 086-271-7880  
(平日9:00～17:00)

## みんなで現状維持を(瀬戸支部)

たまりば「あゆもどき」は、玄関も室内も新年にふさわしい南天が活けられてとてもきれいでいた。

「今日は何の日でしょうか?」と講師の大きな声に「今日は七草がゆ食べる日!」と参加者の返事が返ってきます。1月7日(水)10時、「カフェあゆもどき」がスタートしました。ボランティアも含め参加者は10人で、今日のお話は「冬の感染症」についてでした。お話の後は、脳トレをし、甘酒、羊羹、干し柿、それに参加者持参のお漬物がふるまわれ、たのしいおしゃべりが始まります。

このカフェは、ボランティア学校を開き、学習した組合員のみなさんで立ち上げました。母親が入院したこときっかけに瀬戸支部とのつながりを持った男性は「参加者の中に男性が増えたらいいな」と思いを語られました。

た。参加者のみなさんは、「このままいたい」「いろんなことができなくなったらガクッとくると思う。だから現状維持で」と、認知症予防にもなるこのカフェでの交流を楽しみにしています。笑いが絶えないカフェは、参加者の元気の源になっています。

## 6月・9月・2月は健康チェック!

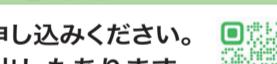
医療生協では自分の健康チェックを自分たちで行うことをすすめています。中でも血圧測定と尿チェックは基礎的健康チェックとして誰でも測れることをめざしています。

尿チェックの方法などのお問い合わせは  
健康まちづくりセンターまで Tel 086-271-7880



## 岡山医療生協健康教室 行事予定(要予約)

※予約制です。事前にお電話または公式LINEよりお申し込みください。  
※★はヨガマットをご持参ください。100円で貸し出しもあります。



公式LINEのお友達登録はこちらから

内 容	日 に ち	時 間	参 加 費(税込)	場 所
目指せ美姿勢★	2月9日(月)、20日(金)	13:30～14:30	組合員：1,000円 一般：1,500円	コムコム会館
健康マージャン(女性限定Day)	2月6・20日(金)	10:00～12:00	組合員：500円 一般：600円	コムコム別館(中区赤坂本町2-20)
ねんねの相談会&子育て座談会	2月26日(木)	10:00～11:30	組合員：500円 一般：600円	コムコム別館(中区赤坂本町11-40)
ゆるっと筋トレ	2月4日(水)、13日(金) 18日(水)、27日(金)	14:00～15:00	組合員：500円 一般：600円	みんなの診療所2階(中区乙多見101-4)
アートで脳活 (鉛筆画や水彩画を自由に楽しもう)	2月10・24日(火)	13:00～15:00	組合員：500円 一般：600円	
ゆるっと筋トレ	2月10・24日(火) 2月3・17日(火)	10:30～11:30 13:30～14:30	組合員：500円 一般：600円	ハッシュタグ：ブランチ北長瀬(北区北長瀬表町2-17-8)
若さを保つ筋トレ★	2月3・17日(火)	14:45～15:45	組合員：1,000円 一般：1,500円	
目指せ美姿勢★	2月17日(火)	10:00～11:00	組合員：1,000円 一般：1,500円	
若さを保つ筋トレ★	2月10・24日(火)	15:00～16:00	組合員：1,000円 一般：1,500円	
健康マージャン	2月4日(水)、17日(火)	10:00～12:00	組合員：500円 一般：600円	ひらた旭川荘(北区平田407)
バランスボール教室 キッズ教室	2月14日(土)	10:00～11:00	組合員：1,500円 一般：2,000円	
バランスボール教室 大人教室	2月14日(			



## 健康を保つ食事シリーズ

No.253 (健診センター コムコムクッキング)

## 鶏胸肉とたきれんこんの焦がししょうゆマヨ炒め

&lt;材料2人分&gt;

鶏胸肉……………160 g  
片栗粉……………大さじ1と1/3  
にんじん……………40 g  
春キャベツ……………80 g  
れんこん……………60 g  
まいたけ……………1/2袋(50 g)  
しょうゆ……………小さじ2  
マヨネーズ……………小さじ2  
七味唐辛子(お好みで)…適量

## &lt;作り方&gt;

- ①鶏胸肉は繊維を断つように一口大に切り、片栗粉をまぶしておく。
- ②にんじんは短冊切り、春キャベツはざく切りにする。れんこんは麺棒でたたき、他の具材と同じくらいの大きさに切る。まいたけはほぐしておく。
- ③フライパンに、マヨネーズを半分入れ鶏胸肉の両面に焼き色がついたら、取り出す。
- ④マヨネーズの残りをフライパンに入れ、にんじん、れんこんを炒める。にんじんがしんなりしてたら春キャベツ、まいたけを加えて炒める。
- ⑤野菜に火が通ったら、鶏肉を戻し、しょうゆをかけて全体に味を馴染ませる。



## 栄養ポイント

- 鶏胸肉は、低カロリー・高タンパクです。
- マヨネーズで炒めることでコクが出ます。

岡山市東区 山本嘉子  
「健康を保つ食事シリーズ」の栄養ポイントは、頭の体操に良いのです。いつも楽しんでやっています。

赤磐市 撰 美恵子  
鶏胸肉とたきれんこんの焦がししょうゆマヨ炒めは、頭の体操に良いのです。いつも楽しんでやっています。

福島県会津の村では、数え年6歳の子が「火の用心」と筆で半紙に書いて近所に配ります。昔のかやぶき屋根の家で一番可愛いのは「火事」でした。「火の用心」と書かれた紙は、1年間神棚に貼つておきます。この風習も田舎に子どもが少なくなつたため、都会に住んでいる孫たちが書いて送つてくれて、かるうじて

続いている。いつまでも残したい習わしだと思います。



岡山市北区 片山久美子



応募はこちらから  
<http://mail-to.link/m7/p05ba>



山火事、住宅火災をテレビで見聞きして、火災の恐ろしさを感じています。私が育った(七十数年前)九州の田舎では、冬休みの時小学校高学年の子どもたちが、夕刻、数軒の家を拍子木を鳴らして大声で「火の用心願います」と廻っていました。

岡山市東区 杉山道夫

「健康と生活」を毎月隅々まで読ませて頂いています。19年前、初孫は協立病院の産科で生まれました。子育て支援のページを見るとあの頃を思い出します。

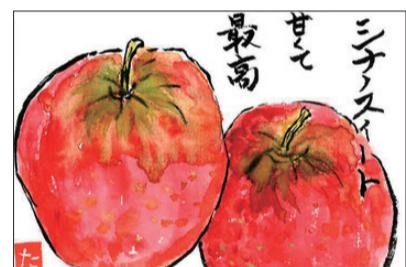
岡山市東区 谷口栄子

毎朝のラジオ体操と週2回の太極拳教室で体を動かすことです。自家菜園でも草取りばあさん?で頑張つています。食事も減塩・減油を考えながら、たん白質やカルシウムをたくさん摂るように料理しています。

岡山市中区 河面奈津子

先日、医療機関で体重減を指摘されました。健康にやせたいです。食事・運動両面から取り組みをしていこうと思います。

岡山市東区 大月逸郎



岡山市東区 那須貴子

岡山市中区 高橋淳

「おうちでできる健康づくり」塩麹漬け真鯛のアクアパリーズを早速作ってみました。美味しい!!



岡山市中区 三宅敏広  
わが家のインターфон、大活躍中! 今まで来客や郵便屋さんが押すだけのインターフォンでしたが、1歳になつた娘は出かける時も帰ってきた時も必ずインターフォンを押します。家に出入りするルーティンができています。



岡山市東区 Y.O.

多くの医療機関が赤字になつてゐるとか? 医療も介護も国民の生活・生命を守るために、もっともっと充実させほしいです!

岡山市北区 KAEDE  
退職し 報連相からホウレン草

ものおじをせぬベトナム乙女 入部せり  
何故に茶道か 新風の吹く 十キロ超えの曾孫抱く  
玉野市 大賀智恵子  
入部せり  
十キロ超えの曾孫抱く  
川柳

岡山市中区 KAEDE

## ■ヨコのカギ

- 1 春告げ鳥とも言います
- 4 シャツの袖口の留め具
- 7 「王」の中国語読み
- 8 曆の上での春はこの日から始まります
- 10 …包丁。…のつま
- 12 へたの…好き
- 13 童謡「♪…にゆれて静かに眠れ」
- 15 …幕のスター
- 16 五…六腑
- 17 小石をかける子どもの遊び
- 19 必要は発明の…
- 20 草かんむりに母?
- 22 実験台にされるネズミ
- 25 アシとも呼ばれる植物
- 26 シングルベッドが二つ
- 27 遠隔操作で走らすことができる…カー

## ザ★クロスワード

出題 ● モロズミ勝



答 A B C D E F

【問題】二重ワクの文字を、A～Fの順に並べてできる言葉は、なに?

- 21 1人の…も七十五日
- 22 一力所にむらがり集まる
- 23 3 路上や車内でのこと
- 24 4 女性が手紙で書く結語
- 25 5 アリス「…の稻妻」
- 26 6 細かくずたずたに断ち切ること

## ■タテのカギ

- 1 人の…も七十五日
- 2 一力所にむらがり集まる
- 3 路上や車内でのこと
- 4 女性が手紙で書く結語
- 5 アリス「…の稻妻」
- 6 細かくずたずたに断ち切ること

2月

## 外来診療表

## 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

受付時間 午前 8:30~11:00(予約外)

午後 予約制

夜間 16:30~18:30(予約外)

## 内科

- 慢性の病気の方は予約制です。
- 予約外の方は初診担当医師が診察します。

## 総合診療科

脳神経内科  
予約制

## 外科

## 皮膚科

## 整形外科

脳神経外科  
予約制疼痛治療科  
ペインクリニック  
緩和ケア  
予約制小児科  
●受診の際は事前にご連絡ください。  
直通電話  
086-271-7830

## 婦人科

## 泌尿器科

## 眼科

耳鼻咽喉科  
予約制心療科  
予約制歯科  
予約制  
直通電話  
086-  
271-1978

## 面会時間

- 面会予約不要 \*HCU病棟と緩和ケア病棟を除く
- 面会時間：岡山協立病院 14時～19時  
岡山東中央病院 14時～19時

## 岡山東中央病院

TEL 086-276-3711

〒703-8265  
岡山市中区倉田677-1

受付時間 午前 7:30~12:00

午後 13:30~14:30(予約外)

夜間 16:30~19:00

## 内科

## 皮膚科

## 整形外科

## 訪問診療

## 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

受付時間 午前 8:30~11:30(予約外)

午後 予約制

夜間 16:30~18:30(予約外)

## 内科

## 皮膚科

## 整形外科

## 訪問診療

## 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

受付時間 午前 8:30~11:30(予約外)

午後 13:30~14:30(予約外)

夜間 16:30~18:30(予約外)

## 内科

## 皮膚科

## 整形外科

## 訪問診療

## 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

受付時間 午前 8:00~12:30

午後 14:40~19:00

## 内科

## 皮膚科

## 整形外科

## 訪問診療

## コープ倉田歯科

TEL 086-237-8888

〒703-8265  
岡山市中区倉田680-1受付時間 午前 9:00~11:30  
(初診受付は 11:00まで)午後 13:30~16:00  
(初診受付は 15:30まで)歯科  
予約制

## 皮膚科

## 整形外科

## 訪問診療

歯科  
予約制

## 皮膚科

## 整形外科

## 訪問診療

## 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

医療生協は入院時の差額ベッド料はいただきません。

地域なんでも相談窓口 Tel 086-271-7880

※往診のご相談は各診療所にお問い合わせください。

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

ケアプラン協立・介護の窓口 Tel 086-901-0228

〒706-0026 玉野市羽根崎町5-26

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

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

ケアプラン 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

駐車場(協立)

●駐車場の料金は事前精算になります。サービス券の処理を行えば、受診の方は12時間まで、面会の方も30分まで無料になります。