

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

使えるぞ、医療生協！ 病気のときも、元気なときも。

健康と生活

2026 9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 58,549人
- 出資金 18億773万円
- 1人平均出資金 30,875円

(2026年8月16日現在)

9月は防災月間

災害への備えを、いま一度見直しましょう

岡山医療生協の事業所として

今年7月に発生した熊本地震や、8月の千葉豪雨では、多くの尊い命や日常が失われ、今なお避難生活や復旧・復興に尽力されている方々がおられます。被災された皆さまに心よりお見舞いを申し上げます。

岡山医療生協では、地域のみなさんの命と健康を守るため、各事業所で避難訓練や備蓄品の点検、災害時の連絡体制の確認など、さまざまな防災対策に取り組んでいます。

岡山協立病院では、毎月防災対策委員会を開催し、定期的に防災訓練を実施しています。また、地震や風水害などの自然災害に加え、新興感染症の流行やサイバー攻撃など、さまざまな危機に対応できるよう事業継続計画（BCP）を策定し、いかなる状況においても地域に信頼される医療を提供できるよう努めています。

東中央病院は災害時には軽症の被災者を主に受け入れます。訪問診療の患者さんや地域組合員の安否確認・対応だけでなく、地域の町内会と避難場所として利用する契約を締結しています。昨年9月に刷新した待合室の椅子は、災害時にはベッドとして活用できるようになっています。来年3月には、組合員と地域住民を対象とした「防災マルシェ」を開催予定です。

一時避難入院ができるように連携しています。

南海トラフ地震も想定

玉野3事業所（せいきょう玉野診療所、ケアプラン玉野、デイサービス虹の家）では、合同で年2回防火訓練を実施しています。また玉野地区は南海トラフ地震防災対策推進地域に指定されていることもあり、地震防災規定を作成し、消防署に提出しています。地震災害、津波対策として2階多目的ホールとリハビリ室を垂直避難場所としています。赤色灯や毛布も常備しており、近日中午にポータブル発電機なども準備する予定です。

また大規模な津波が発生した場合の避難場所を高台にある小学校を想定し、避難通路の確認や、実際に歩行訓練も実施しています。



岡山協立病院の防災訓練

大雨や台風にも備えて

備えて

9月は台風や大雨への警戒が必要な時期でもあります。5月に大きく変わった気象の

各事業所に募金箱を設置しております。お寄せいただいた支援金は、各関係機関を通じて、被災地の復興および被災された方々への支援に活用させていただきます。

災害支援募金にご協力を

各事業所に募金箱を設置しております。お寄せいただいた支援金は、各関係機関を通じて、被災地の復興および被災された方々への支援に活用させていただきます。

5つの危険度と情報の種類



図1 5月29日より気象の警報などが大きく変わりました

気象庁「新たな防災気象情報に関する説明資料(わかりやすい版)」を加工して作成

各介護事業所では、利用者への支援として、必要時には協立病院や東中央病院に

各自自治体健診の予約は済みましたか？

がん検診もお忘れなく！

ネット予約はこちらの2次元コードから↓



国のき

「少年たち、よく覚えておきなさい。法律は国家の都合のいいように作られている。国民なんて二の次だし、ましてや正義なんてものは無関係。昨日まで無罪だったものが、ある日突然有罪になる。そんなものに振り回されちゃだめ。何が正しいかは自分で考えなきゃいけない。わかった？」魔女と過ごした七日間／東野圭吾のなかでの、人知を超えた未来予知能力を持つ女性キャラクター羽原華のセリフだ。

日本の国旗を傷つける行為を禁じる「国旗損壊処罰法」が先の特別国会で成立した。国旗が損壊されて社会不安があるという事実もなく必要性を感じない。立法目的も犯罪の構成要件、処罰の対象もあいまいだ。表現の自由（憲法21条）にも抵触し憲法違反の可能性を指摘する専門家も多い。こんな法律案を国会に出したある与党議員は「愛国心の醸成」を目的にあげた。背筋がぞつとする。賛成した議員は真面目に法律案を読み込み、学び、良心に従って意思表示をしたのか。

国民の生命と財産を守るべき政府が国体護持のためとして生命と財産を戦争のためにつぎ込んだ時代があった。自国の国旗を拒否し、損壊してでも抗議しなければならぬ時が来ないことを祈る。

受けやすくなった

大腸内視鏡検査

しました。

岡山協立病院 内科
内視鏡センター長 佐藤知子



自覚症状の わかりにくいがん

大腸がんは、日本で増加しているがんの一つです。しかも大腸がんは、早期の段階では多くの場合、症状がほとんどありません。

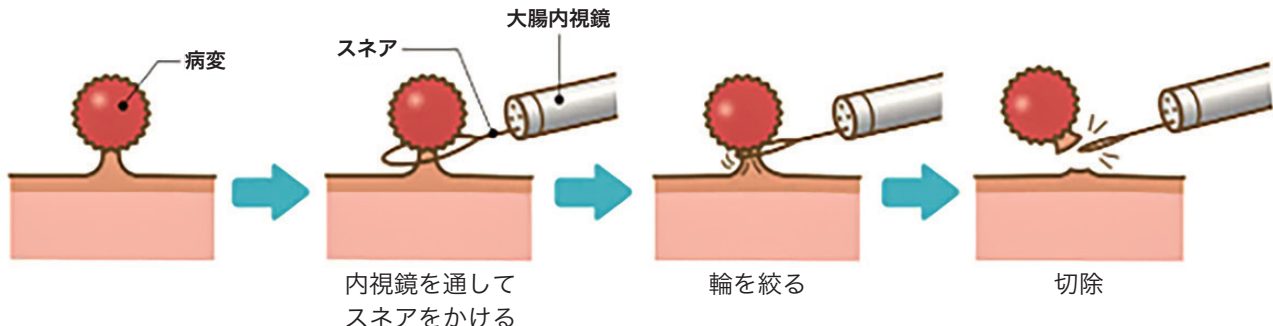
「大腸内視鏡検査はつらそう」「症状がないから、まだ検査は必要ない」「便潜血検査で陽性になったけれど、受けるのが怖い」

このように、大腸内視鏡検査に不安を感じている方は少なくありません。しかし症状がないうちに発見することで、内視鏡による治療で対応できる場合もあり、症状がない段階から定期的に検査を受けることが大切です。

大腸内視鏡検査をより負担なく受けていただくために、内視鏡センターでは本年より新たに2つの取り組みを開始

①日帰り手術で 負担軽減へ

大腸ポリープは、早期に切



除することにより大腸がんの発症予防につながる重要な病変です。これまで、内視鏡検査を実施し、日を改めて再度内視鏡でポリープ切除を実施していましたが、今年1月より、小さなポリープで、処置後の出血リスクが高くない場合には、観察と同時に切除を行う日帰り手術を実施しています。これならなんでも大腸内視鏡検査を受ける必要はなく、費用負担も少なくて済みます。

日帰り手術開始以降、術後出血をはじめとする重篤な合併症の発生はなく、極めて安全に施行されています。今後一層の安全管理を徹底し、大腸疾患の早期発見、早期治療につながるよう検査体制をとっていきます。

②自宅前処置で 時間短縮に

さらに今年9月より、大腸内視鏡検査における前処置用下剤の服用をご自宅で行っていただく「自宅前処置」の運用を開始いたしました。

これは、これまで院内で行っていた腸管洗浄用下剤をご自宅で内服した上でご来院いただく方法です。患者さんの



院内滞在時間の短縮および精神的・身体的な負担の軽減を図るためのものです。

試験的に行った患者さんからは、在宅で下剤を飲む安心感、プライバシー確保、時間の有効活用など自宅前処置について好評価をいただいています。

「自宅前処置」の適応となる患者さんについては、検査申し込み時にご案内させていただきますのでぜひご活用ください。

内視鏡センターでは、今後とも患者さんが快適に安心して検査が受けられる体制を整え、安全かつ質の高い内視鏡検査の提供に努めていきます。

「最近便通が思わしくなく」「以前ポリープをとったことがある」など気になる症状がある場合にも大腸内視鏡検査を受けることができますので、当院外来へぜひご相談ください。

提携店に聞いてみた

「牛窓シヨッピング」(瀬戸内市牛窓)

顔が見える温かい信頼関係で地域の暮らしを支え続けたい

牛窓のフェリー乗り場近くに商いを始め、4代目が1970年10月に瀬戸内市初のスーパーを開店されました。地域の人たちとのつながりを大切に奮闘されている5代目の高祖英夫さん(牛窓シヨッピング店主)と妹さんにお話を聞きました。

一人ひとりを 大切にする店に

瀬戸内海に面する港町を中心に広がる、日本のエーゲ海と呼ばれる牛窓は、人口約5千5百人の町です。「牛窓シヨッピング」は県道28号線からわき道を入ったところにあります。近くには牛窓中学校が建っています。

スーパーができた当時は、市外からも人が訪れるほどの

見守りと 憩いの場を提供

賑わいを見せていたそうです。人口減少や大型店の進出に伴い、「広く集客する」のではなく、「地域のお馴染みさんを一人ひとり大切にす

たときには、一人暮らしの方の栄養状態や安否の確認といった見守りの役割も担っています。

店主の妹さんはヘルパーの資格を活かし、歩いて来店された方に冷たいお茶を提供したり、日々のちょっとした相談に乗るなど、安心できる憩いの場を提供しています。

地域の店 だからこそ

いま力を入れられているのは、高齢化が進む地域に寄り添う細やかなサポートです。お店に通えなくなったお年寄りには、注文の商品をお届けしたり取り寄せたりしています。お届けするときには、数種類のお菓子を持参して選んでいただくなど、対話を大切にした柔軟な配達を実施しています。

将来の目標は、店舗の拡大ではなく現状維持で、子どもからお年寄りまで多世代が気軽に交流できる「地域のコミュニティ拠点」であり続けることです。大型店には真似できない、顔が見える温かい信頼関係で地域の暮らしを支え続ける決意が語られました。

編集委員会



5代目の高祖英夫さん

※岡山医療生活協同組合では組合員になると提携店のサービスを受けることができます。詳しくはホームページもしくはこちらからチェック。



秋のお祭りのお知らせ

※内容は変更になる場合があります

「コープデイサービス福浜 福浜の秋のまつり」

開催日：10月11日(日)
時間：9:00～12:00
場所：コープデイサービス福浜

「つながる笑顔・ひろがる健康 コープ西大寺診療所まつり」

開催日：11月3日(火・祝)
時間：10:00～12:30
場所：コープ西大寺診療所

「コープみんなの診療所 わくわくフェスタ」

開催日：11月14日(土)
時間：10:00～12:30
場所：コープみんなの診療所

「岡山協立病院 大恐竜FES&超肉グルメFES」

開催日：11月22日(日)
時間：10:00～15:00
場所：岡山協立病院

●職員の方々がとうとう。起床時に体調不良を感じ、息苦しさや圧迫感とひどい痛みで我慢できず、電話で緊急診療をお願いしました。早朝にもかかわらず、看護師さんと若い2人の先生にお世話になりました。親切で優しくかったです。日に日に体調は良くなり、今も通常の日常生活を送っています。これからも多くの患者さんから感謝される協

みんなであつくる
みんなの事業所

(感謝の意見)

※今回掲載している虹の意見については、2026年5月にお寄せいただいたご意見です。



立病院の先生と職員さんでいてください。ひとりの組合員としてありがたいです。

お詫びと訂正

2026年8月号3面の「ケアプラン協立・介護の窓口」記事内の電話番号に誤りがありました。

正) お問い合わせ:

TEL 086-901-0228

訂正しお詫び申し上げます。

9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 9月17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：9月14日(月)・28日(月) 18時～
林 潤 市議：9月10日(木)・24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 9月11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：瀬戸支部たまりば「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

おうちでできる ゆる筋トレ

④呼吸筋ストレッチ

肺気腫は、長年のタバコなどが原因で肺の中の小さな部屋(肺胞)が破壊され、階段の昇り降りなどで息切れが生じたり、長引く咳や痰が出たりする病気です。

やすくなり、呼吸にかかる負担を和らげることができ、スムーズな呼吸をめざしましょう。

呼吸筋ストレッチ

肺の動きを助ける「胸の柔軟性」を保つことがとても大切です。そこでおすすめしたいのが、息を吐きながら背中を丸めて肩甲骨をしつかりと広げ、息を吸いながら胸を大きく開くストレッチです。

両手を頭の後ろで組み、大きく息を吸います。ゆっくり息を吐きながら、組んだ両腕を真上に伸ばします。手のひらを上に向けて、ぐっと背筋を伸ばしましょう。

この運動によって胸郭(胸まわり)のしなやかさを取り戻すことで、息を深く吸い込み

岡山協立病院
リハビリテーション部
理学療法士 草地海翔

呼吸に関わる筋肉をやさしく伸ばし、深くゆったりとした呼吸をサポートする運動です。

① 両手を首の後ろに添える



② 両腕をゆっくり上に伸ばし、深く息を吸い込む



10回で1セット、
1日、3セット程度

主に伸ばす筋肉



肋間筋(ろっかんきん)
肋骨の間にある筋肉で、呼吸を助ける働きがあります。



大胸筋(だいきょうきん)
胸の前面にある筋肉で、肩や腕の動きに関与し、呼吸を助ける働きもあります。



広背筋(こうはいきん)
背中の広い部分にある筋肉で、肩や腕の動きに関与し、呼吸を助ける働きもあります。

岡山市特定健診はお済みですか？

対象者 40～74歳の方

検査内容

- 血液検査(中性脂肪、HDL・LDLコレステロールなど)
- 身体計測
- 内科診察
- 尿検査

約9,000円かかる内容の健診が
お得に受けられます！

料金 500円

※節目年齢(40・50・60・66歳)の方は無料です。
※後期高齢者健診、生活保護等受給者健診も受け付けています。

お問い合わせ

岡山協立病院 健診センター TEL: 0570-007-845

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」

Peace from わたし

～ 平和の種まきを、わたしから～

平和のつどい2026

恒久的な平和を願い、岡山医療生協では毎年「平和のつどい」を開催しています。今年は8月1日(土)、Peace from わたし ～ 平和の種まきを、わたしから～をテーマに開催し、145人が参加しました。世代を超えて平和への思いを共有し、次の世代へつないでいく機会となりました。

核兵器のない世界を、私たちの手で

記念講演では、田中美穂さん(カクワカ広島 共同代表)を講師に迎え、「核兵器



田中美穂さん

のない世界をつくるのは私たち」をテーマに、核兵器禁止条約について国会議員と意見を交わした経験や、核実験が行われた地域の現状、核兵器が人々や地域にもたらす影響についてお話しいただきました。核兵器のない世界の実現に向け、一人ひとりが関心を持ち、声を上げ、行動することの大切さを学びました。

身近なところから始める平和活動

続いて3つの活動報告が行われました。

岡山市立東山中学校ボラン



会場には平和の折り鶴も展示

佃和佳奈さん(元高校生平和大使 現 Peace Link 井原共同代表)からは、高校生平和大使としての活動や「Peace Link 井原」を立ち上げた思い、平和について考えるきっかけとなる学習プログラムの取り組みが紹介されました。また、岡山協立病院理学療法士の黒原道雄さんからは、基地問題を「自分たちの暮らし地域だったら」と想像し、自分自身の問題として考えることの大切さを学びました。さらに、「平和の折り鶴昇



佃 和佳奈さん

ティア部の皆さんからは、校内活動や地域のお祭りへの参加、原爆慰霊塔の清掃など、身近なところから平和につながる活動が紹介されました。



岡山市立東山中学校 ボランティア部

署名にご協力をお願いします

岡山市の高すぎる国保料の引き下げを!

国民健康保険は、誰でも一生のうち一度は入る公的医療保険です。この制度は、市の独自努力で保険料を引き下げることできます。

高すぎる保険料を払える額に引き下げることが求める署名です。

岡山市の子どもの医療費無料化拡大を!

窓口での自己負担をなくし、いつでも医療を受けられ、安心して子育てができる岡山市に。

子どもの医療費(通院費)無料化を18歳まで拡大することを求める署名です。

各事業所、各支部で取り組んでいます

参加者は戦争のない平和な世界を願って、声をあげて広島をめざします。近年は深刻化する暑さの影響で行進自体が中止となる日もありますが、平和の尊さや命の大切さを改めて考える機会になる活動です。一人ひとりの思いを次の世代へつなぐため、いつまでも続く活動であってほしいと思います。

岡山協立病院
看護師 安福翔輝

様々な世代が考える平和に触れ、平和は一人ひとりが身近なところから考え、行動することから始まると実感できました。平和環境委員会では「わたしからできること」を考え、一歩ずつ行動できる場をこれからも検討していきたいと思っています。

平和環境委員会

藤原多恵

「わたし」から、一歩ずつ行動へ

華再生事業」について、寄せられた折り鶴を広島へ届ける取り組みの途中経過も報告されました。平和への願いが込められた折り鶴を、次の世代へつなぐ取り組みです。



黒原理学療法士

平和行進2026

平和行進とは、核兵器の廃絶と世界平和を訴えながら平和のバトンをリレーして、被爆地の広島をめざして歩く平和活動です。岡山医療生協は7月16日(木)から7月20日(月)の日程で行進に参加しました。

未来へつなぐ活動を実感

今年度は平和行進の救護班として参加しました。全日程とても厳しい暑さでした。その中で行進をするため、足が攣る方や体調を崩される方も多く見られ、参加者の体調確認や水分補給支援・

救護車への誘導などに追われました。また、交通事故も起こらないように安全確保の支援も行いました。



平和行進岡山1日目! (前列左端が安福さん)

健康を保つ食事シリーズ No.260

(岡山協立病院 栄養科)

ゴーヤとパプリカのみそマヨ炒め

[1人分 102 kcal 食塩相当量 0.9 g]

〈材料2人分〉

ゴーヤ……………120 g
パプリカ……………60 g
ツナ缶(ノンオイル)……1缶
みそ……………小さじ1
マヨネーズ(カロリーハーフ)
A ……………大さじ1と1/2
酒……………大さじ1
砂糖……………2 g
サラダ油……………適量

〈作り方〉

- ①ゴーヤは縦半分に切り、種とワタを取り除き、3 mm ほどの厚さにスライスする。
- ②パプリカは縦半分に切り、種を取り除き、幅 5 mm の細切りする。
- ③熱したフライパンにサラダ油を入れ、ゴーヤとパプリカをさっと炒めてから、水気を切ったツナ缶とAの調味料を加えて、炒める。



サルスベリ
岡山市北区 森田陽子

栄養ポイント

- ゴーヤ特有の苦み成分には、食欲増進効果があります。
- ゴーヤに含まれるビタミンCは加熱しても壊れにくく、ビタミンCが豊富なパプリカとともに疲労回復や紫外線対策に役立ちます。

クロスワードの答えを、はがきではなくメールで送りたいと思い、孫に教えてもらっ

緩和ケア病棟での、一瀬医師による電子ピアノ演奏の様子を見て、「音楽の持つ力」ですごくいなかと感じしました。病棟にいらつしやるみなさんも喜ばれたことですね。

玉野市 岡本才子

てやっと送信できました。

岡山市東区 浜見峰子



http://mail-to.link/m7/p05ba

★投稿募集中！
意見・感想・イラスト・写真・俳句・短歌・川柳など、テーマ「私のすきなこ」他

応募はこちらから

来年の干支

「未」にちなんだ
作品他を募集中



締め切りは
11月末日

毎月クロスワードを楽しみにしています。ボケないように頭を使わないと…。

岡山市中区 坂口智子

昨年10月、日本医療福祉生協の「24時間蓄尿の塩分調査」を受けた。私の塩分摂取量は「11・2g」。気をつけているつもりなのに、あまりに多くてびっくりした。全国平均は「9・82g」で、目標値「6・0g」よりかなり高い。これからは、もっと積極的に健康チェックを受けてみようと思った。

岡山市北区 片山久美子

短歌・俳句・川柳

母縫いし浴衣着せられ

紅つけて

遠き思い出七夕の夜

玉野市 鈴 虫

早起きしきょうも歩いた

八千歩

ラジオ体操サボった俺が

岡山市中区 杉本良治

道の辺の 荒田に群れる 赤とんぼ

岡山市東区 智 子



夏の思い出

岡山市東区 R (6歳)

夫と二人の生活。猛暑続きで、日々のメニューに困っています。夫に「何が食べた？」と訊ねてもいつも「何でもいよ」との返事。「健康を保つ食事シリーズ」は、大助かりです。

岡山市北区 神達良子

「ザ・クロスワード」にじっくり取り組みました。

「健康を保つ食事シリーズ」は楽しみでよく作っています。ゴーヤのつまみ揚げは、わが家のゴーヤが収穫できたら作ります。楽しみ!!

岡山市中区 小武泰子

岡山県自然保護推進員 ヒロトモの「こんちゅう」と「かんきょう」 第17回

文・写真/和田博知

池の端の風が吹き抜ける日陰にモノサシトンボがいました。イトトンボのように見えますが、イトトンボ科ではなくモノサシトンボ科です。日本に広く分布し3属7種が生息しています。お腹の節にある定規の目盛りのような模様(環状紋)が名前の由来です。

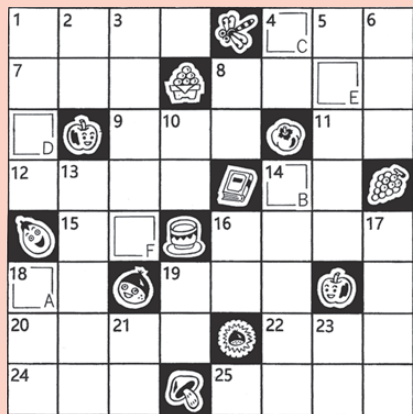
岡山県での個体数は安定傾向にあります。県外地域によっては減少している場所もあります。護岸工事等で流れや水草のある水辺が減ったことが一因です。トンボの姿は、身近な水辺環境を映す鏡なのかもしれません。



モノサシトンボ

〔応募方法〕 〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2-10、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、ご感想などは編集部にて掲載させていただきます。締め切りは9月末日(消印有効)

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？

- 1 台風で海面が高まり波が押し寄せる現象
- 2 アダムとエバの名
- 3 赤とんぼのことです
- 4 恥しらず。厚顔…
- 5 松茸何本採れるかな？
- 6 まだ結婚していません
- 8 アマチュア無線家
- 10 …の再配分が大事
- 13 女郎花、どう読む？
- 14 頭の骨
- 16 徳島名物…おどり
- 17 対義語は朝やけ
- 18 ハクション大魔王が苦手なもの
- 19 …が豆鉄砲を食う
- 21 1尺は10…
- 23 鼻…。端…

タテのカギ

9月

外来診療表

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

総合病院 岡山協立病院

受付時間 午前 8:30～11:00(予約外)

Tel(代)086・272・2121

〒703-8511 岡山市中区赤坂本町8-10

午後 予約制

夜間 16:30～18:30(予約外)

岡山東中央病院

受付時間 午前 7:30～12:00

Tel 086・276・3711

〒703-8265 岡山市中区倉田677-1

午後 13:30～14:30(新患は14時まで)

夜間 16:30～19:00

		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 [予約制]	横 濱 担当医(阿) 担当医(備) 板 野 (7・28日)	杉 村 角 南 若 槻 浪尾(淑)	橋 本 桜 井 何 本 (9・16・30日)	杉 村 沼 本 板 野	浪尾(淑) 佐藤(知) 担当医 板 野 (4・18・25日)	担当医
	午 後 [予約制]	呉	角 南 塩 路 光 野 桜 井 浪尾(淑) 14:00～16:00	北 口 富 岡 橋 本 13:30～16:00	角 南 桜 井 14:00～16:00	浪尾(淑) 14:00～16:00 (11・25日)	
	夜 間			橋 本 杉 村 角 南 担当医 (9日)			
総合診療科	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			横田(啓)	横田(佐)		
	午 後 [予約制]	岡 野	担当医	日 野 守 屋	植 木 禁煙外来 15:00～15:30 佐 藤 14:00～16:00	清 水 一 瀬 藤 井	
脳神経内科	午 前						
	午 後 [予約制]	大 野		大 野		担当医	
外 科	午 前	瀬 下 鳴 坂	浪尾(博) (1・15・29日)	馬 渕 森	伊藤(忠) 今 井 (3・10・17日)	浪尾(博) 大 谷 (乳腺外来)	伊藤(忠) (12日)
皮膚科	午 前	木村(摩) 井 形 (7・14日)	木村(摩)		木村(摩) 井 形 (10・17・24日)	木村(摩) (4・11・25日)	
	夜 間			担当医			
整形外科	午 前	古 谷		古 谷 担当医 (2・9・16日)		古 谷	
脳神経外科	午 前		近 間 (8・29日)				
	午 後			担当医 (16・30日)			
疼痛治療科	午 後	武 田			武 田		
	午 前	竹 谷	竹 谷	武 田	武 田	福田(展)	竹 谷
	午 後		福田(展)	竹 谷		福田(展)	
「がん家族外来」は初回はペインクリニック、再診は予約のうえ緩和ケア外来(武田)で行います。							
小児科	午 前	山 崎	山 崎	山 崎	川 口 植 木	川 口	担当医 (5・19日) 川 口 (12・26日)
	午 後		山 崎			川 口	
	午後・診察 15:30～16:30	山 崎	山 崎			川 口	
婦人科	午 前	浅 野 (7日) 平 井 (14・28日)	浅 野	平 井	平 井	浅 野 (4日) 平 井 (11・18・25日)	平 井 (12・26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
	午 後				二ノ宮 (10・24日)		二ノ宮 (19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	午 前						担当医
	午 後		担当医			担当医	
心療科	午 前	梶 田	梶 田	梶 田	日 野	梶 田	
看護専門外来	午 前		8日 呼吸器ケア外来 島田			18日 がん患者サポート外来 山内・松本	
	午 後	7日 ストーマ外来 中下					
歯 科	午 前	伊 藤 齋 藤	伊 藤	伊 藤 栗 田	伊 藤 齋 藤		栗 田 齋 藤
	午 後	栗 田 齋 藤	伊 藤 齋 藤 11:00～14:00	伊 藤 齋 藤 (9・30日)	伊 藤 齋 藤	伊 藤 栗 田 11:00～14:00	栗 田 齋 藤
	夜 間		齋 藤			伊 藤 栗 田	

		月	火	水	木	金	土
内科	午 前 9:00～12:00	眞 鍋 江 副	石 井 (初診外来)	眞 鍋 中 桐 (初診外来)	大 野 福田(好) (初診外来)	大 野 (初診外来) 胃内視鏡	眞 鍋 (5・19日) (初診外来)
	夜 間 17:00～19:00			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		
訪 問 診 療		○	○	○	○	○	

コープ西大寺診療所

受付時間 午前 8:30～11:30(予約外)

Tel 086・944・0088

〒704-8116 岡山市東区西大寺中二丁目20-33

午後 予約制

夜間 16:30～18:30(予約外)

内科	午 前 9:00～12:00	吉 崎	吉 崎 宇佐神	宇佐神 吉 崎 (2・16・30日)	浪尾(淑) (予約) 宇佐神	宇佐神 吉 崎 (4・18・25日)	宇佐神 (5・19日) 光 野 (12・26日)
	午 後				浪尾(淑) (予約)		
	夜 間 17:00～19:00			宇佐神			
訪 問 診 療		○	○	○	○	○	

コープみんなの診療所

受付時間 午前 8:30～11:30(予約外)

Tel 086・278・8522

〒703-8228 岡山市中区乙多見101-4

夜間 16:30～18:30(予約外)

内科	午 前 9:00～12:00	門 田 高 橋	高 橋	今 井	浪尾(博)	門 田 高 橋 (4・18・25日) 担当医 (11日)	高 橋 (5・19日)
	夜 間 17:00～19:00			高 橋			
訪 問 診 療			○	○	○	第2・4○	

せいきょう玉野診療所

受付時間 午前 8:00～12:30

Tel 0863・81・1696

〒706-0026 玉野市羽根崎町5-10

午後 14:40～19:00

内科	午 前 8:30～12:30	中 桐	谷 口	谷 口	新 井	谷 口	杉 村 (5・19日) 新 井 (12・26日)
	午 後 15:00～19:00	谷 口	谷 口 15:00～17:00	谷 口		谷 口	
	訪 問 診 療				第2・4○		

コープ倉田歯科

受付時間 午前 9:00～11:30

Tel 086・237・8888

〒703-8265 岡山市中区倉田680-1

(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	午 前 9:00～12:30	吉 富 濱 田	坂 口 中 田	齋 藤 中 田	坂 口 (10・17・24日) 中 田 (3日)	坂 口 (4・18・25日) 中 田	坂 口 中 田
	午 後 13:30～17:00	吉 富 濱 田	坂 口 中 田		吉 富 (3日) 坂 口 (10・17・24日)	坂 口 (4・18・25日) 中 田	坂 口
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

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ください。

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

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。