



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

特定健診・岡山市がん検診のご案内

今年も6月から岡山市の健診が始まります。みんなの診療所では新型コロナウイルスの感染予防に取り組み、下記の日程で健診を実施します。ぜひみんなの診療所で健診をお受け下さいませようご案内申し上げます。

	健診時間	月	火	水	木	金	土
特定健診	8:30~12:00	◎	○	○	○	◎	△
胃がん検診	8:30~12:00	◎	×	×	×	◎	×
肺がん検診	8:30~12:00	◎	○	○	○	◎	△
大腸がん検診	8:30~12:00	◎	○	○	○	◎	△
B型・C型肝炎検査	8:30~12:00	◎	○	○	○	◎	△

※◎毎週月・金曜日は腹部・頸部超音波検査(エコー)可能

- *新型コロナウイルス対策のためマスクの着用とボールペンのご持参をお願いします。
- *乳がん検診は当院ではオプション検査(視触診+乳腺エコーのセット)のみとなっております。
日程は6/22(月)・9/14(月)・11/16(月)の午後14時からです。
- *土曜日は原則、第2・第4土曜日のみとなっております。
- *日曜健診は7/5・9/6・10/18・11/1・12/20です。
- *胃がん検診は年度年齢が偶数年齢の方のみとなっております。
- *特定健診の対象者は岡山市国保・瀬戸内市国保加入者の方です。その他の保険に加入している方は各保険者にお問い合わせ下さい。健診内容等でお問い合わせがありましたら診療所へご連絡下さい。

健診重点日 変更のお知らせ
腹部エコーや胃レントゲン検査ができる健診重点日が今年度から木曜日・金曜日より、月曜日・金曜日に変更になります。

5月11日から、コープみんなの診療所で内科診療をさせて頂いている門田(もんでん)です。長年住んだ京都から、2年前に岡山に転居してきました。生まれ育ったのは徳島です。岡山の穏やかな気が



新任 医師紹介
門田 純江

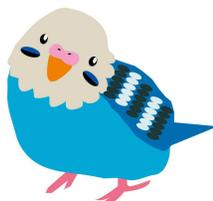
候と、季節を覚えてくれる旬の野菜や果物、新鮮な海の幸に日々感動・感謝しています。スクスク育つ幼い孫を近くで見ると、歳を重ねてゆく田舎の両親のことを思う時、生命の不思議や尊さを改めて感じる今日この頃です。

微力ですが、少しでも受診される皆様のお役に立てるよう努めます。些細なことでも、気軽に相談下さい。どうぞ宜しくお願い致します。



職員のかきこみコーナー
私の癒やし

わが家には、昨年から飼いだめたセキセイインコ(み)がいます。当初はなかなか懐かず、言葉も発しませんでした。今では頭の上に乗ったりうるさいくらい喋っています。この度の新型コロナウイルスの影響で、家で過ごす時間が増えたせいもあるのか、家族の会話や笑い声・くしゃみやまで真似して喋るようになって



事務員 N

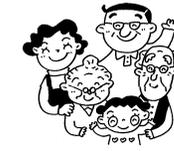
りました。嬉しい時・機嫌が悪い時などの感情もしくさで分り、見ていると面白いです。インコと過ごす時間は今の私の癒やしです。

インコは鳥かごから外(部屋の中ですが)に出してあげた時が一番生き生きしています。私たち人間も、早く外に出て自由に飛び回る日がくるといいですね。

★★ サークル活動のご案内 ★★

6月中はサークル活動はお休みいたします。

	定例曜日	時間
手芸	第2・4水	10時~12時
卓球	火曜	15時~17時
	第1・3木	14時半~16時半
フラダンス	第2・4水	10時~11時半
新舞踊	第2水	13時半~15時半
ストレッチ	月曜	14時~15時



6月診療予定表

- 午前診療 9時~12時 ○午後診療 13時半~15時
- 夜間診療 17時~19時
- 休診:日曜日・祝日、第1・3・5土曜日
- ※土曜日は第2・第4のみです ※月・金曜は2診体制です

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

コープみんなの診療所

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



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

～熱中症対策～

気温が高くなり、テレビで熱中症対策の情報を見聞きする機会も多いと思います。特に今年は新型コロナウイルスの感染防止策としてマスク着用が推奨されています。マスク着用中は喉の渇きを感じにくくなり、熱中症のリスクが高くなる恐れがあります。のどが渇いていなくても、こまめな水分補給を心がけましょう。

また、脱水状態になってしまったら、速やかに水分と塩分を補給する必要があり、このとき効果的なのが「経口補水液」です。テレビCMでお馴染みの「オーエスワン」を取り扱っていますが、今年は500mlのペットボトルに加え、ゼリータイプ200gも置いています。経口補水液は簡単に言えば、飲む点滴です。口から水と電解質と糖분을速やかに体に補給できます。夏場だけでなく、風邪を引いて熱が高い時、下痢・嘔吐時、食欲不振時、スポーツなどで汗をかいた時などにも飲まれています。もしもの時のために経口補水液を備えておくことをお勧めします。(糖分や塩分が含まれているため、医師から食事指導を受けている方は注意して下さい)



肺炎球菌ワクチン助成金制度についてご存じですか
対象者は今まで肺炎ワクチンを打ったことが無く
年度年齢が65歳・70歳・75歳・80歳
85歳・90歳・95歳・100歳の方です。
3610円にて受けられます。
※通常では組合員: 7700円
一般: 8800円の費用がかかります。
実施期間は今年度中(来年3月まで)ですので
対象の皆さまはご検討ください。



日曜健診 ご利用下さい

みんなの診療所では月に1度、日曜日の午前中に健康診断を行っています。健診のみですので待ち時間が短いと好評です。胃がん検診やエコー検査も可能です。日曜健診を上手にご利用下さい。日程：7月5日、9月6日、10月18日、11月1日、12月20日です。



ボランティアグループのはなみずきさんが5月5日に庭のお手入れをして下さいました。他にも待合室の飾り付けをしていただいています。いつもありがとうございます。



寄贈ありがとうございます
4月下旬に株式会社ライズ様より、マスクの寄贈をいただきました。品薄状態の折、大変助かりました。医療活動に有効に活用させていただきます。お待ちしております。



乳がん検診 予約受付中!
※待合スペースを広くとるなど感染予防をとっています。
日時：6月22日(月) 14時00分～
内容：視触診＋乳腺エコー 定員：30名
費用(税込)：組合員 3850円 完全予約制
一般 5610円
早期発見は治療の近道です。今年も健診を受けましょう。次回は9月14日(月)です。



みんなのサロンのお知らせ

6月以降の予定

6月は感染症予防のため
サロンは中止いたします

お問い合わせは
みんなの診療所
278-8522まで



みんなの診療所では
サロンや健診、
その他いろいろな行事で
ボランティアをしてくださる方を
募集しています!