



医療福祉協連

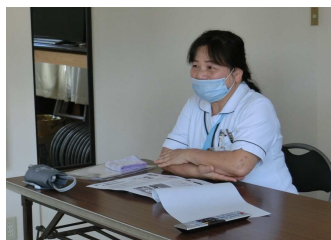
コープ

# 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

“認知症”について  
一緒に学びました  
班会に看護師が参加  
10月12日、上道  
支部・しろばら班の班  
会に、みんなの診療所  
から石邨看護師が講師  
として参加させていた  
だきました。コロナ感  
染対策のチェックリス  
トにそって体温測定な  
どチェックをきちんと  
おこない、班会はスタ  
ートされました。  
今回のテーマは“認  
知症とは”。参加者か

らは、「物忘れが目立  
つようになり、認知症  
について学べよかった」  
「ていねいに話をして  
もらって、分かりやす  
かった」「相談先の確  
認ができてよかった」  
などの意見が出され、  
和やかな会となりました。  
今後も、診療所より  
班会や行事に積極的に  
参加していきたいと考  
えていますので、お気  
軽にお声掛けお願いし  
ます。

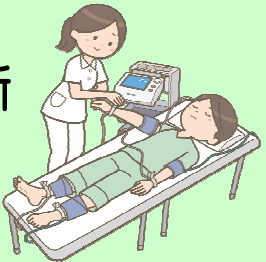


**岡山市の健診は  
12月までです!**



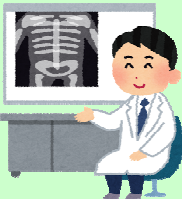
今年の岡山市の健診期間も残り2ヶ月となりました。  
もう自治体健診は受けられましたでしょうか？  
まだの方はみんなの診療所での健診を受けられませんか。  
混み合いますので、早目の予約をお願いします。

**班の皆さんで血圧脈波検査を受けてみませんか**  
7月に「血圧脈波検査装置」を導入しました。  
この検査は血管の硬さや詰まり具合を測定し、  
動脈硬化の程度が分かります。  
動脈硬化がすすむと、命に関わる病気につ  
ながりますので、この検査は大切な検査です。  
班の皆さんと一緒に受けることも出来ますので、  
ご利用下さい。(予約制です)



【申し込み先】コープみんなの診療所  
【料金】組合員：1,540円  
(税込) 一般：2,200円  
【時間】月曜・火曜の午後  
(日程は調整しますので、ご希望日を3日ほど準備下さい)  
【人数】1回につき、3人程度  
(待ち時間短縮のため3人がおすすめです)

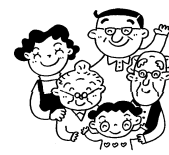
**日曜健診ご利用下さい**  
みんなの診療所では月に1度、日曜日の午前中に  
健康診断を行っています。  
健診のみですので待ち時間が  
短いと好評です。胃がん検診や  
エコー検査も可能です。日曜健診を上手にご利用下さい。  
日程：12月20日です。



## 11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

## ★★ サークル活動のご案内 ★★



新型コロナウイルス感染予防のため  
現在はお休み中です。

内科	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 14日 28日
	門田				黒瀬	
午後診 13時半～15時	*	*	*	浪尾博	*	*
夜間診 17時～19時	*	*	黒瀬	*	*	*

	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
ワタンス	第2・4水	10時～11時半

# コープみんなの診療所



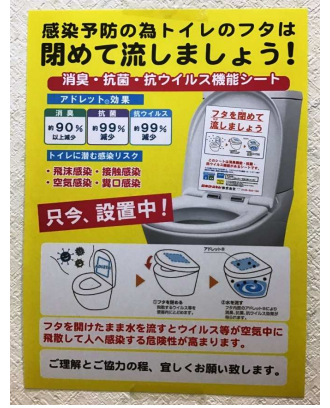
県道250号線を姫路方面に向かい、左手に洋服の青山とネッツ岡山、右手にブックオフがある乙多見交差点を左折。突き当たりを左に折れてダイレックスの奥、左手に看板が見えます。

# 虹いろ薬局 コーナー

## ～トイレの感染症対策～

徐々に気温も下がり始め、感染症が流行しやすい時期になってきました。当店では、消臭・抗菌(O-157)・抗ウイルス(ノロウイルス)等の効果を持った特殊な塗料を使用したシートをトイレ蓋の内側に設置しました。便座のフタを閉めて頂く事で、効果が上がります。便座やドアノブ等の清拭消毒に使用できる除菌クリーナーも取り付けたので、ご利用下さい。

新型コロナウイルスについては「糞口感染」、つまり便として排出されたウイルスを誤って摂取することによって感染する可能性は低いとされています。ただ、まだ説明できていないこともあります。トイレでは換気ができていなければ、マスクを着用する、トイレのフタを閉めて流す、トイレの後は手洗いや消毒を行うなど、できる対策はしっかりとって、この冬を乗り越えましょう。



### 職員コーナー 秋の月に思ふこと

この数日はずいぶん涼しくなりました。猛暑・酷暑と呼ばれた夏はたった1ヶ月前のこと。畑のあぜ道に咲く彼岸花も盛りを過ぎ、あつという間に秋も深まり各地から紅葉祭りのお知らせが届いていきます。1ヶ月前には、北の各地からは雪の便りも聞こえるかもしれません。四季の移り変わりは早いものです。10月1日は「中秋の名月」でした。中秋の名月とは「十五夜」とも言われ、月見をするには最も良い日と言われています。月見の風習は古く、9世紀頃に中国から伝来し、月を見て詩歌を詠んだり、祈りを捧げたり、月を愛でる風習が続いています。そして、日本には「四季」を味わう素晴らしい文化や伝統があり、その一つ一つがとても趣深いものです。「十三夜」は、旧暦

の9月13日から14日の夜のことを言います。今年は10月29日が十三夜です。大豆や枝豆、栗を供えることから「豆名月」・「栗名月」と呼ぶこともあります。十五夜と同じように月が美しく、さらに晴れの日が多いそうです。「十日夜」もあるのをご存知ですか。旧暦の10月10日の夜を指します。今年の十日夜は11月24日になります。この日は東日本を中心に収穫祭が行われ、地の神様に感謝の気持ちを表します。「田の神様が山に帰る日」とも言われ、この日までに稲刈りを終わらせることが多いようです。十五夜・十三夜・十日夜の3回とも月見をすると縁起が良いそうです。秋の夜長に月見はいかがですか？



看護師 ー



### “ヘルスチャレンジ2020”にチャレンジ中

30日間「健康づくり」にチャレンジする「ヘルスチャレンジ2020」に職員もエントリーしています。今年、吹き戻しを使い腹式呼吸や呼吸力等のアップを期待しています。数年前に“ロングピロピロ”としてテレビでも健康美容として取り上げられていたよ。想像していただいても「健康美人」をめざします。



### お知らせ

インフルエンザ予防接種についてワクチンの供給が不安定のため、皆さまにご迷惑をおかけいたしますが、ご了承ください。  
 <ご協力ありがとうございました>  
 10/19から取り組みました医療福祉生協の「患者・利用者アンケート」に150の方に協力いただきました。ありがとうございました。結果は年明け2月頃に分かる予定ですので、改めて報告いたします。

### みんなのサロンのお知らせ

11月以降の予定

11月は感染症予防のためサロンはお休みいたします

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!

