



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

ご協力ありがとうございました 2023年度 患者・利用者アンケート結果報告

全国の医療福祉生協の事業所では毎年「患者・利用者アンケート」を行っています。昨年10月に組合員のみなさんと一緒に取り組み、150人の方にご協力いただきました。この度、結果が出ましたので報告いたします。

昨年より評価ポイントが上がった項目が多くありました。“受付や会計係に声をかけやすく、聞きやすかった”“医師にはわからないことを聞きやすかった”の項目が全国平均より良い評価をいただきました。



一方、待ち時間は昨年よりは改善傾向ですが、全国平均よりは長いとの評価になっています。今後、アンケート結果を診療所運営委員会などで分析し、今後の取り組みに反映していきます。困ったときには相談できる診療所となるよう、皆さんからのご意見をもとに取り組みを進めていきます。ご意見などお気軽に職員にお声がけください。診療所内に「虹の意見箱」も設置しておりますので、ご意見をお願い致します。

	評価	評点	前回	全国平均	前回の差	全国平均との差
a	受付や会計係には声をかけやすく、聞きやすかった	9.3	8.9	9.0	0.4	0.3
b	医師には、わからないことを聞きやすかった	9.0	9.0	8.7	0.0	0.3
c	職員の言葉遣いやサービス態度はよかった	9.1	9.0	9.0	0.1	0.1
d	職員の説明で、病気、検査、薬のことは十分理解できた	8.7	8.5	8.6	0.2	0.1
e	医師の診断や治療は納得できるものだった	8.5	8.5	8.6	0.0	△0.1
f	玄関、待合室、トイレは清潔で快適だった	8.5	8.6	8.6	△0.1	△0.1
g	医療設備は十分だった	7.4	7.3	7.2	0.1	0.2
h	診察、会計、薬などの待ち時間はがまんできるものだった	7.0	6.7	7.1	0.3	△0.1
i	支払った金額の内訳はわかりやすかった	8.4	8.6	8.5	△0.2	△0.1
j	患者のプライバシーは守られていた	8.4	8.5	8.3	△0.1	0.1
k	全体として利用しやすかった	8.6	8.6	8.7	0.0	△0.1
l	この病院・診療所を知り合いに紹介したいと思う	7.1	7.2	7.3	△0.1	△0.2

ゴールデンウィーク 休診のお知らせ

ゴールデンウィーク中は、勝手ながら下記の通り休診とさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、ご了承ください。

	4月 27日 (土)	28日 (日)	29日 (月)	30日 (火)	5月 1日 (水)	2日 (木)	3日 (金)	4日 (土)	5日 (日)	6日 (月)	7日 (火)
午前	診療	休診	診療	診療	診療	診療	休診	休診	診療	診療	診療
午後						診療					
夜間					診療						

みんなの診療所 なんでも相談コーナー

毎月第2月曜日に医療ソーシャルワーカーによる『なんでも相談』を行っています。暮らしの中で「困ったこと」「どこに相談したらよいか分からない」とありませんか？

そんなときにぜひご利用ください。

4月のなんでも相談はお休みです

次回 5月13日(月) 9:00~12:00

4月診療予定表

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

- 午前診療 9時~12時 受付時間 8時半~11時半
- 午後診療 13時半~15時 受付時間 13時半~14時半
- 夜間診療 17時~19時 受付時間 16時半~18時半
- 休診: 日曜日・祝日、第1・3・5土曜日
- ※土曜日は第2・第4のみ(祝日のある月は変動します)

★サークル活動のご案内★



手芸・卓球・フラダンス・新舞踊は
現在お休み中です。

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

健康づくりのための睡眠ガイド



「睡眠による休養を十分に取れない人」が増えていることを踏まえ厚生労働省の検討会は、世代別の睡眠時間の目安や、良質な睡眠を取るために推奨される取り組みなどを示した「健康づくりのための睡眠ガイド2023」を策定しました。

世代を成人と子ども、高齢者の3つに分け、このうち成人については推奨する睡眠時間は6時間以上を目安としています。また、子どもについては、小学生は9時間から12時間、中学生・高校生は8時間から10時間確保することを推奨しています。一方、高齢者は寢床にいる時間が8時間以上にならないよう求めています。この中で、成人と高齢者は、目覚めた時に体が休まったと感じる「睡眠休養感」が重視されています。「睡眠休養感」を高める対策としては、日中にできるだけ日光を浴びること、しっかり朝食を摂ること、適度な運動習慣を身につけること、就寝直前の食事・飲酒・喫煙・カフェイン・スマホは控えること、寝室はなるべく暗くして寝ること…など習慣の改善があげられています。

一方、子どもについては、睡眠時間が不足すると肥満のリスクが高くなったり、学業成績が低下したという報告があり、対策として朝は太陽の光を浴びて、朝食をしっかり摂り、日中は運動をして、夜更かしや朝寝坊が習慣化しないことが推奨されています。

睡眠不足は、心臓病や脳の病気、うつ病のリスクが高くなるという報告があります。生活習慣の改善などを試しても、眠れないことで生活に支障が続いている場合は一度、かかりつけ医に相談して下さい。

“たから食堂”に参加しました

3月23日(土)に、財田地区社会福祉協議会主催の“第5回たから食堂”が、財田コミュニティハウスで開催されました。室内でのゲームやバルーンアートなど楽しい企画があり、昼食は豚汁とおにぎりを握って食する体験でした。

医療生協・診療所から職員2人が参加し、車椅子体験を担当。実際に乗って移動する体験、誰かを乗せて車椅子を押す体験も行いました。最初は戸惑い気味でしたが、注意事項など聞きながら上手に操作ができるようになり、「貴重な体験ができた」と感想もいただきました。これからも財田学区地域のなかで取り組みに参加していきたいと考えています。



上道支部

サロン開催しました

上道支部では、例年奇数月の第3木曜日にサロン活動を行っていましたが、コロナの関係で活動はしばらく出来ていませんでした。昨年1月からは食事なしの活動を開催することになり、コロナが5類移行になったことで11月に久しぶりに食事を作ったのサロンを再開しました。3月は、お花見シーズンでもあることから、具沢山のちらし寿司を作り、フロアではゲストを迎え、血圧測定・はればれ体操・間違い探し・ビンゴゲームを楽しく



行いました。

最後にサロン参加者の皆さんにお寿司を食べていただき、大変好評でした。



看護師 K

今年8歳になった息子と今年80歳になった義父はとて去年の夏からデイで作業した物は息子にプレゼントをしました。息子は義父が羨ましくデイに手紙を書きました。いつもじいじをありがとうございます。僕も仕事がしたいです。帰って来た義父が息子に手紙と作業キットを手渡しました。『じいじと作ってくださいますとわざわざ作り方まで丁寧に書かれています。息子の為に書かれた手紙は心温まる内容でした。息子は今でも得意です。文通をしてみたいです。』

息子とじいじ

みんなのサロンについて

現在、みんなのサロンは、お休み中です。

お問い合わせはみんなの診療所 278-8522まで



お困りことはありませんか？

岡山医療生活協同組合

地域なんでも相談窓口へ

暮らしの中で“困ったこと” “どこに相談したらよいかわからないこと” “ってありませんか？” そんなときにご利用ください。

または診療所まで TEL：086-271-7880

