

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

2025 12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 59,570人
- 出資金 18億5,907万円
- 1人平均出資金 31,208円
(2025年11月17日現在)

「すこしお」とは医療福祉
生協がすすめる減塩活動のこ
とです。減塩と聞くと「つら
い」「おいしくない」「続ける
のが大変」と思いがちです。
「すこしお」を通じて、ポジ
ティブに塩分と上手につきあ
うことを考え、実践してみま
しょう。

おうちでできる健康づくり

～「すこしお」でクリスマス～



出典：2023年度すこしおレシピコンテスト優秀作品

塩麹漬け真鯛のアクアパッツア

〈材料〉(1人分)
真鯛の切り身……1切れ
塩麹……大さじ1/2
あさり………80g
プチトマト……2個
パブリカ………1/2個
しめじ………1/4袋
オクラ………3本

レシピ

ニンニク……………1片
パセリ……………適量
水……………150ml
酒……………100ml
オリーブオイル…大さじ1
ブラックペッパー……適量

作り方

- ①真鯛はしっかり洗い水分をふき取る。塩麹を塗り込み5~10分置く。
- ②あさりは塩抜きし、こすり洗いをする。
- ③プチトマトは半分に切る。パセリ、にんにくはみじん切り。オクラはへたを取り、しめじは石づきをとる。
- ④フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れ香りが出るまで炒める。
- ⑤①を皮目から焼いていく。焼き色がついたらひっくり返す。
- ⑥両面に焼き色がついたら、強火にして水と酒を加える。鯛に煮汁をかけながら過熱し残りの具材もフライパンに並べてふたをし、中火で蒸し煮にしていく。
- ⑦あさりの口が開いたら、皿に盛り付ける。
- ⑧仕上げにパセリ、ブラックペッパーをかける。

年末年始は通常診療と異なります。最新情報はホームページをご確認ください。

自治体健診は12月末までです。
1年に1回は受けましょう。

塩麹に含まれる酵素には、たんぱく質や糖質など栄養素の分解を助ける働きがあります。その働きによって食材の旨みが引き出され、塩分が少なくてもおいしく食べられます。また、にんにくやパセリなどの香味野菜やブラックペッパー、オリーブオイルで風味をプラスしているのも美味しく減塩するポイントの一つです。

すこしおポイント



管理栄養士の宮武さん（左上）

おうちで作ってみよう！

「すこしお」実践の参考にしてみませんか？

お取り扱い
健康まちづくりセンター
(Tel 086-271-7880)



「減塩でもおいしい野菜のレシピ」730円(税込)
出典：日本医療福祉生協連

今日本のこんな話はないだろうけれど、国民の6人に1人、子どもの9人に1人が経済的困難の中で暮らしているという。一方で、防衛費は2023年度からの5年間で総額43兆円、27年度にはGDP比2%をめざす計画だ。「怪談」とは怖さや怪しさを感じさせる物語。高市首相が「日本をもう一度世界のてっぺんへ」なんて言っているテレビを見ると、これはまさに現代の「怪談」ではないかと思ってしまう。

(H・W)

管理栄養士と
作ってみました

職員と組合員でレシピ集を参考に調理してみました。今回は鯛が見つからずタラで代

ても簡単でした。タラに塩麹のみで手間もかからず、と

いう間にできあがりました。このレシピでは、味つけも塩麹のみで手間もかからず、と

いうのがあります。

の季

朝の連ドラ「ばけばけ」が始まった。小泉八雲（ラフカディオ・ハーン）をモデルにした物語。小泉八雲の怪談に「鳥取のふとんの話」というのがある。



患者さんに寄り添い安全に避難

切迫した状況

防災委員の指示で約20分で避難完了しました。中には呼吸器装着や吸痰が必要な方もおられ、北館の設備をフルに活用して対処しました。1階勤者の多くが残つて対応しがちようど日勤と夜勤の職員が重なる時間帯だったので、勤務者の多くが残つて対応しました。

非常時に力を合わせて対応した職員を心から誇りに思います。そして今回を教訓にして、さらに防災対策を強化していくことを考えていました。

岡山協立病院

院長 角南和治



第45回岡山医療生協学術研究発表会

研修医・医学生コーナー

78

10月15日（水）に岡山医療生協学術研究発表会が開催されました。発表会では様々な職種が、日々の診察や患者さんと接する中での事例や改善点などを研究して発表します。今回は理学療法士・看護師・1年目研修医の計9名が登壇しました。

4名の研修医は、担当医の計9名が登壇しました。4名の研修医は、担当医の計9名が登壇しました。

今後も職員一同が学びを重ねながら、組合員さん・患者さん・地域のみなさんにより良い医療を提供して参ります。

岡山協立病院

妹尾優花

火災現場から一番近くの病棟の南館看護師が発見、直ちに消防と職責者に報告し、通報から約5分後には南館の患者約150人が北館に避難開始となりました。祝日でした

がちょうど日勤と夜勤の職員が重なる時間帯だったため、勤務者の多くが残つて対応しました。

患者さんのご家族から「献身的な職員の働きに感動しました」と声をかけていただきました。

あたたかい声

火災現場から一歩近くの病棟の南館看護師が発見、直ちに消防と職責者に報告し、通報から約5分後には南館の患者約150人が北館に避難開始となりました。祝日でした

がちょうど日勤と夜勤の職員が重なる時間帯だったため、勤務者の多くが残つて対応しました。

「患者150人を20分で避難」

10月13日、午後6時過ぎに

岡山協立病院のすぐ隣で民家2軒が全焼する大きな火災が発生しました。被災された方々に心からのお見舞いを申し上げます。

火災現場から一歩近くの病棟の南館看護師が発見、直ちに消防と職責者に報告し、通報から約5分後には南館の患者約150人が北館に避難開始となりました。祝日でした

がちょうど日勤と夜勤の職員が重なる時間帯だったため、勤務者の多くが残つて対応しました。

要しましたが、患者さんも協力してくださいり、誰一人体調を崩されることなく元の病棟に戻ることができました。

各職員が対応にあたりました。避難解除まで約2時間を

に対策本部を設置後は、患者さんの安全確認、食事介助、南館の排煙対策、消防との連絡、マスクミからの取材など

健診センターよりお知らせ

岡山医療生協組合員さん限定

2026年

健診おすすめメニューのご案内

※価格はすべて税込です

今年度まだ健康診断を受けていない方、詳しく検査したい方へ

人間ドック キャンペーン(1月~4月)

通常組合員価格
32,230円 ▶ 27,000円

検査内容：身体計測、血液検査、尿検査、心電図、聴力、腹部超音波検査、胸部X線検査、胃部X線検査、便潜血検査、眼底・眼圧検査

実施事業所：岡山協立病院、岡山東中央病院

自宅にいながら簡単に検査できる

郵送健診

(12月~3月)



キットを購入 採便して送る 結果が届く

郵送大腸がんキット 1,450円

40歳以上の方は毎年検査することをおすすめです！

ピロリ菌便検査キット 2,950円

ピロリ菌を放置していると胃ガンのリスクとなります。

検査したことがない方はこの機会にぜひ！

実施事業所：岡山協立病院、岡山東中央病院、西大寺診療所、みんなの診療所、玉野診療所（大腸がんのみ）

お申し込み・お問い合わせ 完全予約制

岡山協立病院健診センター 0570-007-845

西大寺診療所 086-944-0088

岡山東中央病院 健診科 086-277-6887

みんなの診療所 086-278-8522

玉野診療所 0863-81-1696

冬の血管ドック キャンペーン

～冬こそ温めよう 体と血管～

寒い季節は、血管のトラブルが増える時期。

この冬 組合員価格 4,840円(税込)で

血管の健康をチェックしませんか（通常7,150円）

//////ちょっとお得に、自分の体をいたわるチャンス！//////

●こんな方におすすめ

- 最近、血圧が高めと言われたことがある
- 手足のしびれ・冷えを感じことがある
- 糖尿病、高血圧などの生活習慣病がある
- ご家族に心筋梗塞や脳梗塞の既往がある

●実施期間

2026年1月5日～4月30日

●ご予約・お問い合わせ

岡山協立病院 健診センター TEL 0570-007-845

岡山東中央病院 健診科 TEL 086-277-6887

コープ西大寺診療所 TEL 086-944-0088

コープみんなの診療所 TEL 086-278-8522

血管ドックはこの3つの検査!!
 ・頸部エコー
 ・血圧脈波
 ・推定塩分摂取量



看護師をめざしている方、興味がある方ぜひ!!

ソワニ工看護専門学校

岡山市中区倉田394-3

入学試験のお知らせ

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。

お問い合わせ先：ソワニ工看護専門学校 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。

お問い合わせ先：ソワニ工看護専門学校 TEL 086-274-6455

10・11月は生協強化月間でした。多くの人に事業所を知つてもう行事を楽しく取り組みました。

12・1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

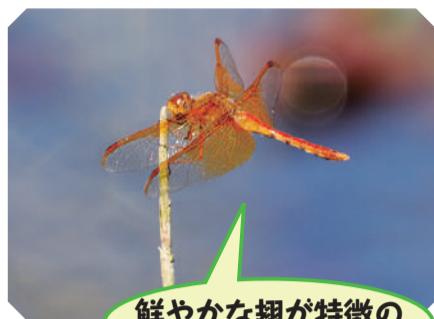
地域	支部名	日	に	ち	時	間	内	容	場	所
中 区	旭 東	12月2・16日(火)	13時～17時				水彩画サークル	さくら(参加費1,000円)	コムコム別館	
		12月4日(木)	10時				ほのぼのサロン(ことと親のためのサマー)	旭東児童センター		
		12月25日(木)	10時				ふれあいサロン	コムコム別館		
	富 山	毎週第2火曜日	10時				コーラス	富山コミュニティー		
		9時30分					操山ウォーキング	曹源寺駐車場集合		
平 井	幡 多	毎週木曜日	13時				シニアヨガ(参加費2,000円)	富山コミュニティー		
		毎月第2水曜日	10時				ふらっと(たまりば)	繪手紙教室(参加費200円)	ふらっと(たまりば)	
		毎月第1月曜日	10時				みんなの診療所2階	体操教室	みんなの診療所2階	
	財田古都	毎月第2・4土曜日	13時				卓球	平井排水センター		
		毎月第3金曜日	13時30分				けんこう講座	はみんぐホール(倉田歯科2階)		
操 南	操 南	毎月第4月曜日	10時				サロンすまいる(参加費300円)	はみんぐホール(倉田歯科2階)		
		12月1日(月)	13時30分				探南ストレッチ教室	はみんぐホール(倉田歯科2階)		
		毎月第4水曜日	13時30分				はみんぐサロン(参加費100円)	探南コミュニティハウス		
	操 明	毎月第3月曜日	10時				ゆめサロン	はみんぐホール(倉田歯科2階)		
	操 南 操明	毎月第3水曜日	9時30分				布ぞうりづくり	はみんぐホール(倉田歯科2階)		
旭 操	旭 操	毎朝	6時30分				ラジオ体操(スッキリはればれ体操	旭操コミュニティハウス		
		毎月第2月曜日	13時30分				ストレッチ教室	旭操コミュニティハウス		
		毎月第4金曜日	10時				布ぞうりづくり・手芸	山崎東集会所		
		12月10日(水)(24日㈬)	14時～17時				フトネスコム(休憩40分)ヨガ	コムコム会館2階		
							ヨガ(参加費1,000円)	コムコム会館2階		
南 区	藤 田	毎月第1・3木曜日	13時				ヨガ教室	第2農田コミュニティハウス		
		毎月第2・4木曜日	13時				ヨガ教室	藤田公民館		
		毎月第2・3月曜日	13時30分				シニアピボン教室	第3農田コミュニティハウス		
		毎月2回開催※開催日はお問い合わせください。					レクエーションの会(会員登録料)	文化の会(ちくごの会)		
							映画を語る会	映画を語る会		
妹 尾	妹 尾	12月10日(水)	9時				話題のつい(スマホ教室/はみっちゃん)	たまりばさんえ		
		12月3・17日(木)	13時30分				映画鑑賞から平和を考える会	西ふれあいセンター		
		12月8日(月)	13時30分				芳田コムニティハウス			
	芳 田	12月7日(日)	10時				楽しいハイハイ!(カラスアート/子どもたち)	芳田コムニティハウス		
	福 浜	12月14日(日)	9時～12時				なごやかベースみらいの「みんなの理教室」	南区福浜公民館		
東 区	テイサービス福	12月14日(日)	9時～11時40分				お医療生徒はカートー協力※お問い合わせください	福祉イエイロボン(カラスアート/子どもたち)		
		毎月第4火曜日	16時30分～17時				フルネススミスモード(機器を使った運動)	コープイセイサービス福浜		
		12月14日(日)	9時～11時40分				コープイセイサービス福浜	※予約不要		
	上 道	毎月第1・3水曜日	9時30分				コープイセイサービス福浜	※予約不要		
		奇数月第3木曜日	10時30分				ストレッチ体操	平島コムニティハウス		
瀬 戸	瀬 戸	毎月第1・3曜日	10時				上道サロン	上道サロン		
		毎月第1月曜日	18時30分				笑う班会	旭ヶ丘コムニティセンター		
		毎月第1水曜日	10時				あゆもどき(たまりば)			
		毎月第4曜日	13時30分				カエ や む も ん ど き (認 知 痴)	あゆもどき(たまりば)		
		毎月第3曜日	14時				農業問題研究会(12月から2月まで回顧)	あゆもどき(たまりば)		
西 大 寺	西 大 寺	12月10日(水)	13時30分				健康マージャン(フリー)	※女性限定		
		毎月第3水曜日	10時				健康習慣予防について	コープ西大寺診療所組合ホール		
		毎月第4水曜日	10時				ウォーキング	お問い合わせください		
		12月25日(木)	10時				フラー・アレンジメント(受け取りのみ)	シルバー・ライフかなおか		
		1月29日(木)	11時30分				新年会	味わい		
山 南 南 可 知	山 南 南	12月4日(木)	12時				お楽しみ会	東幸西公会堂		
		第1・2・3・5・6曜日	13時30分				健康体操	益野公会堂		
		12月10日(水)	13時30分				奇数月第3木曜日	上道サロン		
		毎月第1・3曜日	10時30分				ヨガ	西大寺		
		毎月第4曜日	10時30分				ヨガ	西大寺		
北 区	北	毎月第2土曜日	10時				ヨガ	西大寺		
		毎月第4土曜日	11時				ヨガ	西大寺		
		第1木曜日	12時30分				サロンふきのとう(料理)	三軒屋ふれあい会館		
		第2火曜日	10時				Café・カレー	コムコム駅西館		
		第3火曜日	10時				サロンひばりの家	コムコム駅西館		
北 区 つだか	北	毎月第1火曜日	10時				はっぴい俱楽部	随時お問い合わせください		
		毎月第2曜日	10時				サランスマート(運営など相談&体操)	マスカット(たまりば)		
		毎月第3曜日	10時				健康マージャン(大野辻サポート支援)	マスカット(たまりば)		
		毎月第4曜日	10時				歌って健康づくり(大野辻出張企画)	マスカット(たまりば)		
		毎月第1曜日	10時30分				歌って健康づくり(大野辻出張企画)	マスカット(たまりば)		
み つ	西	毎月第1曜日	9時30分				ウォーキング	御津公民館		
		毎月第4曜日	9時30分				グラウンドゴルフ教室	御津グラウンドゴルフ場		
		毎月第4木曜日	13時30分				ゆるっと筋トレ	御津老人福祉センター		
	一 宮	12月12日(金)	13時				クリスマス会	一宮公会堂		
		12月9日(火)	10時				骨評価&体操&お講義タイム	吉備公館		
赤 蟹 市	赤 蟹 市	毎週木・金曜日	13時30分				百歳体操	つどい七七(たまりば)		
		毎月第2・4月曜日	13時30分				たまり場開放	陽だまり窓(たまりば)		
		毎月第1・3土曜日	13時30分				ひなせサロン	川向会館		
		毎月2・4月曜日	13時				サンボンぶやき	玉原大池集会所		
		毎月第2水曜日	9時30分				サロンあさがお	日比市民センター		
全 体 行 事	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		
		毎月第2土曜日	13時30分				虹のカフレ(認知症カフ)	コムコム会館3階		
12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まで Tel 086-272-2121 内線5115	◆法律相談 12月18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: 12月 8日(月)・22日(月) 18時～ 林 潤 市議: 12月11日(木)・25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 12月12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	

**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12回 文・写真/和田博知

2025年11月のはじめごろ、翅がオレンジ色の綺麗なキトンボが池の畔にとまる姿を目にしました。去年までは11月になると、このトンボは見かけなかつたはずです。間違いかなと思い、この写真をAI（人工知能）に調べさせると、「このトンボは、ショウジョウトンボのオスです」という回答がありました。「これはキトンボではないでしょうか」と入力すると、「おっしゃるとおりです」と返事がありました。AIはインターネット上の様々な情報を集めて判断します。性能にもよりますが、まだまだAIの情報をすぐに信じてはいけないかもしれません。

私たちは現場に出掛け、自分の目で見て判断することができます。きれいだと感じれば、スケッチをしたり写真を撮ったりします。昆虫の姿で、気候の変化を感じることもあります。どんなにAIが賢くても、歩いてみなければ分からぬこともあります。



鮮やかな翅が特徴のキトンボ

岡山医療生協は、一度と戦争の悲劇を繰り返さないために、今まで様々な平和活動を展開してきました。2025年は、戦後そして被爆80年の節目です。平和活動実行委員会では、現地で思いを馳せるような様々な企画を実践しています。9月・10月は、黒い雨フィールドワーク（9月24日・水）、平和記念公園ガイド（10月22日・水）を開催しました。参加者の感想を紹介します。

国や世代をこえて 学ぶ大切さ

～平和記念資料館見学・ 平和記念公園碑めぐりを経て～

平和記念公園は中学生時代に平和学習で訪れたことがあり、戦争の歴史や悲惨さについてはある程度学んでいたつもりでした。印象的だったのは平和記念公園に集まる人の多さです。

国内外から幅広い世代の人々が数多く来場されていました。戦後から80年経った今でも、国や世代をこえて、これだけ多くの人々が平和に関心を持ち、集まっているという事実に驚きました。

平和記念公園の碑めぐり

広島民医連職員の方々に案内をしていただきました。職員の知識の多さだけでなく、

平和に対する熱量に、自分はまだ学習も思いも足りないことを実感しました。

原爆ドーム

崩れた瓦礫やむき出しの鉄骨から当時の恐怖や苦しみを

学習とは講演や現場見学、教科書を通して戦争の恐ろしさを学ぶだけでなく、当時の様子を想像し、自分の立場に置き換えて感じることだと知りました。これからも平和を願う気持ちを忘れずにいたいと

思います。

岡山協立病院 健診センター 宮武凜太朗

感じられ、自分がこの場で被害を受けているら想像するときという意見と、被爆の惨事が良いという意見で対立しておこう必要があると感じました。

ともに、今でも心を痛めている人がいるということも知つておく必要があると感じました。

当時、原爆ドームは、平和を

求めるシンボルとして残すべきという意見と、被爆の惨事が良いという意見で対立しておこう必要があると感じました。

當時、原爆ドームは、平和を

害を受けていたら想像する

と胸が締め付けられました。

も前の戦争ですが、苦しんで

いるのは私たちと同じ一般の

人です。他人事ではないと思

うことが大切であると再認識

しました。

〇被爆当時小学生や幼児で、

黒い雨が何なのかもわからず

思いました。貴重なフィール

ドワークでした。

として戦争や平和について考

えておかなければならぬと思

いました。

雨にあつたのに、国の救済が

遅れ裁判になりました。

80年

を経て、被爆者認定され、被

爆者健康手帳の交付へ至りました。

今回のフィールドワーク

は、「黒い雨訴訟」を学ぶた

めにジャーナリストの小山美

砂さんに同町を案内いただきました。

また、当時を知る住民の方々から直接お話を伺う

こともできました。

参加者の感想を紹介しま

す。



平和記念公園ガイド参加者



記憶に残る原爆ドーム

所です。後に「黒い雨訴訟」も関わらず、被爆者健康手帳の交付が当初却下された場

ら約18～30kmの範囲に位置します。住民が黒い雨を浴びたた広島県湯来町は、爆心地か



認定・非認定をわけた水内川の橋の上で学ぶ

○実際に黒い雨を経験された方の話を聞けたことや、地域から県や行政へ訴えている内

平和活動実行委員会では、今後も様々な学習や現地で思いを馳せる企画を実践します。恒久的な平和のためにぜひご参加ください。

平和活動実行委員会



案内役の小山美砂さん(左)

「憲法9条の碑」の募金を組合員のみなさんにお願いしてきました。11月20日現在で240,605円集まっています。

引き続き建立まで取り組みます。募金へのご協力よろしくお願いします。

12月

年末年始休診の
お知らせ
12月30日(火)から、1月4
日(日)まで休診となります。
*協立病院では、緊急の際は、
従来通り受け入れを行います。

外来診療表

総合病院 岡山協立病院 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)

TEL (代) 086・272・2121
〒703-8511 岡山市中区赤坂本町8-10

	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
●慢性の病気の方は予約制です。	午前	板野(淑) (1・8・15・22日)	杉村南 角若(淑) 担当医(1・15・22・29日)	担当医 板野(淑) 担当医(5・19・26日)	浪尾(淑) 佐藤(知) 板野(淑) 担当医(高橋(12・19・26日))	担当医
●予約外の方は初診担当医師が診察します。	午後	鳥羽(淑) (14:00~16:00) (1・8・15・22日)	角塙(淑) 光野(淑) 高橋(8・15・22・29日)	橋本(13:30~16:00) 富岡(14:00~16:00)	桜井(14:00~16:00) 角南(12・19・26日)	高橋(12・19・26日)
	夜間			橋本(10・24日) 担当医(予約のみ)(10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
	午前		横田(啓)	横田(佐)	藤井	
	午後	岡野(14:00~16:00)	長尾(日野小林)	守屋(佐藤) 植木一瀬(14:00~16:00) 禁煙外来(4・11・18日)	清水(15:00~15:30)	
脳神経内科	午前				担当医	
予約制	午後	大野(14:00~16:00)		大野(14:00~16:00)		
外科	午前	木村(圭) 鳴坂(2・16日)	浪尾(博)	馬渕森(伊藤忠) 今井(4・11・18日)	浪尾(博) 大谷(乳腺外来)	伊藤忠(13日)
	午後			馬渕(予約)		
皮膚科	午前	木村(摩) 井形(1・8・15・22日)	木村(摩)	木村(摩) 井形	木村(摩)	
	夜間			担当医(3・10・17日)		
整形外科	午前	中野		中野(担当医)	中野	
脳神経外科	午前		近間(2・23日)			
予約制	午後			担当医(3・17日)		
疼痛治療科	午前	ペインクリニック(13:00~15:00)	武田(13:00~15:00)		武田(13:00~15:00)	
予約制	午前	竹谷(14:00~16:00)	竹谷(14:00~16:00)	武田(14:00~16:00)	武田(14:00~16:00)	竹谷(14:00~16:00)
	午後	福田(14:00~16:00)	竹谷(14:00~16:00)	福田(14:00~16:00)	福田(14:00~16:00)	竹谷(14:00~16:00)
	「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(1・8・15・22日)	山崎	山崎	川口(12・19・26日)	担当医(6・20日)
●受診の際は事前にご連絡ください。 直通電話 086-271-7830	午後		山崎		川口(12・19・26日)	川口(13・27日)
	午後・診察	山崎(13:30~16:30) (1・8・15・22日)			川口(12・19・26日)	
婦人科	午前	平井	浅野	平井	平井	平井(13・27日)
泌尿器科	午前	二ノ宮	二ノ宮	二ノ宮	二ノ宮	二ノ宮(20日)
	午後				二ノ宮(11・25日)	
眼科	午前	担当医(1・8・15・22日)	担当医	担当医	担当医	
耳鼻咽喉科	午前					担当医
予約制	午後		担当医		担当医	
心療科	午前	梶田	梶田	梶田(4・11・18日)	梶田	
予約制						
看護専門外来	午前		9日呼吸器ケア外来 島田		19日がん患者サポート外来 山内・松本	
予約制	午後	13:30~16:00	ストーマ外来 中下			
歯科	午前	伊藤(9:00~11:30) 齋藤(13:30~16:00)	伊藤(伊藤) 齋藤(伊藤)	伊藤(伊藤) 齋藤(伊藤)	伊藤(伊藤) 齋藤(伊藤)	伊藤(伊藤) 齋藤(伊藤)
予約制 直通電話 086-271-1978	午後					
	夜間	16:00~18:30	齋藤(齋藤)		伊藤(伊藤) 齋藤(伊藤)	

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。

健 康 と 生 活

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

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

TEL 086・276・3711
〒703-8265 岡山市中区倉田677-1

	月	火	水	木	金	土
内科	午前	真鍋(9:00~12:00) 初診外来	石井(初診外来)	真鍋江副(初診外来)	大野福田(好)(初診外来)	大野(6日)眞鍋(20日)初診外来
	夜間			眞鍋禁煙外来(眞鍋)(予約)		
皮膚科	午前		高橋(阿)			
整形外科	午後			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)
午後 予約制
夜間 16:30~18:30 (予約外)

TEL 086・944・0088
〒704-8116 岡山市東区西大寺中二丁目20-33

	月	火	水	木	金	土
内科	午前	吉崎(1・8・15・22日) 29日は休診	吉崎宇佐神	吉崎宇佐神	宇佐神浪尾(淑)(予約)	宇佐神吉崎(12・19・26日) 胃内視鏡検査は当面休止します
	午後				浪尾(淑)(予約)	
	夜間	月曜日の夜間診療は終了しました		宇佐神		

コープみんなの診療所

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)

TEL 086・278・8522
〒703-8228 岡山市中区乙多見101-4

	月	火	水	木	金	土
内科	午前	中桐(1・8・15・22日) 門田(1・8・15・22日) 29日は休診	中桐	今井	浪尾(博)	門田中桐(13・27日)
	午後				浪尾(博)	
	夜間	17:00~19:00		中桐		

せいきょう玉野診療所

受付時間 午前 8:00~12:30
午後 14:40~19:00

TEL 0863・81・1696
〒706-0026 玉野市羽根崎町5-10

	午前	火	水	木	金	土
内科	午前	谷口(8:30~12:30)	谷口	谷口	新井	谷口
	午後	谷口(15:00~19:00)	谷口	谷口	谷口	谷口

コープ倉田歯科

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)

TEL 086・237・8888
〒703-8265 岡山市中区倉田680-1

	午前	火	水	木	金	土
歯科	午前	吉富(1・8・15・22日) 濱田(1・8・15・22日) 29日は休診	坂口	齋藤	坂口	坂口(13・20・27日) 中田(13・20・27日) 6日は休診
	午後	吉富(1・8・15・22日) 濱田(1・8・15・22日) 29日は休診	坂口	中田	坂口	坂口(13・20・27日) 中田(13・20・27日) 6日は休診

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	
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 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	