



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

みんなの診療所

”バレンタインコンサート&ミニマルシェ” 開催



2026年2月14日(土)14時~16時にみんなの診療所
”バレンタインコンサート&ミニマルシェ”を開催します。
楽しんでいただけるようにと組合員さんと一緒に準備
しています。お誘いあわせて是非お越しください。お待ち
しております。

ご案内

14時30分~15時00分

木管五重奏によるコンサート

☎待合室

お馴染みの童謡から懐かしの名曲まで、みんなで楽しめる
コンサートです。



バレンタインマルシェ

☎みんなのホール

日用品バザー、コーヒー(幡多支部)、豆腐ドーナツ(増田豆腐店)
フランクフルト&ロールケーキ(ワークスコープ)
新鮮お野菜&焼き菓子&手芸品(あおぞら会) etc

さらに

LINEお友達追加で

プチプレゼントあり



お問い合わせ

コープみんなの診療所
岡山市中区乙多見101-4
☎(086)278-8522

駐車台数限りあり、公
共交通機関でのご来場に
協力をお願いいたしま
す。

www.okayama-health.coop



”無料低額診療”をご存知ですか？

”無料低額診療”とは、経済的な理由によって
必要な医療サービスを受ける機会が制限される
ことのないように、医療費の負担を無料又は低
額な料金で医療の利用を行うもので、安心して
治療を受けることができる制度のことです。みん
なの診療所でもこの制度を実施していますので、
医療費でお困りの方はご相談ください。

例えばこのような場合にご相談ください。



病気や障がいによって
一時的に収入がなく
なり、医療費を支払う
ことが困難になった。



「医療費が払えない」
と治療を受けず、苦し
んでいる人から相談を
受けた。



年金収入だけでは生
活がままならず、医療
費の支払いが難しい。

岡山医療生協の健康教室を みんなの診療所で開催中！

『アートで脳活』

第2・第4火曜日 13時~15時

『ゆるっと筋トレ』

第1・3水曜日 14時~15時

第2・4金曜日 14時~15時



参加費：初回限定無料

どなたでも参加できますので、お気軽にお申
し込みください。

ご予約・お問い合わせは
健康まちづくりセンターまで

☎086-271-7880

公式LINEからでも
ご予約できます！



- 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

2月診療予定表

内科	月	火	水	木	金	土
午前診療 9時~12時	中桐	中桐	今井	浪尾博	中桐	中桐 14日 28日
	門田				門田	
午後診 13時半~15時	*	*	*	浪尾博	*	*
夜間診 17時~19時	*	*	中桐	*	*	*

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

「減らそう！薬剤耐性～薬剤耐性を防ぐために私たちができること～」続編

Q3：抗菌薬（抗生物質）で風邪は治るの？

→抗菌薬（抗生物質）は「細菌」に効果があり、風邪やインフルエンザなどの原因となる「ウイルス」には効果がありません。風邪をひいたからといって、抗菌薬（抗生物質）を間違えて飲んでしまうと、効果がないだけでなく、下痢・嘔吐・発疹などの副作用を起こす可能性があり、さらに薬剤耐性菌発生のリスクが高まります。

風邪の時に抗菌薬（抗生物質）を飲んでよくなってきたなと感じたなら、それは抗菌薬（抗生物質）の効果ではなく、自身の免疫でウイルスをやっつけたからかもしれません。

Q4：薬剤耐性菌を増やさないためには？

→抗菌薬（抗生物質）は風邪などを治す万能薬ではありません。必要のない抗菌薬（抗生物質）を飲まない・希望しないようにしましょう。また、医師はあなたの体に合わせた抗菌薬（抗生物質）を処方しています。処方された抗菌薬（抗生物質）は、医師の指示どおりに飲むことが重要です。



（内閣感染症危機管理統括庁パンフレットより抜粋）

財田支部

財田支部活動紹介

財田古都支部は、地域は財田学区、古都学区、竜の口学区と地域は広く組合員も少なくありませんが、班長の成り手が少なくなりました。そのため、班組織が少なくなって組合活動が弱まってきました。

毎月の活動は、「脳いきいき教室」がありますが、参加者が減少したため今年から「サロン」と統合して開くことになりました。サロンは、麻雀、ゲーム、レクリエーション、お茶を楽しんでいます。「健康マージャンサークル」は、毎週火曜日の10時から12時まで開催し、初心者や久しぶりの人などみんなでも楽しく行っています。体操教室は、参加費500円で開催しています。年4回の「リサイクル」には、新たに回収に協力してくれる人が増えました。リサイクルと同時に行う「組合員増資」には、35人前後が参加し15万円程が寄せられます。今年も、もっと工夫した活動を進めたいと思います。



心のデトックス



みなさんはどんな方法でストレスを解消していますか？仕事と家事・育児に時間に追われる毎日のなかで、私の日々の楽しみは、朝早起きをしてテレビドラマを観ることです。子供たちが起きる前の数時間、登場人物の感情に共感したり、ストーリーに引き込まれることでその時間没頭できます。時に涙するときもありスッキリします。ちなみに今観ているドラマは、身体の改造から仕草、人間関係まで勉強して別の人間になりきり犯人を突き止める物語です。非現実的ではあるけど、ドラマを観ていくにつれ、俳優さんの演技力でその世界線もありなのかもとストーリーに引き込まれ、次回が気になり苦にならずに早起きできます！

看護師 S

みんなのサロンのお知らせ

2月16日(月)10:00～11:30頃

参加費:200円

内容:健康マージャンなど

お問い合わせはみんなの診療所まで

「生協10の基本ケア」

第3回

アンバサダー養成講座のお知らせ

「生協10の基本ケア」とは、人生の最期まで自分らしく生きるための大切な考え方と具体的な方法を10にまとめたものです。どなたでもご参加いただけますので、ぜひお越しください。

日程:2026年3月5日(木)14:00～15:30

場所:みんなの診療所2階(ZOOMオンライン開催)

内容:生協10の基本ケアで考える自分らしく暮らすためのお金の使い方

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」「どこに相談したらよいか分からない」ことなどありませんか？そんなときにぜひご利用ください。

2月9日(月)9:30～11:30