

2020年4月 西大寺診療所 たよひ



発行：コープ西大寺診療所
〒704-8116
岡山市東区西大寺中2丁目 20-33
☎086・944・0088

所長の小部屋

みなさんこんにちは、所長の西野です。

4月になり、新しい年度がはじまりました。

当診療所の今年度の目標は、さまざまな理由で困難に
直面されている患者様、御家族に対して、
十分な対応が出来る診療所。

他病院やクリニック、施設などに頼りにされ、
信用される診療所。

職員にとっても自分の個性やスキルの活かせる診療所。
などです。

なかなか大変な目標と思いますが、なるべく高いレベルを目標
指して行きたいと思っています。

さて、年度はじめですが、「年度初め」と
「年度始め」、どちらが正解でしょうか？
これは「初め」と「始め」の意味の違いが
大切です。

「初め」はものごとの最初や、ある期間の早い
段階を意味し、「始め」はものごとが起こったり
することを意味します。簡略化すれば、
「初め」=最初、「始め」=開始
と考えればわかりやすそうです。

と言うわけで、「年度始め」が正解です。
今年度も、当診療所は職員一同頑張っ
ていきますので、よろしくお願いいたします。



2018年5月から開始した 胃部内視鏡検査 500人目を迎えました。

3/18花束を渡された患者さんは「何がおこったの!？」
という感じ。西野所長より説明を受け、検査終了後の緊張
した顔に大きな笑顔が広がりました。
地域で組合員活動をされている方でしたので、より一層
喜んでくださいました。

『小さな内視鏡が大きな安心のお手伝い 安全で確実な
内視鏡検査を目指しています』の導入した内視鏡機器の
キャッチコピーに負けないよう、これからも診療所でも
取り組んでいきたいと思ひます。



西大寺診療所 3人の先生と根本師長

♪ 4月からもよろしくお願ひします♪

4月診療予定表

	月	火	水	木	金	土
午前 9時~	西野 吉崎 (6.20. 27)	西野 吉崎 (7.21. 28)	吉崎 内視鏡 (1.15.22) (西野)	西野 浪尾	吉崎	吉崎 (4.18日) 西野 (11.25日)
午後 13時半~				浪尾		
夜間 17時~	西野		西野			

【受付時間】

午前：8時半~12時 午後：13時~15時

夜間：16時半~19時

診察開始時間【午前】9時

【午後】13時半（木）

【夜間診】17時（月・水）

※禁煙外来：月~金の診療時間内で行っています（予約制）

※吉崎外来：4/11~4/14 休診

時間内で行っています（予約制）



《診療所4月の予定》

場所：診療所内ホール

新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため
以下の行事は中止です。ご了承ください。

ひまわり喫茶

サロン来夢来人

運動療法

ロコモ教室

竹永みつえ市議のなんでも相談(予定)

4月 22日(水) 18:00~19:00

コープ西大寺診療所にて

※事前にお電話でお申し込み下さい

(086) 944-0088

西大寺診療所で4年間お世話になり、3月で定年退職を迎えることになりました！看護師の白石です

まさか皆様の前で勉強会のために、話しをする立場になるとは思っていませんでした。自分のための勉強にもなり大きな経験になったと思います。

班会や講座に来ていただいた患者さんから「白石さん、このあいだはありがとうございました。良かったわ」のお声をいただいたときはとってもうれしかったです。こちらこそ、ありがとうございました。



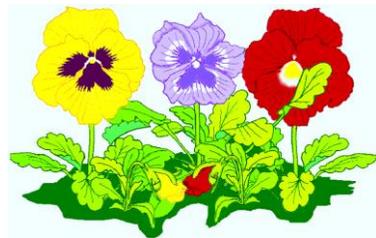
診療所だよりで班会を！

3月は多くの班会が、コロナウィルスの影響で中止となってしまいました。今回は、3月末で退職された白石看護師講師の班会を体験してみてください。

班会のテーマは「免疫」

まず免疫とは、免疫の仕組み、免疫細胞のできる場所、リンパ球、リンパ管、大切な免疫機関、小腸の働き、ワクチンと免疫の話、ウィルスのサイズイメージ、マスクの着用の意味 などなどお話し、結局自己免疫力を高めることが大切！

- 3食きちんと食べる
- 十分な睡眠
- 適度な運動
- ストレスをためない
- 禁煙
- 快便



感染を防御すること

- ◆ 手洗い
- ◆ 口、鼻、目をできるだけ触らない



春房

いぬふぐり

すっぱり包んで

畑の岸

初音聞く

待ちに待ちたる

風誘ふ

今月の俳句

今年も大好評の女性チームによる 乳がん検診を行います



5/25(月) 13:30~15:30

コープ西大寺診療所にて

乳がん検診メニュー

(乳房視触診+乳腺超音波検査)
医療生協組合員料金 ¥3850
一般料金 ¥5610(当日加入もOK)

予約制です
お電話おまちしています

TEL:086-944-0088



「咳エチケット」を知っていますか。

「咳エチケット」という言葉をよく耳にしませんか。新型コロナウイルスやインフルエンザをはじめとして、咳やくしゃみの飛沫により感染する感染症は数多くあります。「咳エチケット」は、これらの感染症を他人に感染させないために、咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖を使って、口や鼻をおさえることです。

特に診療所、病院、電車や職場、学校など人が集まるところで実践することが重要です。



「3つの正しい咳エチケット方法」

があるので、いずれかを実践しましょう。

1. マスクを着用する。
2. ティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆う。
3. 上着の内側や袖（そで）で覆う。

「やってはいけない悪い事例」

1. 咳やくしゃみを手でおさえる。

咳やくしゃみを手でおさえると、その手で触ったドアノブなど周囲のものにウイルスが付着します。ドアノブなどを介して他の人に病気をうつす可能性があります。

2. 何もせずに咳やくしゃみをする。

咳やくしゃみをするとき、しぶきが2mほど飛びます。しぶきには病原体が含まれている可能性があり、他の人に病気をうつす可能性があります。