



since1954

のむらだより



発行所 ● 医療法人社団 秀和会 野村医院 〒660-0823 尼崎市大物町1丁目9-25 TEL:06-6481-4207 FAX:06-6401-6392 <http://www.shuwakai-nomura.or.jp/> 発行人 ● 平野 学

新年のご挨拶



医療法人社団 秀和会

理事長 檜垣 一行



新年あけましておめでとうございます。

当法人は五年前に介護施設である「地域生活支援ハウスのむら」を開設しました。多くの方にご利用頂いており、心より感謝申し上げます。この「ハウスのむら」には、小規模多機能型居宅介護とデイサービスがあります。年々にぎやかになってきています。施設は明るくオープンな造りになっていて、秋祭りや焼芋大会、おもちつき、そうめん流しなど、毎月季節の行事を行っています。楽しんで頂いています。

また、野村医院では、七年前から通院が困難な方のために送迎（無料）のサービスを行っています。昨年は、定期の利用者が一〇〇人を超えました。ひと月に延べ五〇〇人以上が送迎サービスを利用しています。歩いての通院が困難な場合や、少し遠方の場合でも、送迎を利用し通院する方が増えています。ご希望の方は、受付もしくは送迎担当者にご相談下さい。

好評のリハビリテーションは、昨年、理学療法士が一人増え、待ち時間も短くなっています。在宅医療では、往診、訪問看護、訪問リハビリも積極的に行っていますのでご利用下さい。

これからも、医療・介護を含めた、切れ目のない総合的なサービスを充実させていきたいと思っています。公害患者さんをはじめ、地域の皆さんのお役に立てるよう、職員一同頑張っていきたいと思っておりますので、今後とも何卒宜しくお願い申し上げます。

初春

二〇一八年 元旦

医療法人社団 秀和会



野村医院

訪問看護
ステーション
地域生活
支援ハウスのむら
一同



平和を願う

みさき漁

手芸教室の一品

初春戌



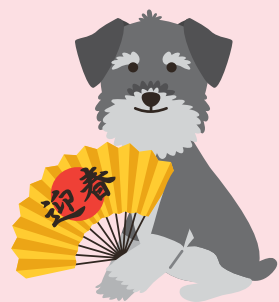
ふれあい

♥新年明けましておめでとうございます
♥今年のキーワードは何？
「改憲」が浮かびました。
来年の二〇一九年夏には、参議院議員の選挙があるはず。すると、安倍首相が公約した憲法九条に第三項を設けて、新たに「自衛隊の存在」を明記する動きが出ると想定。今年は、国政選挙と国民投票の同時実施を視野に入れた憲法改定案への論議が活発になるでしょう♥そこで、提案。一緒に「改憲」の先に何かがあるかを想像してみませんか。例えば、自衛隊が「戦争する」軍隊に変わると気付けば、無残な戦死をされた祖父や父、或いは兄弟を思い出してみませんか。いのちの大切さを感じて、現役自衛隊員が「殺し、殺される」「兵士になってはいけない」という気持ちになるのでは？♥後期高齢者の皆さんには、今こそ子や孫たちに悲惨な戦争体験を語って、いのちの尊厳を守る役割を。戦争が国民を不幸にした真実を知っている者として、戦争の愚かさを説き、どんな戦争もしてはいけないと話す出番♥現憲法の真髄は「庶民が平和な暮らしの中で人間らしく生きる」ことの宣言です。今年もよろしく願います。(S・Y)



今年も地域のみなさんの声に耳を傾け
職員一同がんばります

野村医院



昨年最後のクリスマスアレンジ

初春のお慶びを申し上げます。今年の抱負はお決まりになりましたか？私は今年こそ昨年より若返ろうと、無理なあがきをしようと思いません。

昨年最後のアレンジの花材は、クリスマスホーリー、カラテア、ガーベラ、スプレーカーネーション、白く塗られた木にオーロラペーパーをはりつけた造形木、の五種でした。

講師 田中アキエ

生花教室



笑顔があふれる時間〜音楽療法〜

赤とんぼの里

体操教室



十二月一日、赤とんぼの里で尼崎市の出前講座がありました。今回は中西幸講師による音楽療法でした。

向かい合わせになり、歌に合わせて手や足を前に出す体操では「これなら家でできそう！〜」と大喜びのみなさん。

そして、紅葉の季節にふさわしく「もみじ」を二組にわかれて

の輪唱、次に参加者が一人ずつの輪唱でしたが、みなさん大きな声でうたい、輪唱も大成功でした。

ボールを使つての遊びでは、輪になって椅子に座り、太ももにボールをはさみ、もう一つのボールをリズムと講師の「右」「左」のかけ声に合わせて、隣の人に渡していきました。「右」と言えば左へという、合図とは逆にボールを送ることになると「むずかしいなあ」と言いながら、みなさんとてもリラックスし、終始笑い声が絶えませんでした。

音楽やリズムを通じて、みなさんの笑顔をつくり出す楽しい講座でした。

受付 石田 千絵



小規模多機能型居宅介護のむら



訪問看護ステーションのむら

今年も医療と介護・福祉の一体支援を
さらに充実できるように
取り組んでいきます

地域生活支援ハウスのむら



ケアプランセンターのむら
地域生活支援・地域交流



厨房



医務



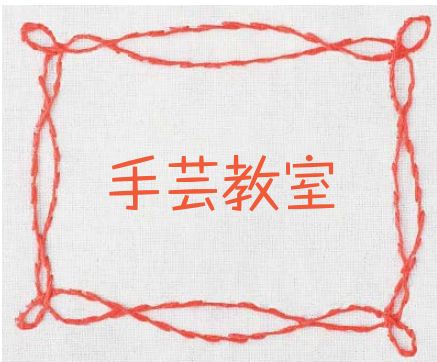
デイサービスのむら



ことしは
2018年
明治151年
大正107年
昭和93年
平成30年
戊戌年



手芸教室
クリスマス会



受付
徳永 春穂

New
Face
新入職員
紹介

昨年の十一月六日より、
受付スタッフとして配属に
なりましたが、徳永春穂と申
します。生まれも育ちも尼
崎、「生粋の尼っ子」です。
医療機関での仕事は初め
てなので、ご迷惑をお掛け
することがあるかと思いま
すが、元気な笑顔をモット
ーに努力して参りますの
で、どうぞ宜しくお願い致
します。



遠藤さんプレゼント
のくす玉



十二月十三日、手芸教室の
クリスマス会が行われまし
た。
いつもと違いリラックスし
た顔で参加した皆さんは、一
年間の思い出話や、ファッシ
ョンの話で盛り上がっていま
す。
野村医院は、病気を治すだ
けでなく、地域の皆さんと一
緒に、地域の活性化や、社会
とのつながりを大切にしてい
ます。日々、患者さんと対話
しつつ、共に成長していけれ
ばと思いつつ、皆さんの笑
顔に感激したクリスマス会で
した。次も素敵なクリスマス
会ができますように…。

講師 根占マサ子



中田院長



檜垣理事長

した。
檜垣理事長・中
田院長も参加し、
少し緊張しまし
た。参加者の
遠藤妙子さんが一
人ひとりにくす玉をプレゼン
トしてくれたり、恒例のプレ
ゼント交換や、玉すだれと皿
回しの出し物など、大変楽し
く過ごしました。

第204回 栄養教室

低カロリーでたっぷりいただく食事

十二月十六日の栄養教室のテーマは「低カロリーでたっぷりいただく食事」でした。シーフードシチューの具は



モロヘイヤ、白菜やカブラを使い、やわらかく仕上がりました。ブロッコリーとツナのサラダの味付けには、マヨネーズとゴマを使っています。

バターやマーガリンを抑えたパンを添え、季節の果物にはイチゴを用意しました。シチューがおいしく、大満足でした。

クリスマスということ

健康一口アドバイス

334

冬の寒さもいよいよ本番です。冷え対策は万全でしょうか。冷えは「ちょっとした不調」と思われがちですが、実は万病のもと。脳血管障害、心疾患など、多くの病気の根源に冷えがあるのでは注目されています。

「冷え」は万病のもと
温かい体で冬を乗り切ろう

冷えを感じたら、膝が痛いなら膝を、手が冷えるなら手を、首が冷えると風邪を引きやすい人は首の後ろが大事な温めポイントになります。

温かい血液を巡らせるには、へその辺りを温めるのが効果的です。また、簡単に長く続けやすいお勧めの方法は、起床後に一杯の白湯を飲むことです。

ります。また、冷えると内臓の働きも低下して免疫力も下がります。冷えて体調を崩しやすい人や、手足に冷えを感じやすい人は、全身を温めましょう。全身に



訪問看護師 本荘 紀子

第165回

糖尿病教室

糖尿病による視力障害について

第一六五回糖尿病教室が十二月十八日に開催されました。最初に、中田院長より糖尿病による視力障害について話



でプチケーキもありました。種類がたくさんなので「じゃんけん大会」が急遽開催され、勝ち抜いた人から順にケーキを選び、最後の人が決まるまで手に汗握る展開と

なりました。ハウスのむらのが、喫茶コーナーのコーヒーと一緒に食べ、年末の忙しい中、束の間のゆったりした時間を楽しんでいます。

総務 立石 智子

がありました。現在、視力障害の原因の第一位は緑内障で、第二位が糖尿病性網膜

症。糖尿病は緑内障の原因の一つでもあり、糖尿病が占める割合は、かなり高いといえます。

糖尿病性網膜症は、単純網膜症、増殖前網膜症、増殖網膜症の三つに分類。糖尿病を発症して十年程で単純網膜症がみられ、そこから三年程で増殖前期、さらに一年半〜二年で増殖網膜症の時期に入るといわれています。そのため単純網膜症までは一年に一回、増殖前網膜症からは一〜三ヶ月に一回の眼科検診が必要です。

また、糖尿病黄斑症は、網膜の中心視力を司る黄斑部に浮腫がみられる状態で、急に視力障害が起こったときは黄斑症が疑われます。黄斑症も早期発見が重要で、眼科検診が必要と話がありました。

次に、前田理学療法士の指導で、椅子に座ってできるリラクゼーション、新聞を使った体操を参加者で行いました。

最後に、等井管理栄養士の指導で、おせち料理やケーキに含まれる糖質の量について話がありました。おせち料理には糖質を多く含むメニューも多

お知らせ

第205回 栄養教室

◎とき 1月20日(土) 午前10時〜

◎ところ 地域生活支援ハウスのむら

◎参加費 500円

第166回 糖尿病教室

◎とき 1月15日(月) 午後1時〜

◎ところ 野村医院

似顔絵教室

◎とき 2月1日(木) 午前10時〜

◎ところ 地域生活支援ハウスのむら

◎参加費 300円

生花教室

◎とき 1月17日(水) 2月7日(水) 午前10時〜

◎ところ 野村医院

手芸教室

◎とき 1月10日(水) 1月24日(水) 午前9時半〜

※申し込みにあわせて、生花教室・手芸教室は現在、定員超過のため新規募集はしていません。



みさき漁さんの似顔絵教室 ギャラリー



生徒さんの作品

①月のテーマ

健康情報 (兵庫県保険医協会)

「テレホンサービス」

月曜日 性的満足が得られない方へ

火曜日 高齢者肥満に対する減量のすすめ

水曜日 おならのお話

木曜日 胃の病気が口臭に関係あるのか?

金土日 夜ぐっすり眠るために

※1月9日(火)より放送

TELフリーダイヤル 0120-979-451