

インフルエンザ予防

カラダにプラス!
ココロも元気!

洛和会ヘルスケア
システムの広報誌

月刊

おとまるくん



くん

WEB版「おとまるくん」
もよろしくね!

おとまるくん 検索



お隣の奥さんにも
言っておこうかな

マスクも大切!

ガラガラガラ...

インフルエンザには
手洗い・うがい
基本なんだね!

特集

年末年始に向けて

「インフルエンザ」予防で
重症化を防ごう

2017

11
月号



洛和会丸太町病院50周年記念 p06

介護のあんなときこんなとき
洛和デイセンター四条鉾町編 p10

発展、ともに前へ...
洛和会ヘルスケアシステム®

洛和会丸太町病院 洛和会音羽病院 洛和会音羽記念病院
洛和会音羽リハビリテーション病院 洛和会東寺南病院

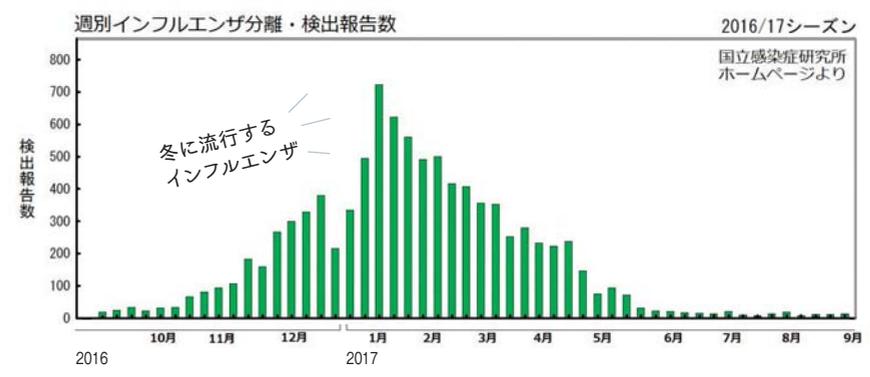
特に 子どもさん、ご高齢の方、妊婦さん… 年 末 年 始 に 向 け て

「インフルエンザ」 予防で重症化を 防ごう

インフルエンザは毎年12月頃から流行し始め、3月～4月に終息します。症状は喉の痛み、鼻水、くしゃみ、咳があり、しばしば熱が高くなったり、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状を引き起こし、肺炎などを合併することもあります。インフルエンザウイルスは飛沫感染と接触感染により、主に鼻・喉などの粘膜から体内に侵入しますので、日常的にウイルス感染を防ぐことが大切です。



洛和会音羽病院 感染症科
部長 神谷 亨

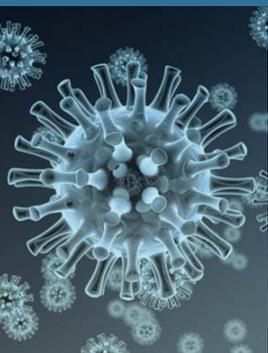


妊婦はインフルエンザにかかった場合、重症化しやすいことが知られています。インフルエンザが疑われる場合はできるだけ早くタミフルを服用する必要があります。インフルエンザを予防するには、ワクチン接種が考えられます。日本産婦人科学会によると、妊婦へのワクチン接種に関しては、安全性と有効性が証明されており、ワクチン接種によって、赤ちゃんに異常がでる確率が高くなることはありません。主治医に相談のうえ、安心してワクチン接種を行ってください。

妊婦はワクチン・タミフルで重症化しないように！

子ども・高齢者は予防・対応に注意が必要！

ワクチンの接種はインフルエンザを予防するための重要な柱のひとつです。しかし、子ども（1歳以上～6歳未満）やご高齢の方（65歳以上）は、ワクチンの有効性が相対的に低いことが知られていますので、手洗い・うがい・マスク着用・乾燥対策など、予防には特に力を入れてください。感染してしまった場合は、薬による治療が必要です。十数年前、話題となった、インフルエンザ治療薬「タミフル」ですが、インフルエンザウイルスの増殖を抑える薬として有効です。子どもが服用すると異常な行動をとるのではないかといわれましたが、薬と異常行動を結びつける結論には至っていません。服用する際には少なくとも2日間、保護者などは子どもが一人にならないように配慮する必要があります。



洛和会ヘルスケアシステムは、5つの病院と4つのクリニックからなる医療部門、介護部門、さらに健診センター、保育園、関連会社などが連携、協力しながら京都と滋賀、大阪、東京をカバーする「医療」「介護」「健康・保育」「教育・研究」の総合ネットワークです。

洛和会ヘルスケアシステムのグループホーム



洛和グループホーム二条城北
京都市上京区黒門通下長者町下ル吉野町687-2
TEL 075(451)1160



洛和グループホーム西ノ京
京都市中京区西ノ京冷泉町140
TEL 075(813)5720



洛和グループホーム壬生
京都市中京区壬生東大竹町44-1
TEL 075(803)1557



洛和グループホーム太秦
京都市右京区太秦袴田町9-1
TEL 075(873)2114



洛和グループホーム右京山ノ内
京都市右京区山ノ内西裏町15
TEL 075(325)5778



洛和グループホーム右京常盤
京都市右京区常盤柏ノ木町15-1
TEL 075(863)5643



洛和グループホーム花園
京都市右京区花園猪ノ毛町8-3
TEL 075(461)0900



洛和グループホーム西院
京都市右京区西院日照町103
TEL 075(325)5815



洛和グループホーム百万遍
京都市左京区田中門前町103-27
TEL 075(706)6760

夢殿

音羽の森



絵馬 1枚 100円

洛和会音羽病院のC棟北側に「音羽の森 夢殿」があります。絵馬の奉納を希望される方は同病院A/B棟総合受付までどうぞ。

渡航前も
渡航後も

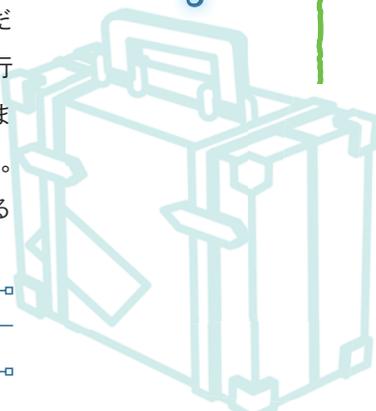
トラベル
クリニック

洛和会音羽病院ではトラベルクリニックを開設しています。海外渡航前の健康チェックや予防接種だけでなく、現地での感染症の流行などの情報提供を行うほか、さまざまな相談を受け付けています。(出発の2カ月前には受診されることをお勧めします)

〈外来のご案内〉

月・水・木・金 午後(完全予約制)

留学や
海外赴任の前にも
感染症対策



まちのお医者さんと
役割分担して
連携します。

普段の受診や
日ごろの健康管理は
まちのお医者さん
「かかりつけ医」

高度な検査・
手術・治療・救急・入院などは
洛和会
音羽病院

「かかりつけ医」をお持ちください。

インフルエンザ・予防接種・トラベルクリニックに関するお問い合わせ

洛和会音羽病院
感染症科

☎075(593)4111(代)



感染症を「予防」するために



手洗い・うがい

ウイルスの多くは人間の手を介して粘膜に入る接触感染をしますので、手洗い・うがいがとても有効です。除菌には市販のアルコール除菌剤も効果的です。

咳エチケット

インフルエンザウイルスは飛沫感染しますので、周りの方うつさないよう、咳をするときはマスクなどで口と鼻を覆う「咳エチケット」も守りましょう。



乾燥対策

室内の湿度を50〜60%に保つとインフルエンザウイルスが生存しにくくなるといわれていますので、可能な範囲で湿度を保ちましょう。



ワクチン接種

インフルエンザワクチンは接種後、2週間ほどで効果があらわれます。接種時期は11月〜12月上旬が目安となります。効果は5カ月間持続します(13歳未満の方は2回接種)。当会の5病院と矢野医院でもインフルエンザの予防接種を受け付けております。

費用：4,860円
7,560円(2回分)

期間：2017年
10月16日(月)
?
2018年
2月28日(水)

ワクチンを接種することでインフルエンザにかかりにくくなり、かかったとしても重症化を防ぐ効果があります。お近くの診療所でも接種可能なところがあります。

※アレルギー、病気をお持ちの方や体調不良の方はワクチン接種に関して注意が必要です。主治医にご相談ください。



その他

○人混みや繁華街への外出を控える
○十分な休息、バランスのよい食事を心掛ける
なども予防の基本です。

洛和会丸太町病院

50周年記念



1967年
(昭和42年)

丸太町病院
(許可入院患者数 152 人) 開設
診療科：外科・整形外科・
内科・小児科・産婦人科

やの ひろし
矢野 宏院長 就任



【沿革】

1967 (昭和 42) 年 11 月 1 日、
「丸太町病院 (現、洛和会丸太町病院)」
が完成しました。地下 1 階、地上 6 階、
ベッド数 152 床、職員数約 70 人の
救急指定病院で、当時、民間病院で
100 床を超える病院は京都初でした。
矢野宏前理事長が丸太町病院の初代
院長に就任しました。



1988年
(昭和63年)

循環器科開設

1987年
(昭和62年)

創立 20 周年
記念式典

皆さまへの感謝を
医療で伝える

洛和会丸太町病院 院長 高橋 滋

洛和会丸太町病院は 1967 (昭和 42) 年に当
会最初の総合病院として丸太町七本松南に設立
されました。その後診療科を精選しつつ 2014



洛和会
丸太町病院に
名称変更

1989年
(平成元年)



1997年
(平成9年)

耳鼻咽喉科開設



1998年
(平成10年)

泌尿器科開設



2017年
(平成29年)

現住所に新築移転

2014年
(平成26年)



2002年
(平成14年)

電子カルテ導入



おかげさまで
50周年

(平成 26) 年に現在の地に移転し、今年創立 50 年
という大きな節目を迎えることができました。
職員一同、地道な努力が紡いだ歴史の重みを実
感しておりますが、これもひとえに近隣の京都
市民の皆さまおよび関係各位の方々温かく育
ていただいたおかげと深謝する次第です。
現在、洛和会丸太町病院は年間 3 千件の救急
を受け入れておりますが、これに甘んずること
なく京都の地域医療を背負って立つ気概で救急
受け入れ 100% を目指したいと思います。そ
して職員全員が患者さまご本人もわがチームの
一員であることを念頭に置き、説明と同意に基
づいた医療を提供していかねばなりません。
次の 50 年を乗り切るべく、今後も愛される洛
和会丸太町病院、洛和会ヘルスケアシステムで
あり続けるため、職員一同努力を続け前に進ん
でまいります。どうぞこれからもよろしくお願
い申し上げます。





この**症状**って
救急車を呼んだほうがいいのか？

**迷ったときの
相談窓口が
あります！**

▶ **小児救急電話相談 #8000**

お子さま（15歳未満）の状態について、看護師または小児科医に相談できる専用窓口があるのをご存じですか？ 下記番号に電話をすると、相談員（医師や看護師など）が症状をお伺いし、アドバイスしてくれます。休日、夜間、早朝など、医療機関の開いていない時間帯にも相談できます。

相談時間 午後7時～翌朝午前8時 ※土曜日は午後3時～翌朝午前8時

**ご自宅付近の
医療機関を
探したい場合**

▶ **京都健康医療よろずネット**

パソコン・携帯電話・スマートフォンからお近くの医療機関を調べられます。電話・FAXの案内もあります。緊急度の低い場合、まずはかかりつけ医にご相談ください。

http://www.mfis.pref.kyoto.lg.jp/ ☎ 075(694)5499

**入れておくと便利な
スマートフォンのアプリもあります！**

消防庁が無料で配布しているスマートフォン用アプリで、症状の緊急度を判定し、救急車を呼ぶ目安を教えてくれたり、利用できる医療機関や受診手段の情報を提供してくれます。パソコンの方はホームページもあります。

**総務省消防庁
「Q助」案内サイト**

https://www.fdma.go.jp/neuter/topics/filedList9_6/kyukyu_app.html



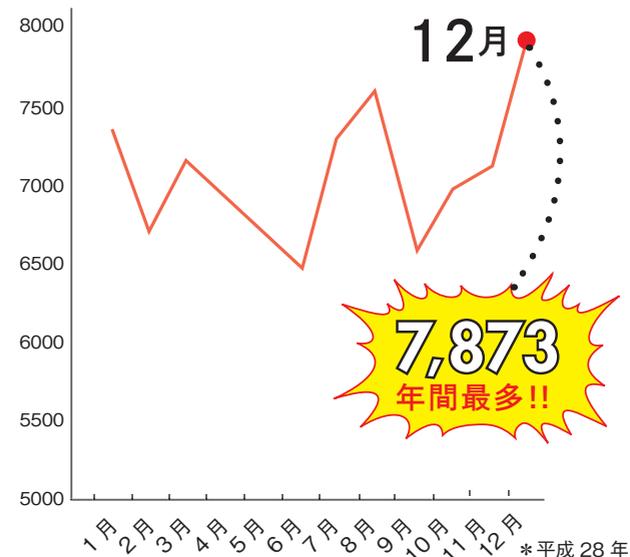
救急車の出動回数が増えるということは、本来に必要な救急車の出動ができなくなる可能性があります。タクシー代わりのような安易な要請は控えてください。



山科消防署 警防課
救急係長 **山内 正人**さん



**年末年始は
救急車の
出動も増えます！**



月別救急出動件数

『京都市消防局 救急統計より』

年末年始は毎年、救急搬送が増加しますが、その原因の一つとなっているのがヒートショックです。脱衣所とお風呂のように温度差の大きいところへ移動すると血圧が大きく変動し、失神や心筋梗塞、脳梗塞などを引き起こすことがあります。脱衣所に暖房を入れるなど温度差に十分注意をして、ヒートショックには十分、気を付けましょう。

介護

の？
あんなとき
？こんなとき

「介護のことについてよく相談をすればいいの？」
「介護サービスってどんな種類があるの？」
「そんなよくあるキモンにお答えします。」

今回は…

「洛和デイセンター」
四条鉾町 編

part2



前号ではデイセンターの概要をご紹介しましたので、今号では実際にご利用いただいている方の実例をご紹介します。

利用例

70歳代 女性
山田さん(仮名)

病後、ピックアップ歩行器を使って歩けるところまで回復されたため、デイサービスと訪問リハビリテーション(以下リハビリ)を併用されていました。



ピックアップ歩行器

デイセンターで…

訪問リハビリでの訓練が終了し、その成果を維持するため、洛和デイセンター四条鉾町でも歩行訓練やマシンを使うなどの機能訓練を継続して行っていました。

機能訓練で…

デイセンターを利用しはじめられた頃は車の昇降も車いすでのリフト対応でしたが、今では**自分の足でステップを昇り降りできるようになりました！！**

そのほかにこんな方が利用されています

- 日中一人でいることが多い方
- 足腰の機能を維持したい方
- 同じ趣味を持った仲間を作りたい方
- 一人での入浴が不安な方 など



デイセンターに通うことで

仲間ができ、他の利用者さまから刺激を受け、互いに励まし合うことで、できることは**自分でやる**という気持ちも生まれます。



洛和デイセンター四条鉾町のスタッフ



私たちと一緒に楽しい時間を過ごしましょう♪もっと詳しく知りたい方は、見学や体験もお受けしていますので、お気軽にお電話ください！



お問い合わせ

洛和デイセンター 四条鉾町

〒600-8461
京都市下京区仏光寺通油小路
東入ル木賊山町165
<http://www.rakuwa.or.jp/kaigo/dc/dc-hokomachi/>

☎ 075(343)1274

送迎エリア

京都市下京区(七条通まで)
上京区(丸太町通まで)
中京区(御前通まで)
東山区(東大路通まで)
※その他の地域は要相談

対象者

- 介護認定を受けている方、または基本チェックリストで事業対象者と認定された方
- 送迎エリア内にお住まいの方(エリア外でもお受けできる場合がありますのでご相談ください)

Let'sクッキング!



所要時間 30分
(浸す時間は除く)

タンパク質...15.2g
脂質.....19.7g
炭水化物...41.9g

食パン
1枚分の栄養価
エネルギー
411kcal

材料(1人分)

食パン(6枚切り程度)....1枚
卵.....1個
牛乳.....100ml
砂糖.....大さじ1
バニラエッセンス.....少量
バター.....10g
粉糖.....適量

使用器具

包丁
バット
ボウル
泡だて器
フライパン

【お好みで】
ミント、ジャム、アイスクリームなど

パンは口の中でパサパサするので、卵液に浸すことによりしっとりとして、飲み込みにくい方でも食べやすくなります。弱火で焼くとふっくらし、中まで火が通ります。あまり強い火で焼くと焦げてしまうので注意しましょう。

洛和会音羽病院 栄養管理室
みやひら ちづる
管理栄養士 宮平 千鶴

1 食パンを好みのサイズにカットする。

2 卵液を作る。バットに卵を割り、砂糖を加えて泡だて器で混ぜる。牛乳とバニラエッセンスを加えて混ぜる。



point

浸す時間はお好みで調整。長時間浸けるとしっとりトロトロ、短時間だとフワフワな感じになります。

3 2の中に1の食パンを入れ2時間程度浸す。片面が浸ったらひっくり返して両面を浸す。



4 フライパンを火にかけ、バターを溶かす。3の食パンを入れ、弱火でじっくり焼く。焼き色がついたらひっくり返し、もう片面も焼き色がつくまでじっくり焼く。

5 焼きあがったら、お皿に乗せ、お好みで粉糖をかけて 完成! /

French toast



これひとつで三大栄養素がとれる

フレンチトースト

洛和会音羽病院の小児科病棟でもおやつとして提供している、栄養満点のフレンチトーストです。自宅でも簡単に作れます♪

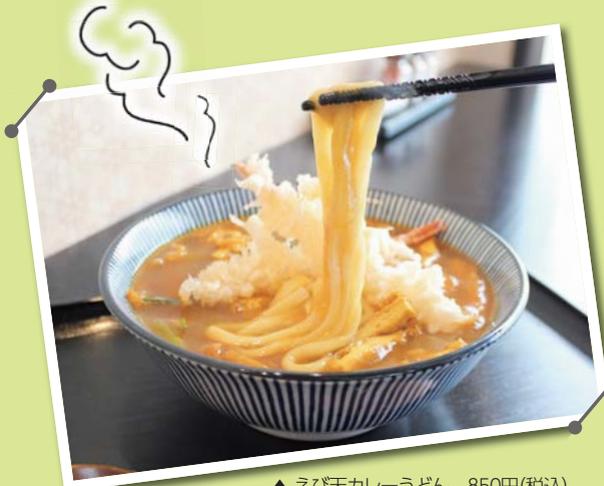


ココが今回の + point

● フレンチトーストは三大栄養素といわれる炭水化物(パン)、タンパク質(卵・牛乳)、脂質(バター)がとれるので、子どもや高齢の方のおやつに最適です。牛乳を使用しているため、骨の形成に必要なカルシウムも摂取できます。ただし、高カロリーなので、食べ過ぎには注意が必要です。

カラダに+プラス
管理栄養士の
しあわせレシピ!





▲えび天カレーうどん 850円(税込)



京のカレーうどん
味味香 丸太町七本松店

〒604-8401
京都府京都市中京区聚楽廻松下町 8-11
☎ 075 (811) 1588
営業時間：午前 11 時～午後 3 時
(ラストオーダー 午後 2 時 30 分)
午後 5 時～9 時
(ラストオーダー 午後 8 時 30 分)
定休日：火曜日



今年も、もう11月。これからどん
どん寒くなりますね。そんな季節
には温かいカレーうどんを。提案。
今回は、洛和会丸太町病院すぐ
向かいにある、カレーうどん専門店
の味味香さんに伺いました。創業
1969年から、京都で老若男女に
親しまれつつある人気店です。
その人気の秘訣は味にあります。
厳選した11種のスパイスと、昆
布とかつお節より引き出した旨
みだしからなるカレーあん。だし

の旨みとカレーの風味のバランス
が良く絶品です。スパイスは風味
を出すために使用しているので、
辛すぎず、辛い物が苦手な方や子
どもも安心です。独自配合のうど
んに、トロトロのあんがしっかりと
絡みます。さらに、えび天やか
しわ天などの豊富なトッピングで
お腹を満たしてくれます。現在、
丸太町七本松店のオリジナルメ
ニューも考案中とのこと。どのよ
うなメニューになるのか、今後の

「味味香 丸太町七本松店」
京のカレーうどん

これからの季節にベストマッチ



奥のスペースは町屋風になっており、
良い雰囲気です。

期待大です。
これからの季節、味味香さんの
カレーうどんを食べて、身も心も
温かくなりませんか。
アールプランニング 城倉

まちのお医者さん

日常の体調の変化など総合的に診てもらえる
「かかりつけ医」。このコーナーでは、あなたのまちの
かかりつけ医を紹介します。



開院90周年
専門医による糖尿病治療

中川 医院

内科 糖尿病内科

doctor なかがわ じゅんいち
中川 潤一 院長



当院を父親より引き継ぐまでの約3年間、
僻地医療を経験しました。そこでは村の行
事を通じて、地域の方からそれぞれの生活
習慣について聞かせていただいたことが、
結果的に患者さま一人一人への診療の質
を上げることにつながりました。この山科
でも患者さまの声に耳を傾け、丁寧な診察
を心掛けていきたいと考えています。

患者さま一人一人に
合わせた医療を

地域の方を診る町医者として
当院に来られる患者さまのうち、7割ぐ
らいが糖尿病を患っておられます。多くの
方は、ほかの診療所などで糖尿病が発見さ
れた後、紹介などによって専門的な治療を
受けに來られます。私は糖尿病の専門医と
して20年の経験がありますが、ほかにも高
血圧や脂質異常症といった生活習慣病の
方も数多く診療しております。



MAP information

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 17:00~19:00	○	×	○	×	○	×

休診日 火・木・土曜日の午後、日曜日、祝日、年末年始
〒607-8080
京都市山科区竹鼻竹ノ街道町35
☎ 075 (581) 0217
JR東海道本線・地下鉄東西線「山科駅」から徒歩約3分
京阪電車「山科駅」から徒歩約3分
駐車場あり

●山科の地に開業しておかげ
さまで90周年を迎えます。
●「よろず相談医」として、
病気に関する相談を受け付け
ております。
●土曜日の朝も診療しています。

当院の特徴



参加者も楽器を手に取ってエンジョイ!



介護タクシーや民間救急車で暮らしをサポート
(株)トランスポート

スロープ付きで車いすのままラクラクご乗車いただける「**介護タクシー**」、医療機器や医療材料を備え付けている「**民間救急車**」。ホームヘルパーの資格を持つドライバーによる移動介助も行っていますので、通院や軽院、行楽、旅行、観光、食事、買い物、慶弔時などのサポートもお任せください。※急なご利用についても、一度お問い合わせください。

お問い合わせ (株)トランスポート
☎0120(925)119

介護用品のレンタル・販売・住宅改修はお任せください!
(株)ウエルネット

私たちは、ご利用になる方お一人お一人のご希望をお聞きしたうえで、身体機能、住環境、介護環境にあった福祉用具をご提案します。

お問い合わせ (株)ウエルネット
☎075(582)6187



9月21日に全国交通安全運動スタートセレモニー「ほくもわたしも交通安全」がデイリーカーナートイズミヤ桂坂店駐車場で開催されました。洛和東桂坂保育園から年長・年中の子どもたちが参加しました。保育園では交通安全の紙芝居などによる事前学習を行い、子どもたちも「ほくもわたしも交通安全の一員だ」という意識をもって標語を作りました。当日は、「交通ルールを守って運転してください!」という標語を、元気いっぱい会場に響き渡らせました。アールプランニング 城倉

園児が社会の一員として、頑張りました!



着任日: 10月1日
救命救急センター・京都ER/シニア・レジデント3年次

いけだ ともあき
池田 寛

専門分野: 救急・集中治療
資格認定: 日本DMAT隊員

いろいろな訴えの方を的確に診療できたらと思っています。



洛和会音羽病院「緩和ケアチーム」主催
緩和ケア普及啓発イベントを開催

「世界ホスピス緩和ケアデー」を最終日とした一週間を「ホスピス緩和ケア週間」といいます。この週間に合わせて「緩和ケアってどんなケア?&ミニコンサート」が10月12日、洛和会音羽病院で行われ、患者さまを含む、緩和ケアに関心のある方、約30人が訪れました。イベントでは洛和会音羽病院 呼吸器外科 部長一

瀬増太郎による緩和ケアの説明や、同院がん相談センター職員による同センターの活用方法の解説の後、洛和会京都音楽療法研究センターの音楽療法士による音楽療法が実施されました。参加者は、馴染みのある音楽を聴いたり、楽器を弾いたりして、音楽を楽しむながら、緩和ケアについての理解を深めました。
(アールプランニング 宮田)

HOT NEWS



RAKUWA's Art

天才アート

障がいのある人がつくる純朴で独創的な芸術をいいます。一人ひとりの心のなかから生まれる作品は、見る人の気持ちをやさしく癒やしてくれます。《天才アートKYOTO》のアトリエでは、今日も天才アート作品が次々と制作されており、その一部の複製画を当院で展示しています。

作者

山元 真菜子さん

タイトル

花火町

展示場所

洛和会音羽病院 ICU/CCU 前の廊下

コメント

かわいくてポップな色使いが目を引く作品。華やかな町と同じく、色とりどりのきれいな花火が見てとれます。



当会とNPO法人障害者芸術推進研究機構《天才アートKYOTO》とのコラボレーションで当会に展示しております。天才アート作品をご紹介します。

らくわ
アート探訪!

EVENT

【要申込】

丸太町
エリア

ランチタイム講座

11/24
金

正午～午後0時30分
知って得する薬の話

日頃からお世話になっている会員の方、ご近所の方、初めての方、どなたでも参加できるランチタイム講座を開催しています。お友だちもお誘い合わせのうえ、ぜひお越しください！

場所 | 洛和メディカルスポーツ
京都丸太町

講師 | 洛和会丸太町病院 薬剤部
主席係長 起塚 美沙

お問い合わせ

洛和メディカルスポーツ京都丸太町
☎075(802)9029

【要申込】

丸太町
エリア

洛和会丸太町病院 糖尿病教室

11/21
火

午後2時30分～3時15分
シックデイの対処方法について

皆さんは、シックデイという言葉をご存じでしょうか？風邪などの体調不良により血糖値が不良になることを、シックデイといいます。寒くなり風邪がはやってきたこの季節、一緒にシックデイを学んでいきましょう！

場所 | 洛和会丸太町病院 5階
カンファレンスルーム

講師 | 洛和会丸太町病院
看護部 平松 みぎ

※申込締切 11月18日(土)

お問い合わせ

洛和会丸太町病院
栄養管理室 玉田
☎075(801)0351(代)

【申込不要】

丸太町
エリア

第30回「学び倶楽部」

11/8
水

午後1時30分～3時
スパイス入門～カレーについて～

場所 | 旧二条京町家(木村米穀店内)
(旧二条御前東入ル)

担当 | 洛和ヴィライリオス 係長
管理栄養士 来住 和美

お問い合わせ

木村 壽夫
(元中京暮らしの工房館館長)
☎075(841)0522

【申込不要】

山科・醍醐
エリア

第10回 洛和会音羽病院
リハビリテーション公開講座

11/25
土

午前11時～正午
呼吸器の
リハビリテーションって何？

場所 | 洛和会音羽病院
D棟 1階 会議室2

定員 | 20人程度

お問い合わせ

洛和会音羽病院
リハビリテーション部
☎075(593)4111(代)

【申込不要】

山科・醍醐
エリア

洛和会音羽病院 腎臓病教室

11/11
土

午後2時～3時
腎代替療法

場所 | 洛和会音羽病院
D棟 地下1階
会議室3・4

講師 | 洛和会音羽病院
腎臓内科 医師

お問い合わせ

洛和会音羽病院
腎臓内科外来
☎075(593)4111(代)

自分の心臓と向き合おう！健康管理を身に付けましょう！
心臓病は予防が大切です！

山科・醍醐
エリア

【申込不要】 洛和会音羽病院 心臓病教室

11/2
木

心臓と運動
担当 | 理学療法士

11/9
木

自分でできる体調管理
担当 | 看護師

11/16
木

心臓とお食事
担当 | 管理栄養士

11/30
木

心臓のおはなし
担当 | 医師
心臓とおくすり
担当 | 薬剤師

同時刻
同所

午後2時～3時

場所 | 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室

お問い合わせ

洛和会音羽病院 栄養管理室
☎075(593)6085

【申込不要】 がん患者・家族の会「ほっこり」開催

11/11
土

午後1時～2時30分

健康維持！続けてできる元気体操！
～がん治療中のリハビリテーション～

場所 | 洛和会音羽病院 D棟1階
会議室1・2

講師 | 理学療法士
(洛和会音羽病院 リハビリテーション部)

山科・醍醐
エリア

お問い合わせ

洛和会音羽病院
がん相談センター
☎075(593)4175(直通)



らくわ健康教室

お申し込み



らくわ健康教室への参加のお申し込みは、こちらへ！
らくわ健康教室事務局(アールプランニング)
<http://www.rakuwa.or.jp/kenkoevent/rkk.html>

お問い合わせ/
TEL 075(594)8488
お申し込み/
FAX 075(501)4583

過去の講演



11/2
木

午後2時～3時

かしこい医療との
付き合い方

場所 | アスニー山科
講師 | 洛和会音羽記念病院 医療介護サービスセンター
主席係長 吉原 哲史

11/9
木

午後2時～3時

介護版
認知症とは？
～グループホームの役割～

場所 | 洛和会東寺南病院
講師 | 洛和グループホーム西院 主席係長
介護支援専門員 山口 由香

11/16
木

午後3時～4時

全身麻酔で手術？
私、ちゃんと目が覚めますか？
～全身麻酔の疑問に答えます～

場所 | 京都アスニー
講師 | 洛和会丸太町病院 麻酔科 副部長
医師 槇尾 真理

11/22
水

午後2時～3時

ヘルペスって
どんな病気？

場所 | アスニー山科
講師 | 洛和会音羽病院 皮膚科 医長
医師 清水平 ちひろ

11/25
土

午後2時～3時

介護版
貯筋のすすめ
～いつまでも健康な体でいるために～

場所 | 洛和ホームライフ香里園
講師 | 洛和ホームライフ香里園
理学療法士 藤士 颯



診察の待ち時間に

記憶力向上に



脳トレ

介護現場で
実際に使用している
脳トレクイズ。
あなたは何問
正解できるかな？



今月は英語クイズ！次の英語を日本語にして に書いてみましょう。

マウス
① mouse

ドラゴン
② dragon

シープ
③ sheep

ドッグ
④ dog

タイガー
⑤ tiger

ラビット
⑥ rabbit

ホース
⑦ horse

モンキー
⑧ monkey

カウ
⑨ cow

ルースター
⑩ rooster



ヒント：ぜんぶ、干支に関する動物の名前だよ！わかるかな？

発展、ともに前へ…
洛和会ヘルスケアシステム®

<http://www.rakuwa.or.jp/>

らくわかい

検索

ホーム
ページも
見てね！

TEL 075(594)8488

FAX 075(501)4583

✉ kouhou@rakuwa.or.jp

ご意見・ご感想をお寄せください

※各応募に関する個人情報は、こちらからの
連絡などに利用し、適切に管理いたします。

発行/洛和会ヘルスケアシステム

編集/アールプランニング

編集責任者/杉本浩規

〒607-8113 京都市山科区小山北溝町33-1

発行日/2017年11月1日11月号(通号205号)

印刷/為国印刷株式会社



洛和会ヘルスケアシステムは
"子どもたちの健やかな成長に
取り組んでまいります。"



洛和会ヘルスケアシステムでは
職員にこれからの健やかな成長と
関わる職場環境を提供してまいります。

① ねずみ ② うさぎ ③ たね ④ へび ⑤ うま ⑥ せうご ⑦ せうご ⑧ せうご ⑨ せうご ⑩ せうご