

地域の救急医療を支える

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



特集 増加する地域の救急車出動に対応

洛和会音羽病院の  
救急受け入れ体制

2018

2  
月号



これだけは知っておこう!人工透析 p06

洛和会東寺南病院と地域の介護サービスとの連携  
南区介護支援専門員勉強会 p08

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

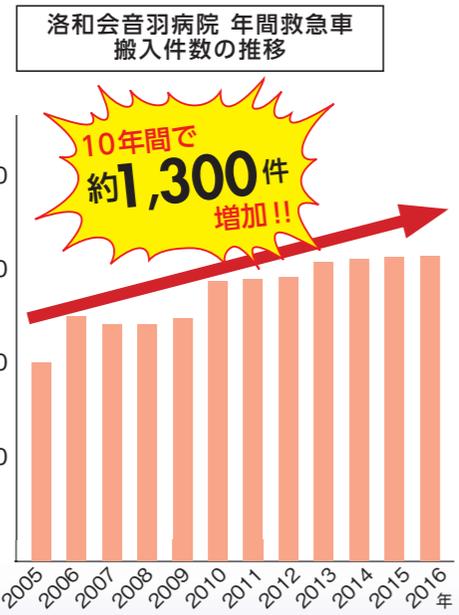


# Emergency Room

## 救命救急室

**+** 救急車で搬入される方が増え続けています

京都府の統計によると、京都府下の救急車出動件数は年々増加傾向にあります。洛和会音羽病院の救急車搬入件数も同じく増加していることが分かります（左図）。**超高齢社会となり、高齢者の搬送数が増えている**ことが一つの要因と考えられます。



また、当院は名神高速道路 京都東インターや湖西道路のそばという立地から、京都南インター、大山崎インター、さらに京滋バイパスに及ぶ京都全域、また湖西地域からの救急車も受け入れています。

洛和会音羽病院  
救命救急センター・京都ER  
所長 安田 冬彦  
やすだ ふゆひこ

## 増加する地域の救急車出動に対応

# 洛和会音羽病院の救急受け入れ体制

洛和会音羽病院は2012(平成24)年、近畿の民間病院としては初めて行政から救命救急センター(三次救急医療機関)の指定を受け、高度な治療が必要な患者さまを受け入れています。

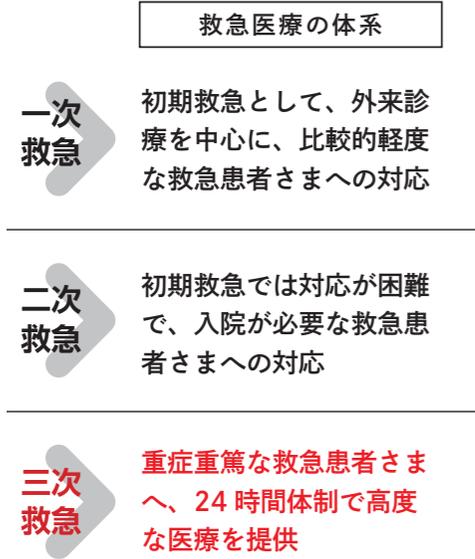
近年、増え続ける救急患者さまに対応すべく、山科区のみならず、伏見区や大津市からも救急患者さまを受け入れ、地域の医療に尽力しています。



**+** 安心できる救急対応のために

洛和会音羽病院 救命救急センター・京都ERでは、救急専属医が全ての救急患者さまの初期診療を行います。高度な診療を必要とする場合、専門医に診療を引き継ぐ必要があるため、各科専門医との連携を常に念頭においています。当院では総合内科・ICU/CCUはもちろん、全科の24時間オンコール体制があり、バックアップは万全です。夜間の救急患者さまは全て、担当医の判断で救命救急病棟に入院可能となっており、翌日に各科と連携します。

当院は三次救急(左図)に対応する**三次救急医療機関の指定も受けており**、心臓や脳に病気のある重症重篤な患者さまにも対応しています。



ご存じですか？ **救急**で当院に来られたら

# 1 救命救急センター・京都ERで救急対応

急病やけがなどで**救急車**もしくは**受付時間外**に**ご自身**で当院に来られる場合、最初に診察を受けることが**救命救急センター・京都ER**です。救急車では、同乗している救急救命士が病態を病院に連絡することで、病院到着後すぐに適切な医療を提供できる体制になっています。また、救急車以外で来院された患者さまには、**診療の優先順位を決定する看護師「トリアージナース」**が対応し、緊急度に応じた、より適切な医療を提供するように努めています。



# 2 救急専属医が診療します



当センターは、全国でも数少ない**ER型救急診療**を実践しています。ER型というのは、**最初に救急専属医**が全科の救急疾患に関わり、必要に応じて専門医に引き継ぐ体制のことです。

# 3 各診療科での診療へ

狭心症、急性心筋梗塞、急性心不全などの突然の心臓発作には、専門医の迅速な診断、治療が不可欠です。当院では「洛和会京都血管内治療センター・心臓内科」および「心臓血管外科」がより質の高い医療を提供できる協力体制を整えています。

## お問い合わせ

当センターが目指す救急医療は「**患者さまの立場に立った救急**」です。“拒否しない救急”から、さらに発展して“**救急診療の質の向上**”を目指し、救急専属医が中心となって診療しています。**どんな病態でも対応できる柔軟な救急診療**を、スタッフ一同心掛けています。

**洛和会音羽病院**  
救命救急センター・京都ER  
☎ 075(593) 4111(代)  
〒607-8062 京都市山科区音羽珍事町2  
<http://www.rakuwa.or.jp/otowa/shinryoka/er.html>



例えは **脳の急病への対応**

脳卒中は、速く正確な診断をくだし、適切な治療を行うほど、良い治療結果が期待できます。診断に必要なCTやMRIが24時間365日稼働する当院では、超急性期の脳卒中に即座に対応することで、早期発見・早期治療を行っています。



例えは **小さな子どもにも対応**

当院では、ニーズの高い、休日や夜間の小児救急対応を行い、地元はもちろんのこと、京都府外からも数多くの小児患者さまを受け入れています。

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精華の郷  
京都府相楽郡精華町祝園西1-10-15  
TEL 0774(98)3030
- 洛和グループホーム八幡橋本  
京都府八幡市橋本東原65-4  
TEL 075(971)6282
- 洛和グループホーム大津  
滋賀県大津市大門通11-11 三井寺前  
TEL 077(511)4025
- 洛和グループホーム大津若葉台  
滋賀県大津市若葉台30-25  
TEL 077(534)7840
- 洛和グループホーム石山寺  
滋賀県大津市平津1-17-32  
TEL 077(534)2380
- 洛和グループホーム坂本  
滋賀県大津市下阪本6-13-11  
TEL 077(578)5535
- 洛和グループホーム守山大門  
滋賀県守山市大門町114  
TEL 077(583)7872
- 洛和グループホーム瀬田  
滋賀県大津市大江3-6-5  
TEL 077(544)3190

音羽の森 夢殿

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HOURSに

絵馬 1枚 100円

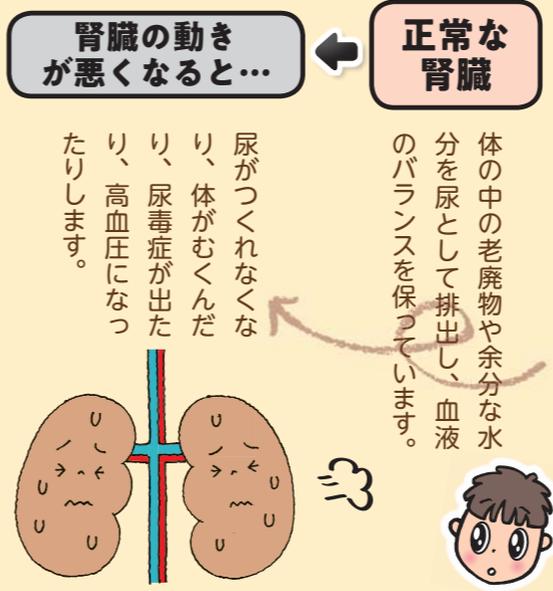
これだけは知っておこう！

# 人工透析

人工透析って？

糖尿病性腎症、慢性糸球体腎炎、腎硬化症…。さまざまな病気で腎臓がうまく機能しない人の腎臓の動きを、機械などで代行する治療が人工透析です。

腎臓の働きって？



人工透析は大きく分けて2種類

## 血液透析

血液を体外に出し、**ダイアライザー**という機械（人工腎臓）を通して、尿毒素を除去し、体内に戻します。



◎病院やクリニックで行います。  
◎約4時間/1回～3回程度/週

## 腹膜透析

おなかの中に腹膜透析液を注入し、血液の中の老廃物・水分などを透析液に移動させた後に透析液を体外に取り出します。在宅での自己管理が必要となりますが、**血液透析と違い1カ月に数度の通院**です。



透析中に足の運動☆



テレビを観ながら、過ごすこともできます♪

医療費負担は…？

人工透析導入患者に適用される医療費補助制度は主に2つあります。自立支援医療（更生医療）と特定疾病療養受療証です。自費負担で月額30万円以上かかる透析費用を、**所得に応じ1カ月2万円以下に抑えることが可能です**。詳しくは、お住まいの地方公共団体へお問い合わせください。

洛和会音羽記念病院の取り組み

洛和会音羽記念病院では腎臓内科をはじめ、京都下肢創傷センター、腎臓透析外科、内分泌糖尿病内科、内科などを併設し、さまざまな角度から透析治療に関わる腎疾患へのアプローチに対応しています。また透析中に理学療法士によるリハビリも実施し、**1回4～5時間かかる透析中の時間を**

有効に活用していただいています。各種の協力の下、臨床工学技士は月に2回透析新聞を作成し、患者さまへ透析に役立つ豆知識をお届けしています。このように、患者さまの透析治療の負担を少しでも軽減するため、全スタッフ力を合わせて取り組んでいます。

健診であつこに異常が出たら、放置せずに病院へ！



洛和会音羽記念病院  
かきたに けいすけ  
CE部 課長 垣谷 圭祐

透析治療についてお問い合わせは、こちらへ



腎疾患に対する充実した総合治療体制  
**洛和会音羽記念病院**  
〒607-8116 京都市山科区小山镇守町 29-1  
☎ 075(594) 8010 (代)  
※山科駅からの巡回バス（洛和会音羽病院で乗り換え）や入院患者さま対象の送迎サービスも実施しています。  
（外来患者さまもご相談ください）  
詳しくはお問い合わせください。

**洛和会音羽病院**  
〒607-8062 京都市山科区音羽珍事町 2  
☎ 075(593) 4111 (代)  
**洛和会東寺南病院**  
〒601-8441 京都市南区西九条南田町 1  
☎ 075(672) 7500 (代)  
**二条駅前クリニック**  
〒604-8418 京都市中京区西ノ京東梅尾町 3  
☎ 075(803) 1236

〈らくわ健康教室のご案内〉  
2月23日（金）午後2時～3時  
「人工透析とは何をするの？  
～人工透析の仕組みについて～」  
場所：アスニー山科  
講師：臨床工学技士 吉田 久美子  
（洛和会音羽記念病院 CE部 係長）



# 洛和会東寺南病院と地域の介護サービスとの連携

## 介護支援専門員勉強会



**12** 月12日に洛和会東寺南病院で南区の介護支援専門員（ケアマネジャー）を対象に「南区介護支援専門員勉強会」が催されました。1部はレスパイト入院の事例と受け入れ体制の紹介、2部では院内ツアーが行われ、38人が参加されました。地域包括ケアを担う病院として、地域の介護サービスとの連携を強化し、利用者さまが安心して



介護支援が受けられるよう、力をいれています。

### レスパイト入院って？

【レスパイト = 休息】

治療目的ではなく、介護しているご家族に一時的に休んでいただくための入院です。

- ・介護者が病気やけがをした
- ・冠婚葬祭や旅行
- ・精神的・身体的に休養が必要

そんなときに入院いただけます。



洛和会ヘルスケアシステムでは下記の4病院でレスパイト入院をお受けしています。

洛和会東寺南病院

洛和会音羽病院

洛和会音羽記念病院

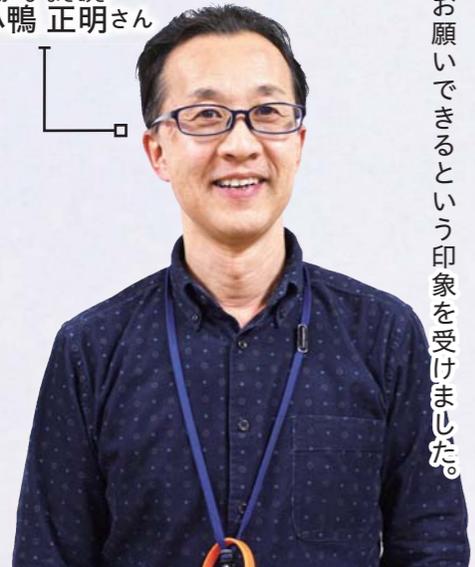
洛和会音羽リハビリテーション病院

※入院期間は病院によって異なります。  
 ※入退院時の無料送迎に対応できる病院もありますので、ご相談ください。

今回インタビューを受けていただいた方は…

社会福祉法人  
 カトリック京都  
 司教区カリタス会  
 東九条のぞみの園  
 東九条のぞみ支援センター  
 (主任介護支援専門員・介護福祉士)

こがもまさあき  
 小鴨 正明さん



参加された

### ケアマネジャーさんにインタビュー

Q

洛和会東寺南病院での勉強会は初めてでしたが、いかがでしたか？

A

院内を見学させてもらえる機会はあまり無いので、オープンに案内していただけたのは本当にありがたいと思います。またレスパイトについても受け入れがうまくいった事例、うまくいかなかった事例の両方を紹介していただいたことで、利用者さまが円滑にレスパイト入院生活を送る上で、必要な知識を得ることができました。非常に価値のある勉強会でした。

Q

レスパイト入院について今後どのように活用されますか？

A

仕事と介護を両立されている方は、日々蓄積された疲労で急な病気やけがをしたりして、介護が困難になるという状況があります。そのような状況では、利用者さまの急な容体変化にも対応できるレスパイト入院の活用が利用者さまとご家族を支援できる有効な手段の一つになると考えます。

Q

洛和会東寺南病院でのレスパイト入院に期待することはありますか？

A

レスパイト入院をした利用者さまが戻られた際に、機能低下し入院前よりも悪くなっている状態を懸念していましたが、今回、院内を見学させていただき、レスパイト入院の受け入れ体制やリハビリの設備も整っていることを拝見し、機能を低下させずに安心してお願いできるという印象を受けました。

# 介護

あんなとき  
こんなとき

「介護のことについて」に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？」  
「そんなよくあるギモンにお答えします。」

今回は…

## 洛和グループホーム久世

グループホーム Part2

編



グループホーム  
認知症対応型  
共同生活介護  
とは…

一人暮らしの方やご家族との共同生活が難しくなった  
認知症の方が、それぞれの個室を持ち、少人数で認知症  
ケア専門の介護スタッフと共同生活をしている施設です。

## グループホームでの生活ってどんな感じ？

ご自宅にいる時に近い暮らしができるように、専門の職員がサポートをしています。認知症の方は重症度にもよりますが炊事、洗濯など身の回りのことをご自身



洛和グループホーム久世  
係長 高島 真理子  
たかばたけ まりこ

身でできる方もおられます。

残っている生活機能を引き

出し、日々使うことによっ

て、今までできなかったこ

とができるようになること

もあります。入浴や食事な

どが困難な方には職員が介

助もしています。

顔なじみの職員が24時間

365日常駐し、身の回り

のお世話をしたり、一緒に

食事作りや洗濯などを行う

ので、ストレスや不安も軽

減されます。



専門のスタッフが  
親身にサポート

顔なじみの  
いつものスタッフ



手先の機能訓練も兼ねてホーム内の装飾品を制作

## レクリエーションで いきいきとー！

季節ごとの行事や地域との交流も多く、刺激の多い生活を送っていただけます。ご希望に合わせて職員付き添いのもと個別での外出や、複数人での外出行事も行います。

## 次号 につづく…

次回はホームでの事故防止の取り組みや認知症の方との接し方をご紹介します。

★スタッフのコメント

当ホームは緑が多く利便性も良い場所にあります。近隣の保育園との交流も盛んに行っているのので、笑顔溢れる毎日です。ご興味のある方はご連絡の上見学にお越しく下さい！



洛和グループホーム久世のスタッフたち

## 入居条件

- ・ 認知症と診断された方
- ・ 施設の所在する市内・町内に住所を有する方
- ・ 介護保険認定で要支援2  
または要介護1以上に認定を受けた方
- ・ 常時医療行為を必要とされない方  
(胃ろう、人工肛門、経管栄養、バルーンカテーテル、在宅酸素、インスリン注射など)



## 洛和グループホーム久世

〒601-8212  
京都市南区久世上久世町34-2  
<http://www.rakuwa.or.jp/kaigo/gh/gh-kuze/>  
☎ 075(925)0210



1カ月の利用料金：168,293円～172,494円  
(別途、医療費・おむつ代・理美容代などの実費が発生します)

入居に関するご相談は下記にお問い合わせください  
洛和会入居相談センター ☎ 0120(045)507

Let'sクッキング!



からし和えにすることで塩分を抑えられるので、高血圧の方にも安心。電子レンジやオーブントースターを利用することで、片付ける手間も省けて手軽に作れます♪ はたけ菜が手に入らない場合は小松菜などでも作れます。

洛和会音羽リハビリテーション病院  
栄養管理室 管理栄養士  
やまね ひろこ  
課長 山根 宏子

所要時間 **15分**

タンパク質……5.7g  
脂質……7.3g  
炭水化物……4.5g  
塩分……0.8g

1人分の栄養価  
エネルギー  
**109kcal**

材料(4人分)

はたけ菜 ……1束 (200g)  
油揚げ ……1枚 (80g)  
練りからし ……小さじ1  
醤油 ……大さじ2 ★  
みりん ……大さじ1

使用器具

キッチンバサミ  
電子レンジ  
オーブントースター  
レンジ用温野菜器

**1** はたけ菜を洗い、茎の硬い部分を取り除きます。半分に切って電子レンジ用温野菜器に茎と菜っ葉を交互に入れ、電子レンジ(700W)で約2~3分過熱します。



**point** 温野菜器が無い場合はラップに包んで加熱してください。

**2** 加熱後、水につけて粗熱をとり、水気を絞って、キッチンバサミで3cmの長さにカットします。



**3** 油揚げを、オーブントースターで5分程度加熱し、キッチンペーパーで無駄な油を取り除き、はたけ菜と同じ長さにカットする。



**4** ★を混ぜ合わせ、はたけ菜と油揚げを和えてできあがり!



**point** 油揚げに味が染み込んでから盛り付けてください。

完成!

栄養価の高い  
京都のおばんざい!

# はたけ菜と油揚げの からし和え



カラダに**+**プラス  
管理栄養士の  
しあわせレシピ!



京都には、冬の京野菜であるはたけ菜と油揚げをからし和えにして、初午に食べる風習があります。初午とは、2月最初の午の日のことで、全国各地の稲荷神社で、祭礼が開かれます。稲荷神社で神の使いとして祭られているキツネは油揚げが好物です。

ココが今回の**+** point

●旬の野菜選びがポイント!  
冬の霜にあたって甘くなるはたけ菜は、1月から2月にかけてが旬の野菜です。はたけ菜は、ほうれん草と比べてたんぱく質は1.3倍、カルシウムは1.9倍、ビタミンCが1.4倍含まれており、栄養が豊富です。旬の野菜は、栄養価も高く、おいしいのが特徴です。



▲ランチセット 900円(税込)  
(真ガレイのから揚げ、チキンカツ、サラダ、味噌汁、ライス)



**洋食屋 プラムクリーク**  
〒602-8156  
京都市上京区千本通二条下ル聚楽町858-3  
☎ 075(822)0788

営業時間: ランチタイム 11:30~14:00  
オーダーストップ 13:30  
ディナータイム 17:00~21:00  
オーダーストップ 20:30

定休日: 水曜日 第2木曜日  
駐車場: なし



開拓時代の北米を舞台に、少女とその家族の毎日を描いた「大草原の小さな家」のシリーズをご存じでしょうか。今月号はその物語に因んで名付けられた洋食店「プラムクリーク」をご紹介します。カントリー風のたたまいとウッド調のインテリアが物語のワンシーンを思わせる、あたたかくアットホームなお店です。

ハンバーグなどの定番メニューのほかに店主考案の季節の素材を生かしたメニューもあります。料理に使用される野菜は自身が関わって南丹市日吉町で有機栽培されており、その野菜の良さが生きるよう「加工し過ぎない」というこだわりを持って調理されています。揚げ物は通常より衣を薄めにし、カロリーを気にしないで食べられるように工夫するなどメニュー一品一品にあたたかさや優しさを感じます。

(アールプランニング 城倉)

旬の素材が集まる洋食屋

「プラムクリーク」

を生かしたメニューもあります。料理に使用される野菜は自身が関わって南丹市日吉町で有機栽培されており、その野菜の良さが生きるよう「加工し過ぎない」というこだわりを持って調理されています。揚げ物は通常より衣を薄めにし、カロリーを気にしないで食べられるように工夫するなどメニュー一品一品にあたたかさや優しさを感じます。



まちのお医者さん

京都  
下京区

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。



消化器・肛門などでお困りの方へ

**大垣クリニック**

消化器外科 大腸・肛門外科 外科

doctor おおがき まさはる 大垣 雅晴 院長



**消化器の大きな病気を防ぐために**

胃や腸などの手術を行う、消化器外科医として、検査による早期発見・早期治療の大切さを肌で感じていました。その経験から、定期的な内視鏡検査(胃カメラ)を受けることが大切だと考えています。ただ、内視鏡検査へのイメージがあまり良くない方も多いので、内視鏡を鼻から入れる苦痛の少ない検査を紹介するなど、拒絶感や恐怖感を取り除いてもらっています。

**外科医としての力を発揮**

外科医の経験を生かして、病院で勤務していたときと同様、肛門の手術を行っています。痔に悩む患者さまは多く、1日50件行うこともあります。手術といっても痔はがんの手術とは違って「切り過ぎない」ことが大切で、おしりの機能が落ちないように慎重に行います。



MAP

information

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	×	○	○
午後 16:00~18:00	○	○	○	×	○	×

休診日 木曜・土曜日午後、日曜日、祝日  
〒600-8412  
京都市下京区烏丸通仏光寺上る二帖半敷町655  
産経京都烏丸ビル5階  
☎ 075(371)1655  
地下鉄烏丸線「四条駅」阪急京都線「烏丸駅」3番・5番出口を出て徒歩すぐ  
<https://ohgaki-clinic.com/>

**当院の特徴**

- 外科、内科、消化器内科、肛門疾患など幅広く診療しています。
- 地下鉄・阪急の駅を降りてすぐのビル内です。
- 抗がん剤治療も行ってありますのでご相談ください。
- 予防接種・健康診断にも力を入れています。



(洛和会音羽病院 救命救急センター・京都 ER 副部長 宮前伸啓)

洛和会音羽病院で1月13日、実際に起こった救急症例を振り返る「トラウマネットワーク」が初開催されました。京都市内の救急病院の医師や看護師などが参加されるなか、当院での事例を発表しました。救急では患者さまの体と心の状態を短い時間で判断することが求められます。診察や検査の順番に不備はなかったか、救急隊員や院内スタッフ、転院先の病院との連絡や情報共有は適切であったか、などに対して、参加者からさまざまな意見が飛び交っていました。

NEWS

2018.February

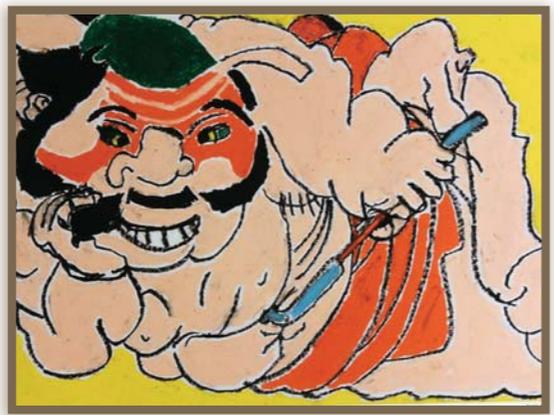
さらなる救急医療の質向上のために 第13回トラウマ(外傷) ネットワークを開催

2月 information

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。一人一人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 三津田 一輝さん  
 タイトル 力士の絵  
 展示場所 洛和会音羽病院 ICU/CCU 前の廊下  
 コメント 画面いっぱい描かれた力士。今にも絵から飛び出してきそうな躍動感にあふれています。ニヒルな口許にもひかれます。

らくわ アート探訪!

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院に展示しております。天才アート作品をご紹介します。



▲一貼り一貼りに気持ちを込め...

作品と一緒に記念撮影「かわいくできましたー!」



作者 左から 菓子田さま、鈴木さま、榎本さま



上手に描いてくれてありがとう!

作品の写真または実物(A4サイズ、4kgまでの作品に限る)を送ってください。

「おとまるくん」「みさきちゃん」「はびりす」を題材にアート作品を作って応募してみませんか? おとまるくんに掲載させていただきます。

【応募先】アールプランニング アート作品募集係り宛 〒607-8113 京都市山科区小山北溝町 33-1

【作品例】イラスト、人形、切り絵、刺繍、塗り絵など (おとまるくん・みさきちゃん・はびりすをテーマとした) 作品でしたら、何でも結構です

①作者名 ②作品名 ③作品に対するコメント(100字以内) ④応募者の氏名 郵便番号 住所 電話番号

\*基本的に応募作品は返却いたしませんので、ご了承ください。詳しい応募要項などは当会ホームページをご参照ください。 <http://www.rakuwa.or.jp/character.html>

作品募集



# 毎月5人に当たる アンケートに答えて 当会関連グッズをプレゼント!

ハガキに貼ってご使用いただけます

## 広報誌「月刊おとまるくん」アンケート

誌面内容をさらに良くするため、率直なご意見をお聞かせください。以下の質問に答えて応募してね!

みなさんの声をお待ちしております!



今回のプレゼント

### 当会オリジナル救急セット



【応募方法】

はがき、FAX、ホームページ(フォーム) 締切：2月28日(水) ※当日消印有効

当会関連グッズプレゼント係 (アールプランニング) 宛て 〒607-8113 京都市山科区小山北溝町 33-1 FAX 075(501)4583 https://www.rakuwa.or.jp/otomaru.html



※個人情報につきましては、プレゼントの発送と当会情報のご提供のみに使用し、適切に管理いたします。 ※当選の連絡はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。 ※プレゼント内容は変更する可能性があります。



## らくわ健康教室

2.1 木曜日 物忘れと認知症

午後2時～3時 所 アスニー山科 講 神経内科 医師

2.8 木曜日 原因不明の長引く、膝や肩の痛みに対する血管内治療とは?

午後3時～4時 所 京都アスニー 講 心臓内科 医師

2.14 水曜日 【介護版】認知症ケア～知ることから始めてみませんか?～

午後2時～3時 所 洛和会東寺南病院 講 介護支援専門員

2.23 金曜日 人工透析とは何をするの?～人工透析の仕組みについて～

午後2時～3時 所 アスニー山科 講 臨床工学技士

らくわ健康教室への参加のお申し込みは、こちらへ!

お申し込み FAX 075(501)4583

①お名前 ②電話番号 ③参加希望日を明記のうえ、お送りください。

らくわ健康教室事務局 (アールプランニング) TEL 075(594)8488

HP http://www.rakuwa.or.jp/kenkoevent/rkk.html

2.1 木曜日 洛和会音羽病院 心臓病教室 自分でできる体調管理

午後2時～3時 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室 講 看護師 問 洛和会音羽病院 栄養管理室 TEL 075(593)6085

2.7 水曜日 学び倶楽部 冬を乗り切る脳トレ体操

午後1時30分～3時 所 旧二条京町家(木村米穀店内)(旧二条御前東入ル) 講 京都市中京区地域介護予防推進センター健康運動指導士 問 木村 壽夫(元中京暮らしの工房館館長) TEL 075(841)0522

2.8 木曜日 洛和会音羽病院 心臓病教室 心臓のおはなし 心臓とくすり

午後2時～3時 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室 講 医師・薬剤師 問 洛和会音羽病院 栄養管理室 TEL 075(593)6085

2.9 金曜日 洛和会音羽病院 糖尿病教室 ①糖尿病患者食事会 ②ほうっておけない高血圧 ③足病変とフットケア

①午前11時30分～午後0時30分 ②③午後1時30分～2時30分 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室 講 ②薬剤師 ③看護師 料 ①一部負担金あり:食事代650円 問 洛和会音羽病院 栄養管理室 TEL 075(593)6085

L=時間 所=場所 講=講師 料=料金 問=お問い合わせ TEL=電話 FAX=ファックス HP=ホームページ 参加のお申し込み・お問い合わせは各講座ごとに変わります。特別に記載の無いイベントはすべて(料金無料・申し込み不要)で参加できます。

2.10 土曜日 洛和会音羽病院 腎臓病教室 ①健康相談～日ごろ気になっていることを相談してください～ ②アロマセラピーを体験しよう

午後2時～3時 ②午後1時～2時30分 所 洛和会音羽病院 ①D棟地下1階 会議室3・4 ②D棟1階 会議室1・2 講 ①腎臓内科医師・看護師・薬剤師・管理栄養士 ②日本メディカルアロマセラピー学会認定看護師 問 ①洛和会音羽病院 腎臓内科外来 ②洛和会音羽病院 がん相談センター TEL ①075(593)4111(代) ②075(593)4175(直通)

2.15 木曜日 洛和会音羽病院 心臓病教室 心臓と運動

午後2時～3時 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室 講 理学療法士 問 洛和会音羽病院 栄養管理室 TEL 075(593)6085

2.22 木曜日 洛和会音羽病院 心臓病教室 心臓とお食事

午後2時～3時 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室 講 管理栄養士 問 洛和会音羽病院 栄養管理室 TEL 075(593)6085

2.27 火曜日 洛和会音羽病院 糖尿病教室 ①お口のケア～糖尿病と歯周病～ ②糖尿病と骨

①②午後1時30分～2時30分 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室 講 ①歯科医師 ②医師 問 洛和会音羽病院 栄養管理室 TEL 075(593)6085

# 脳トレ

診察の待ち時間に  
記憶力向上に

レッツ!!

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？



今月は漢字穴埋めクイズ! □ にあてはまる漢字を書きましょう。

① おん □ ち しん  
温 □ 知 新



ヒント：以前に習ったことを復習したり、古い昔のことを研究したりすることで、新しい知識を得ること。

② □ こつ さい しん  
骨 □ 碎 身



ヒント：力の及ぶ限り努力すること。

③ いち もう だ □  
一 網 打 □



ヒント：多くの悪人や犯人たちを、ひとまとめにして一人残らず捕らえ尽くすこと。

④ ごう □ けん らん  
豪 □ 絢 爛



ヒント：色彩や姿形が華やかで、光り輝くように美しいこと。

⑤ こ きょう へ □ を かざ 飾 る  
故 郷 へ □ を 飾 る



ヒント：ひと旗上げようと故郷を離れた者が、努力の末に立身出世を遂げて帰ること。

①(4)問 ②(4)問 ③(4)問 ④(4)問 ⑤(4)問  
合計20問  
2018年2月1日発行

