

補聴器相談外来

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

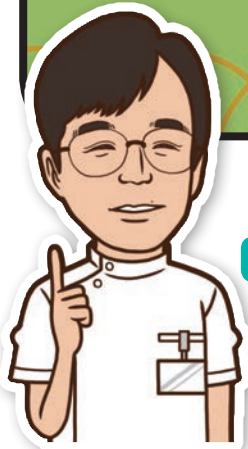
WEB版「おとまるくん」
もよろしくね！

おとまるくん 検索



補聴器も
定期的な調整や
リハビリが
大切なのよね！

「買って終わり」
じゃないんだね！



特集

聞こえるようになって
再び楽しい会話を
補聴器相談外来

2018

8
月号

洛和会音羽記念病院
腎臓病治療に「新たな風」

p06

らくわ健康教室ラジオ版 放送開始！
らくわ健康教室×KBS京都Radio

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

聞こえるようになって再び楽しい会話を

補聴器相談外来

聞こえが悪くなった人は、そうでない人に比べて、音の少ない静かな中で暮らしています。そのような人にとって補聴器を使うことは脳のリハビリです。少しずつ音のある生活に慣れていきましょう！

洛和会音羽病院
耳鼻咽喉科・頭頸部外科 部長
あらき みちとし
荒木 倫利



加齢で難聴になった人に補聴器でひらける明日を……



補聴器を使った人の何人かは「うるさい」「雑音が多い」「補聴器が合わない」といった理由から途中で着けるのをやめてしまいます。洛和会音羽病院 耳鼻咽喉科・頭頸部外科の補聴器相談外来

うからです。補聴器を着けることによって、音が聞こえるようになりますが、医師・言語聴覚士・補聴器技能者とともに検査や調整を行い、補聴器に慣れる必要があります。その慣れには

では、加齢によって難聴となった高齢の方など(※)を中心に、補聴器に関する診療を行っています。 ※成長途中にある子どもは対象としていません。

数カ月が掛かりますので、少し努力が必要です。根気強く補聴器を使い続けていきましょう。

実は聞こえが悪くなった方にとって、音の「ある」にぎやかな生活に戻ることは大変です。「聞く」「話す」という行為



をしていないとコミュニケーションに必要な脳の機能がだんだんと弱ってしま

▶ 相木医師による補聴器相談外来の様子

相木医師が講演する
補聴器に関する健康講座
(らくわ健康教室)を
8月30日に開催します
詳しくは18ページをご覧ください。

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、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
看護小規模多機能サービスと小規模多機能サービス

看護小規模多機能サービス



洛和看護小規模多機能サービス王生
京都市中京区壬生東大竹町44-1
TEL075(803)1550

小規模多機能サービス



洛和小規模多機能サービス山科小山
京都市山科区小山鎮守町9-1
TEL 075(595)3295



洛和小規模多機能サービス山科西野
京都市山科区西野広見町27-1
TEL 075(594)8500



洛和小規模多機能サービス花園
京都市右京区花園猪ノ毛町8-3
TEL 075(461)0950



洛和小規模多機能サービス西院
京都市右京区西院日照町103
TEL 075(325)5885



洛和小規模多機能サービス桂川
京都市南区久世中久世町1-63
TEL 075(925)1507



洛和小規模多機能サービス伏見竹田
京都市伏見区竹田三ツ杭町59-3
TEL 075(645)5752

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棟A/B棟総合受付HIS JUNCTIONへ。



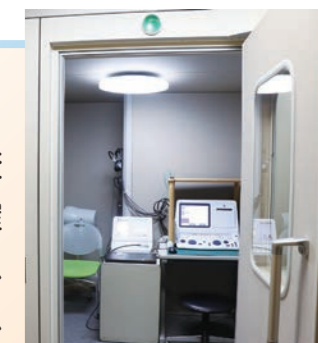
絵馬 1枚 100円

補聴器相談外来
受診の流れ

1. まずは耳鼻咽喉科・頭頸部外科の一般外来を受診



2. 聴力検査
聴力をチェックする検査を行い、本人の希望を確認して医師の診断のもと、補聴器の適応を判断し、補聴器相談外来を予約。



▲ 聴力検査室

3. 補聴器相談外来受診
補聴器を選定し、患者さんに合わせて調整を行います。
補聴器は10~20万円弱(片耳)で購入していただけますが、高額のため、まずは無料貸し出しをいたします。

4. ご試用と再受診(1~2週間ごと)
補聴器相談外来を受診いただき使用に関して問題がないかを確認させていただき、再度調整等を行います。

5. 作製、調整、お渡し
補聴器の使用に際して問題がなく、ご希望される場合は補聴器を作製、調整し、ご購入いただきます。
※難聴の程度によっては補聴器購入に補助ができることもありますので、ご相談ください。

6. 補聴器相談外来でアフターケア
1カ月、6カ月、1年半、2年をめぐりに定期的に調整や診察を行いますので、補聴器相談外来を受診いただきます。
※その間も補聴器技能者のご自宅を訪問するなどの対応が可能です。



補聴器技能者にお任せください



補聴器を使うと、周りの音は大きく聞こえるものの、言葉が聞きとれないという場合があります。

補聴器技能者は難聴者一人一人の聞こえと環境に合わせて、聞こえの能力を最大限発揮されるように補聴器を調整します。

最近の補聴器は価格に幅があったり、形状も何種類もあります。機能もいろいろで、雑音を抑えたり、ボリューム操作が少なく済んだり、ハウリングを抑えたり、後方より前方の音がよく聞こえるようにするものもあります。

補聴器相談外来では自分に合った補聴器を選んでいただけるように医師とともにサポートいたします。補聴器購入後は補聴器相談外来だけでなく、自宅を訪問しての調整にも対応しています。



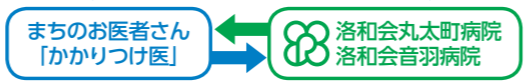
▲補聴器技能者の伊澤章博さん(マスダ補聴器センター)が補聴器を調整します。

・お問い合わせ・
洛和会音羽病院 耳鼻咽喉科・頭頸部外科
補聴器相談外来(完全予約制) 火・木 午後(再診のみ)

☎075(593)4111(代) <http://www.rakuwa.or.jp/otowa/shinryoka/jibika/>



「かかりつけ医」をお持ちください。



洛和会音羽記念病院

腎臓病治療に「新たな風」

洛和会音羽記念病院では本年4月1日から3人の腎臓内科医が着任。

多くの患者さんの腎疾患や透析に対するニーズにお応えしやすい体制を整えました。また6月1日に「ブラッドアクセス」の外来枠も週1日

(木曜日午後)から週6日(月〜土曜日)に拡大しました。

4月着任医師のご紹介



腎臓内科

やまうち ひろゆき
医長 山内 博行

認定・資格: 日本リウマチ学会リウマチ専門医、
日本透析医学会透析専門医

一言コメント: 現在、腎臓内科を専門としておりますが、洛和会音羽記念病院の一貫した診療体制のもと外科の観点からも研さんを積み、患者さんの立場に立った腎臓病治療につなげていきます。



腎臓内科

ふじの ふみたか
医長 藤野 文孝

認定・資格: 日本内科学会総合内科専門医、
日本腎臓学会腎臓専門医、日本透析医学会透析専門医

一言コメント: これまで、腎臓内科医として勤務しながらシャントも作ってきました。ブラッドアクセス外来では、幅広く対応したいと思っています。何かありましたら、いつでもご相談ください。



腎臓内科

ささき ゆうじ
医長 佐々木 裕二

認定・資格: 日本外科学会外科専門医
日本内科学会認定内科医

一言コメント: 腎臓内科や血管外科での手術も行ってきました。洛和会音羽記念病院でも今まで培ってきた技術や、いろいろな知識を総動員し、またほかの2人の先生とも協力し合いながら、腎臓病患者さんにとってより良い診療を行っていきます。

・お問い合わせ・

洛和会音羽記念病院



☎075(594)8010(代)
<http://www.rakuwa.or.jp/kinen/>



- 検査**
 - ・シャント血管エコー
シャント血流量と血管の状態を検査します。
 - ・シャントPTA(経皮的血管形成術)
バルーンで閉塞、狭窄した血管を広げ、血流を確保します。
- 治療**
 - ・シャント造設および修復術(自己血管、人工血管)
 - ・シャント合併症(シャント瘤、スティール症候群、シャント静脈高血圧、感染、出血)に対する治療

ブラッドアクセス外来 新体制

外来診察日(※祝日は休診)

受付時間	月	火	水	木	金	土
10:30~12:30	○	○	○	○	○	○

シャントトラブルに素早い対応

ブラッドアクセス外来では、シャント(大量の血液を循環させるために血液透析専用につくられた血管)などのブラッドアクセスに関するお困りごとがあれば、お気軽にご相談いただけます。症状として、シャント側の手が腫れたりシャント音が聞こえないなど、少しでも「おかしいな？」と感じられましたらブラッドアクセス外来を受診ください。



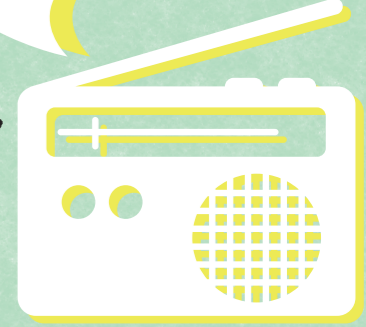
洛和会音羽記念病院
腎臓透析外科
副院長 なかむら ともひろ 中村 智宏

らくわ健康教室ラジオ版
放送開始!

らくわ健康教室

KBS京都Radio

AM 1143KHz FM 94.9MHz



schedule
ラジオ版の
放送予定

9月~11月
第1・3金曜日
午前9時23分~28分
(笑福亭晃瓶のほっかほかラジオ内)

らくわ健康教室は4月から新たな取り組みをはじめました。通常の講演の後に、健診や介護に関する相談会を開催したり、施設の見学会を実施したりと、皆さんにより良い情報を提供しています。

今回もとても大きな企画として、9月からKBS京都Radioの「笑福亭晃瓶のほっかほかラジオ」でらくわ健康教室を放送することが決定しました。現在、放送に向けて準備を進めているなか、パーソナリティーの笑福亭晃瓶さんと中村 薫さんに今回のラジオ放送についてインタビューをしました。



▲笑福亭晃瓶さん(左)と中村 薫さん(右)

ラジオパーソナリティーとして
晃瓶さんが心掛けていることは
何ですか？

晃:ラジオを聴いていただいている方の立場で正直に情報を伝えていくのが、何より大切だと信じています。例えば、健康のために1万歩ウォーキングしても、浴びるほどお酒を飲んで健康に良くありません。ラジオでは、歩いてさえいれば、あとは何をしてもよいというイメージを与える伝え方はしないようにしています。

中村さんが医療・介護分野で
興味があるものといえば？

中:実は先日、私の家族が救急車で病院に運ばれました。一時はICU(集中治療室)に入ったものの、いまは回復して家で療養しています。その出来事を機に、医療や自宅での介護が人ごとではないことを実感しました。自分ごとでなければ、なかなか興味がないものですね。らくわ健康教室ラジオ版では、リスナー目線のわかりやすい情報発信で、健康を自分ごとにも感じてもらえるといいですね。

最後にお一人から一言お願いします。

中:洛和会さんとは昨年のリスナー参加型イベントで健康運動指導士の方とイベントを盛り上げました。らくわ健康教室でもリスナーに楽しんでもらえる番組と一緒に作っていきましよう。晃:今回の企画はラジオを使った新しい取り組みだと伺っています。文字で書かれた文章を読むよりも言葉で伝えるほうが同じ内容でも一層頭に入ってきてやすい。そこがラジオの良いところだと思っています。

interview



らくわ健康教室の情報はこちら
<http://www.rakuwa.or.jp/kenkoevent/rkk.html>



らくわ健康教室では、
体操教室や
介護相談会も
同時開催して
います。



KBS京都Radio
AM 1143KHz FM 94.9MHz

笑福亭晃瓶のほっかほかラジオ
毎週:月~金曜日
午前6時30分~10時
<https://www.kbs-kyoto.co.jp/radio/hokahoka/>



介護

「介護のことってどこ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♪

サービス付き 高齢者向け住宅(サ高住)

とは…

ケアの専門家が日中常駐し、安否確認と生活相談を行うなど、高齢者の方が安心して生活できる賃貸型住宅です。介護の必要がなく、比較的元気な高齢者の方が入居されています。入居前からのかかりつけ医の診察や介護サービスも継続して受けていただけます。



洛和ホームライフ北野白梅町のスタッフ

Q. 母が亡くなり、一人暮らしになった父親。家事が苦手な生活が不安です。介護が必要な状態ではないけれど、安心して生活できる場所はないかな…？

A. 洛和ホームライフ北野白梅町(サ高住)なら入居可能です！



当ホームは60歳以上の方であれば要介護認定を受けていなくても入居が可能です。入居後に要介護(要支援)認定を受けることもできます。当ホームで暮らしながら訪問看護やデイサービス、ホームヘルプ、24時間定期巡回・随時対応型訪問介護看護※などの介護サービスを活用することができます。洛和会丸太町病院と連携しているので、入院が必要になっても安心です。

※24時間定期巡回・随時対応型訪問介護看護：訪問看護と連携しながら、ヘルパーが定期訪問と随時訪問を行うサービスです。

洛和ホームライフ 北野白梅町の ポイント



ポイント1
2 ケアマネジャーが常駐

洛和ホームライフ
北野白梅町
係長 吉田 綾

ポイント1
1 デイサービスを併設

当ホームにはデイサービス(通所介護)を併設しているため、そちらを利用することも可能です。デイサービスにはリハビリに特化していたり、レクリエーションに注力している施設、食事・入浴を提供する施設など特性があるので、併設のデイサービスと近隣のデイサービスを並行して利用されている方もおられます。

※デイサービスのご利用には要介護認定の申請が必要です。

ポイント2
ケアマネジャーが常駐

介護の相談窓口である医療介護サービスセンターを併設しているためケアマネジャーが常駐しています。ケアマネジャーが常に情報を把握しているので、介護が必要になってもスピーディーに対応できます。

洛和ホームライフ北野白梅町

〒603-8332 京都市北区大將軍川端町40
☎075(465)1601
<http://www.rakuwa.or.jp/kaigo/sh/kitano/>



入居に関するご相談・見学の申し込みは下記にご連絡ください
洛和会入居相談センター ☎0120(045)507

入居条件：60歳以上の方
要介護認定もしくは要支援認定を受けている60歳未満の方

医療依存度受け入れ目安：
●人工透析 ●胃ろう ●インスリン注射
●在宅酸素療法 ●ストーマ(人工肛門) ●ターミナルケア

上記が必要な方も、お体の状態、ご家族のサポートによりご入居可能ですので、一度ご相談ください。

9/2(日) みんなで笑おう♪ 立命館大学落語研究会による寄席「笑門栄福」を開催 ※詳しくは19ページへ→



Let's **クッキング!**

カボチャは栄養豊富！
そのうえ美容効果も
期待できるので
お試しください。

洛和若草保育園
管理栄養士
えこ 葉子



所要時間 **30分**
(冷やす時間を除く)

(冷やす時間を除く)

タンパク質 4.2g
脂質 3.2g
塩分 0.7g

1人分の栄養価
エネルギー
131kcal

材料(4人分)

カボチャ 300g (1/4個)
タマネギ 100g (1/2個)
水 500cc
牛乳 300cc
コンソメ 1個
塩・コショウ 少々

使用器具

包丁
ミキサー
鍋



夏野菜で夏バテ撃退!

カボチャの 冷製スープ

カボチャスープの程よい甘さが、
大人にも子どもにも喜ばれ、暑さが続く夏に
オススメのメニューです。

カラダに**+**プラス
管理栄養士の
しあわせレシピ!



作り方

1



カボチャは種を取り、
皮をむいて一口大に切る

2



タマネギをスライスする

3



鍋にタマネギと水を入れて
火にかけ、タマネギが軟らか
くなってきたら、カボチャと
コンソメも入れて煮る

完成!

4



カボチャが軟らかくなつたら
火を止めて、湯を切って
ミキサーにかける

5



鍋に4のペーストと牛乳を
入れて塩・コショウで味を調
え、沸騰しないように注意し
ながら温める

6

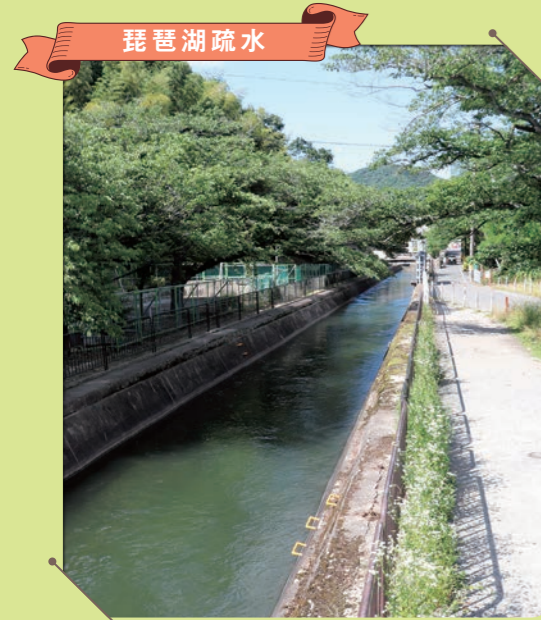


冷やしてできあがり

ココが今回の **+** point

栄養たっぷり、和風にも洋風にもアレンジ!
カボチャにはβ-カロテン、ビタミンC・E、食物繊維、カリウムなど多くの栄養素が含まれています。
煮物はもちろん、サラダやスープなど洋風の料理にもアレンジでき、重宝されています。



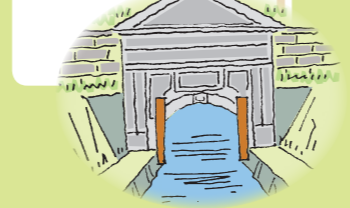


琵琶湖から京都へ水を引き入れるための水路「琵琶湖疏水」。1890(明治23)年に造られ、今では京都人にとって、水に対する安心感をもたらす存在ですが、その工事は困難を極めました。琵琶湖疏水ができるまで京都市民の生活用水は井戸水だったそうです。夏場、井戸水が枯れるところがあり、安定的な水の供給が必要でした。そこで目をつけたのが豊富な水量を誇る琵琶湖。

湖。大津から山科、蹴上と山越えにはトンネル工事が不可欠でした。トンネル内部には電気はなく、照明はカンテラ(携行用のランプ)、作業は基本的に人力で、火薬によって小さくした石、溢れ出る水などをかき出しながら何千メートルも手作業で進められ、完成が危ぶまれるほどでした。琵琶湖疏水が建設されたところはトンネル掘削ブーム。疏水着工のちよつと10年前に大津と山

科を結ぶ逢坂山トンネルが開通したのは興味深いところ。明治中期は京都がインフラを整え、発展の階段を上っていく時代で、今思えば、京都の暮らしが大きく変わる転換点でした。(アールプランニング宮田)

「琵琶湖疏水」



京都の水はトンネルを抜けて琵琶湖から



まちのお医者さん

少し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「かかりつけ医」になっていただけるまちの先生を紹介します。

京都
上京区



患者さんの笑顔のために/
佐々木医院

外科 胃腸科 内科

doctor 佐々木 義文 院長



地域の開業医として
患者さんは開業当時から来院されている方をはじめ、高血圧や脂質異常症などで悩む地域の高齢者が多いです。当院では内視鏡検査も行っており、胃がん、大腸がんといった消化器疾患の早期発見に努めております。精密検査や手術が必要であれば、紹介を通して地域の病院と連携し、患者さんにとって最良の診療を行ってまいります。

在宅医療のニーズに応える
当院は地域の開業医として、患者さんが住み慣れた環境で安心して暮らせるよう支援することが必要だと考えております。患者さんの中には、体を動かさにくく来院することが困難な方もおられますので、在宅医療は必要不可欠です。多くの患者さんの病気が改善し笑顔になれるよう、当院も在宅医療のニーズに応えていきたいと思っております。



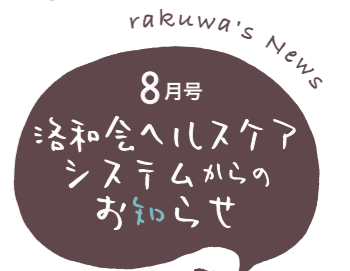
MAP information

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前	9:00~12:00	○	○	○	○	○
午後	16:30~19:30	○	○	○	×	×

休診:日曜日、木・土曜日の午後、祝日

〒602-8144 京都市上京区丸太町通大宮東入薬屋町536-3
☎075(801)7301
地下鉄東西線「二条城前駅」徒歩12分
駐車場あり

当院の特徴
病院勤務医時代は消化器外科を専門としておりました。往診にも対応しております。



洛和会音羽病院

キッズ外科医らくわ外科 手術体験セミナー参加者募集



日時：10月20日(土)午後0時45分～午後4時
 対象者：小学校5年生～中学生
 定員：9人※応募多数の場合は抽選になります。
 場所：洛和会音羽病院C棟4階

- 内容…
- ① ホチキスのような機器を使用した自動縫合器体験
 - ② 内視鏡のモニター画面を見ながら鉗子を使用する外科手術体験
 - ③ 縫合糸を使用して糸を結び結紮体験

参加費無料

〈お申し込みについて〉
 洛和会音羽病院総務部へ必要事項を記入のうえFAXでお申し込みください。
 FAX：075(593)4099
 必要事項…①参加者名(ふりがな)
 ②署名(保護者氏名) ③学校名(学年)
 ④住所(郵便番号を含む)
 ⑤電話番号(日中に連絡のとれる番号)
 応募締切日：9月20日(木)

詳しくはホームページをご覧ください
https://www.rakuwa.or.jp/kids_seminar/



薬について考える時間を

6月27日に中京区役所で開催された、すこやかクラブ中京勉強会で洛和会丸太町病院 薬剤部次長 黄前尚樹が「おくすりのはなし」薬と上手に付き合うために」をテーマに講演しました。参加した約200人の聴講者はなぜ処方された薬が増えるのかとその対策について知る良い機会となりました。

(アールプランニング宮田)



心臓カテーテル治療 見学



▲7月6日、中国医学科学院阜外医院を始めとする医師団が洛和会音羽病院の心臓カテーテル治療を見学しました。



パリ・モンスリ総合病院と 姉妹協定を締結

6月20日、パリ市(フランス)にて当会10番目の姉妹協定病院となるパリ・モンスリ総合病院との調印式が執り行われました。当会からは理事長 矢野一郎らが出席。京都市長の門川大作氏もご臨席のもと華やかに行われた式の後、同院の病室・手術室の見学や交流会も催されました。お互いの国の医療・保険制度などの話に花が咲き、今後交流を通じ両国の医療の発展に寄与することを約束しました。

(洛和会ヘルスケアシステム本部
 次長 和久井達也)



市内5つの医療機関と 京都市消防局が協定を締結！

「救急事故に伴う医師等の協力に関する協定書締結式」が6月26日に京都市役所本庁舎(京都市中京区)で行われました。この協定では、交通事故や工場での救助を要する現場において、重篤な傷病者が発生した場合、医師による高度な治療を一刻も早く開始するため、医師の災害現場への出勤を要請する基準や手順等を定め、病院前救護体制の充実を図ることを目的としています。洛和会音羽病院をはじめ市内5つの医療機関と京都市消防局が協定を締結しました。

(洛和会音羽病院 救命救急室
 主席課長 片桐 円)



▶京都市長の門川 大作氏から締結書を受け取る
 洛和会音羽病院 副院長 神谷亨(写真右)

お問い合わせ (株)ウエルネット
 ☎075(582)6187

私たちは、ご利用になる方一人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。

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

お問い合わせ (株)トランスポート
 ☎0120(925)119

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、通院や転院、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。

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



洛和会ヘルスケアシステムでは健康に関する無料講座を数多く開催しています。ぜひお越しください。



9月のイベント

立命館大学落語研究会 寄席	フリースペース“絆” at おおつか	ランチタイム講座
<p>「笑門来福」</p> <p>日 9月2日(日) 午後2時30分～4時 定 40人程度(先着) ※言語聴覚士による“笑いの準備体操”付き</p> <p>場 洛和ホームライフ北野白梅町 問 洛和ホームライフ北野白梅町 ☎ 075(465)1601</p>	<p>◎楽しく脳トレ・筋トレ♪ / ◎音楽</p> <p>日 8月26日(日) 午後2時～ 講 健康運動指導士</p> <p>場 洛和会音羽リハビリテーション病院 ロビー 問 ①山科区地域福祉推進委員会事務局 ②大塚学区社会福祉協議会 ③洛和会音羽リハビリテーション病院 ☎ ①075(593)1294 ②075(501)2498 ③075(581)6221(代)</p>	<p>元気!ハツラツ!音楽療法! ～音楽で心も身体もいきいきと!～</p> <p>日 8月24日(金) 正午～午後0時30分 組 音楽療法士 筆記用具・室内履き 定 30人 ※無料スタジオメニュー体験付き</p> <p>場 洛和メディカルスポーツ京都丸太町 問 洛和メディカルスポーツ京都丸太町 ☎ 075(802)9030</p>



医療+運動

Questionnaire & Present

<ご回答者の方について> (必須)

性別と年齢をお答えください。 性別() 年齢()

<今月号の「月刊おとまるくん」について> (必須 複数回答可)

面白かった記事、面白くなかった記事を教えてください。

(面白かった記事→○、面白くなかった記事→×)

() 特集「聞こえるようになって再び楽しい会話を～補聴器相談外来～」

() 洛和会音羽記念病院 腎臓病治療に「新たな風」

() らくわ健康教室ラジオ版 放送開始!
～らくわ健康教室 × KBS 京都 Radio～

() 介護のあんときこんなとき

() カラダにプラス+ 管理栄養士のしあわせレシピ

() まちのお医者さん

() いこか!あのお店

() らくわニュース(8月号 洛和ヘルスケアシステムからのお知らせ)

() イベント情報(8月のイベントのお知らせ)

<「月刊おとまるくん」について> (必須)

1. 「月刊おとまるくん」をどこで手に取りましたか?
()

2. 文字の大きさや文章の量、色合いは見やすかったですか?
()

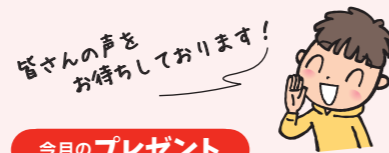
3. どのようなテーマや記事に興味がありますか?
()

プレゼント発送先

氏名

住所 〒

はがきに貼ってご使用いただけます



皆さんの声を
お待ちしております!

今月のプレゼント

当会オリジナル救急セット

セット内容(7点)



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!

広報誌「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。

アンケートに
答えて送ってね!



応募方法 | はがき、FAX、ホームページ(フォーム)
締め切り | 8月31日(金) ※当日消印有効

〒607-8113 京都市山科区小山北溝町 33-1

当会関連グッズプレゼント係(アールプランニング)宛て

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。

※プレゼント内容に変更する可能性があります。



スマートフォン/
こちら

洛和会音羽病院 糖尿病教室

糖尿病患者食事会

日 8月10日(金) 午前11時30分～午後0時30分

※一部負担金あり:食事代650円

◎ 献立の立て方

◎ シックデイの対策について

日 8月10日(金) 午後1時30分～2時30分

担 管理栄養士/看護師

◎ お口のケア～糖尿病と歯周病～

◎ 糖尿病と肥満

日 8月28日(火) 午後1時30分～2時30分

担 歯科医師/医師

場 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室

問 洛和会音羽病院 栄養管理室 ☎ 075(593)6085

洛和会丸太町病院 糖尿病教室

要
申し込み

糖尿病食事療法～夏バテを乗り切ろう～

日 8月21日(火) 午後2時30分～3時15分

担 管理栄養士

※申込締切 8月18日(土)※診察券が必要です。

※集団栄養指導料:患者さんご本人の保険に応じて費用
が発生します。

場 洛和会丸太町病院 5階カンファレンスルーム

問 洛和会丸太町病院 栄養管理室

☎ 075(801)0351(代)

がん患者・家族の会「ほっこり」

訪問看護師に聞いてみよう!
在宅療養をサポートする訪問看護のいろいろ

日 8月18日(土) 午後2時～3時30分

講 訪問看護師

場 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室1・2

問 洛和会音羽病院 がん相談センター

☎ 075(593)4175(直通)



糖尿病教室



がん関連

らくわ健康教室

【介護版】転ばぬ生活のヒント

日 8月2日(木) 午後2時～3時 講 理学療法士

場 洛和会東寺南病院

その腹痛は大丈夫?～胆石の診断から治療まで～

日 8月24日(金) 午後3時～4時 講 医師

場 京都アスニー

知って納得!～聞こえの仕組みと補聴器の役割～

日 8月30日(木) 午後3時～4時 講 医師

場 アスニー山科 ※補聴器を使用される方にヒアリング
ループをご用意しています。

お申し込み
ページはこちら

▼ファクスかホームページからお申し込みください▼

問 らくわ健康教室事務局 アールプランニング

お申し込み ☎ 075(501)4583

FAXの方は①郵便番号 ②ご住所 ③お名前(フリガナ)④年齢

⑤性別 ⑥電話番号 ⑦参加希望日を明記のうえ、お送りください。

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

☎ 075(594)8488

洛和会音羽病院 心臓病教室

心臓と運動

日 8月7日(火) 午後1時～2時 担 理学療法士

自分でできる体調管理

日 8月14日(火) 午後1時～2時 担 看護師

心臓のおはなし・心臓とおくすり

日 8月21日(火) 午後1時～2時 担 医師・薬剤師

心臓とお食事

日 8月28日(火) 午後1時～2時 担 管理栄養士

場 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室

問 洛和会音羽病院 栄養管理室 ☎ 075(593)6085

健康教室



心臓病教室

8月のイベントのお知らせ

※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。特別に記載のな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。

日=日時 講=講師 担=担当 場=場所 問=お問い合わせ FAX=ファクス ☎=電話番号 HP=ホームページ 持=持ち物

脳トレ

記憶力向上に
急激に伸びる脳に

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？

音羽筋トレ・脳トレ教室のご案内

日時／毎週水曜日(祝日を除く)

◎筋トレ(45分)9:15、11:00、13:15、15:00

◎脳トレ(30分)10:15、14:15

参加費／各500円(税込) 定員／各20人

場所／洛和会音羽病院 D棟1階または地下1階の会議室

お問い合わせ／洛和メディカルスポーツ京都丸太町

音羽筋トレ・脳トレ教室係 ☎ 075(802)9030



今月は京都市内の難読地名です！ あなたはいくつ読めるかな？
読み方を に書いてみましょう。

① 花開院町
(上京区)

② 佐女牛井町
(下京区)

③ 役行者町
(中京区)

④ 雲母坂
(左京区)

⑤ 化野
(右京区)

⑥ 出灰町
(西京区)

⑦ 直違橋
(伏見区)

⑧ 轆轤町
(東山区)

認知症に関する悩み
お気軽にご相談ください！

洛和会音羽リハビリテーション病院
京都市山科区認知症初期集中支援チーム

直通 **075(582)5535** 月～金(祝日・年末年始を除く)午前9時～午後5時

7月14日(水) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月15日(木) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月16日(金) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月17日(土) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月18日(日) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月19日(月) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月20日(火) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月21日(水) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月22日(木) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月23日(金) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月24日(土) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月25日(日) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月26日(月) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月27日(火) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月28日(水) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月29日(木) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月30日(金) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
7月31日(土) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧