



特集

# 音楽の力で できること

～心と体に作用する音楽療法とは～

2019

3  
月号

緩和ケア病棟  
自分らしく「生きる」場所 p06

がんを知るシリーズ5 免疫療法 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



# 音楽の力でできること

～心と体に作用する音楽療法とは～

洛和会京都音楽療法研究センター  
 主席課長 音楽療法士  
 わだ よしたか  
 和田 義孝



皆さんは「音楽療法」をご存じでしょうか？  
 古代エジプトやギリシャ、中世ヨーロッパでは、音楽は医療の一環として組み込まれ、ルネッサンス・バロック期においては、音楽と医療の総合的な治療が行われるほど、なくてはならない存在でした。  
 現在「音楽療法」は、世界中の医療・福祉・心理・教育などの現場で、効果を上げている臨床行為の一つとして行われています。

## 音楽療法とは？

「音楽は魂の薬である」とプラトンの言葉にあるように、音楽には、私たちの心や精神、体や認知に働きかける力があります。音楽療法では、患者さんや対象者が必要とするケアを行うため、音楽を聴く・奏でる・歌う・創る・語る、など「音楽が働きかける力」を用いて、身体面・心理・精神面、認知面などさまざまな場面で最善のサポートを行っています。

## 音楽療法と音楽レクリエーションは何が違うの？

高齢者施設などを中心に行われる音楽レクリエーションは、楽器演奏や歌を歌うことを通して、**音楽の楽しさ**を主軸に行われることが多いです。  
 一方で音楽療法では、患者さん一人一人の疾患や病状、心の状態に応じてプログラムを組み、**治療やケアの一環**として行うことを主軸としています。  
 専門のトレーニングを受け、

資格を保持する専門職である「音楽療法士」が、その都度、適切な音楽を選び、歌唱、鑑賞、楽器演奏、生演奏、ソングライティング、歌詞分析、ムーブメント、音楽リラクゼーション、音楽イメージ法など、あらゆる手法を用いて施術を行っています。

音楽療法は、現在、認知症やリハビリテーション、がん治療、緩和ケアなど、さまざまな医療の現場において実施され、多職種と連携・協働しながらその効果を発揮しています。

## 音楽療法が行うサポート

### 身体面

- ☑ 身体機能の向上
- ☑ 筋肉の緊張軽減
- ☑ 痛みの緩和
- ☑ 質の良い睡眠

### 心理・精神面

- ☑ 感情表現の促進
- ☑ 心的ストレスの緩和
- ☑ 安心感の向上
- ☑ 生きがい

### 社会面

- ☑ 社会的交流
- ☑ 孤独や孤立の軽減
- ☑ 自己表現の機会
- ☑ 自尊心

### 認知面

- ☑ 脳の活性化
- ☑ 記憶への刺激
- ☑ コミュニケーション
- ☑ 見当識

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。



**洛和会丸太町病院**  
 京都市中京区七本松通丸太町上ル  
 TEL 075 (801) 0351 (代)  
 予約 ☎ 0120 (489) 244



**洛和会音羽病院**  
 京都市山科区音羽珍事町2  
 TEL 075 (593) 4111 (代)  
 予約 ☎ 0120 (489) 300



**洛和会音羽記念病院**  
 京都市山科区小山鎮守町29-1  
 TEL 075 (594) 8010(代)



**洛和会音羽リハビリテーション病院**  
 京都市山科区小山北満町32-1  
 TEL 075 (581) 6221 (代)



**洛和会東寺南病院**  
 京都市南区西九条南田町1  
 TEL 075 (672) 7500 (代)

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内A/B棟総合受付までお問い合わせください。

絵馬 1枚 100円

## #ドクターから見た音楽療法

当院で認められている音楽療法の効果には、患者さんが無意識のうちに自然に離床機会を持つ、座位作業ができる、立位作業ができる、認知機能訓練もできるなど、リハビリテーション的な側面もあります。さらに、患者さん同士、患者さんご家族、患者さんとスタッフのコミュニケーションが生まれるきっかけになり、病院内の社会形成にも役立っています。



洛和会音羽  
 リハビリテーション病院  
 リハビリテーション科  
 部長 兼松まどか

## 日本でも有数の研究センター

洛和会京都音楽療法研究センターでは現在、センター長ほか、常勤5人、非常勤1人の合計7人の音楽療法士が活躍しています。日本国内を見ても、これだけの人数が在籍する医療機関はほとんどありません。これまでに韓国国営放送 EBSや京都新聞など、さまざまなメディアで取り上げられ、その活躍に注目が集まっています。



職場でのストレスなど、メンタルヘルスケア対策として、  
 企業向けの音楽療法も行っています。

音楽療法・音楽療法士についてご質問などございましたら、お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先  
**洛和会京都音楽療法研究センター**  
 (洛和会音羽リハビリテーション病院内)

☎ 075(581)6221(代)  
<http://www.rakuwa.or.jp/music/>

ホームページ  
 リニューアル  
 しました!



## パーキンソン病

パーキンソン病に特有の運動症状(震え、筋萎縮、歩行障害、発話・発語の不自由さ)などを軽減。



音楽療法士、作業療法士など多職種で考案した当会オリジナルの「はびりすダンス」

## 教育現場

看護師や助産師、視能訓練士を目指す学生や、保育園・児童館の子どもなどを対象に実施。



保育園・児童館では社会性と協調性を育む  
 学校では勉強や社会への不安を癒やす効果も

## 訪問

通院などが困難な方向けに音楽療法士がご自宅を訪問し、個別での対応も行っています。



さまざまな楽器を車に載せて、ご自宅へ伺います  
 各患者さんに応じた個別のプログラムを実施

# 当会での音楽療法の活用 (取り組み)

当会では患者さんのニーズに合わせて、個別音楽療法と集団音楽療法を実施しています。

## リハビリテーション

入院患者さんが前向きにリハビリに取り組めるように心身ともにサポート。



疾患や病状に合わせて個別音楽療法も実施  
 病棟では定期的に集団音楽療法を行っている

## 認知症

認知機能や身体機能の向上、コミュニケーションの活性化などを目的に実施。



高齢者施設では楽器などを用いて認知機能の向上も  
 認知症治療病棟で行う集団音楽療法

## 緩和ケア

音楽で患者さんやご家族の身体的・精神的な痛み  
 の緩和を行い、豊かな時間を過ごせるようサポート。



緩和ケア病棟では個別に対応も

※ 4月に開設する洛和会音羽病院緩和ケア病棟でも音楽療法が導入される予定です。

洛和会音羽病院  
緩和ケア病棟

自分らしく「生きる」場所

緩和ケアとは

重い病を抱える患者さんやそのご家族一人一人の身体や心などのさまざまなつらさをやわらげ、より豊かな人生を送ることができるよう支えていくケアです。

1 緩和ケア病棟ってどんなことをするの？

がんを治すことを目標とした積極的な治療は行わず、体と心の苦痛緩和に力を注ぎます。また、

A

終末期のケアだけでなく外来や在宅への円滑な移行も支援します。



3 入院の対象は？

A

がんにより身体や心などにさまざまなつらさがある方が対象です。在宅療養中の休息(レスパイト)や、在宅療養へ移行するための準備(短期入院)にも対応しています。

4 入院するにはどうすればいいの？



2 どんなスタッフがいますの？

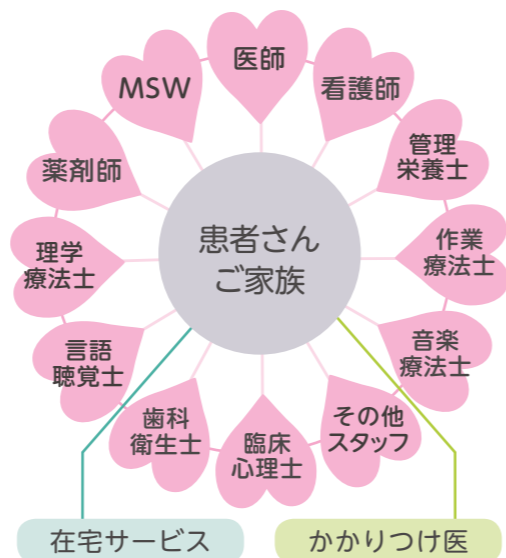
A

医師や看護師のほか、多職種の専門職スタッフで構成されており、チーム全員で患者さんご家族のQOL(生活の質)を高められるように努めます。

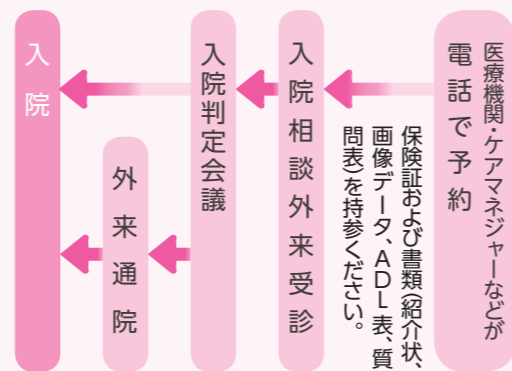
A

まずは患者さん、または代理のご家族に入院相談外来を受けていただきます。がん治療中であっても受診していただくことは可能です。入院判定会議で入院の基準を満たしていることが判断された後、患者さんの状況に合わせて入院の日程を決めます。  
※かかりつけ医からの紹介状などをご持参ください。

▼専門職チーム



▼入院までの流れ



2019年  
4月

洛和会音羽病院に  
14床の緩和ケア病棟を開設します

洛和会音羽病院  
緩和ケア病棟の特徴

- 面会の制限を少なくしています  
(1泊2日のベッドにもおえます)
- 季節ごとのイベントやティータイムなどを開催します
- 状態に合わせてリハビリを実施できます
- 入院していただく病室は全て個室  
(無料個室13部屋、有料個室1部屋)です
- 音楽療法を取り入れています ↓ P2参照

外来予約・入院予約

洛和会音羽病院 地域連携課

☎075(593)7725

受付時間 月～金曜日 午前8時30分～午後8時  
土曜日 午前8時30分～午後5時15分(祝日を除く)

緩和ケアに関するその他のお問い合わせ

洛和会音羽病院 がん相談センター

☎075(593)4175(直通)

受付時間 月～土曜日 午前8時30分～午後5時(祝日を除く)



<http://www.rakuwa.or.jp/otowa/nyuin/kanwa.html>

## 免疫療法

近年、ノーベル賞受賞でも話題になった、免疫チェックポイント阻害薬を使った免疫療法。**非小細胞肺がんなどの疾患で標準治療として確立され**、がん治療の現場で注目を集めています。

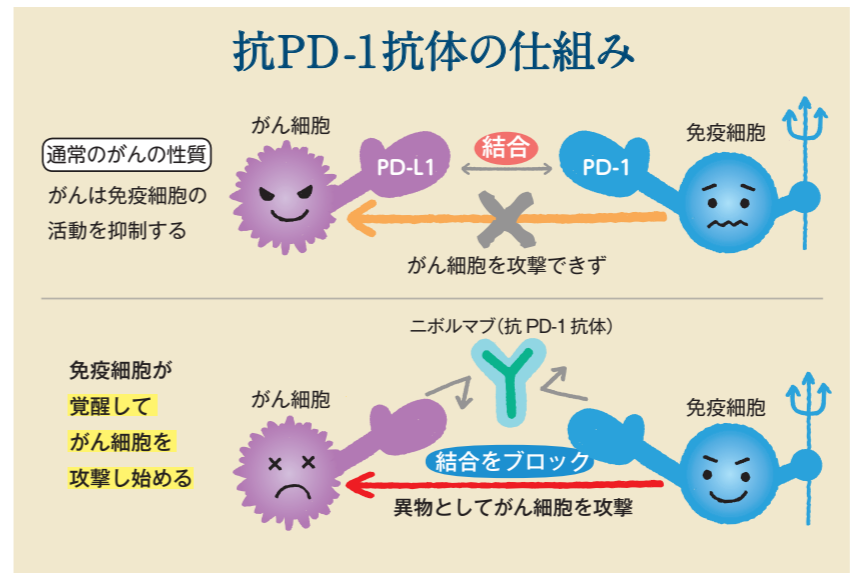


洛和会音羽病院  
消化器内科 医長  
島本 福太郎  
しまもと ふくたろう

### まずは押さえておこう！ 免疫チェックポイント阻害薬

☑ 異物など、私たちの健康を脅かす敵から体を守ります

☑ がん細胞側のタンパク質(PD-L1)が免疫細胞側のタンパク質(PD-1)との結合を阻止し、がん細胞を異物として攻撃できるようにします



### 保険適用となる 免疫チェックポイント阻害薬

今まで特定の抗がん剤しか治療の選択肢がなかった、切除できない進行・再発の非小細胞肺がんにも適用できる抗PD-1抗体薬。主に「ニボルマブ(製品名: オプジーボ)」や「ペムブロリズマブ(製品名: キトルダ)」などが知られています。ニボルマブは悪性黒色腫、非小細胞肺がん、腎細胞がん、ホジキンリンパ腫、頭頸部がん、胃がん、悪性胸膜中皮腫(2018年10月現在、国内で承認されているが、国内の診療ガイドラインに推奨の記載がない)の治療に使われています。ペムブロリズマブは悪性黒色腫、非小細胞肺がん、ホジキンリンパ腫、尿路上皮がん保険適用となっています。

ポイント阻害薬は複数開発されており、「外科治療」「化学療法」「放射線治療」に続く治療法として期待されています。洛和会音羽病院でも適用できる患者さんには免疫療法を実施しておりますので、主治医にご確認ください。

**副作用について**  
免疫チェックポイント阻害薬は、従来の化学療法に比べて副作用が少ないといわれていますが、副作用がいつ生じるか予測がつかないため注意が必要です。

そのほかにも適用疾患の範囲や、メカニズムの違いなどから、免疫チェック

お問い合わせ  
**洛和会音羽病院**  
※洛和会音羽病院は京都府がん診療推進病院です。  
☎ 075(593)4111(代)  
<http://www.rakuwa.or.jp/otowa/gan/>



ツアー前には高齢社会に向けた  
「学び」の企画も実施!

2018年9月17日～19日  
洛和ホームライフ北野白梅町にて  
佛教大学生による職場体験



## 学び

2019年1月21日  
佛教大学にて  
認知症サポーター講座



洛和会ヘルスケアシステムは  
多世代交流企画を通じ、お互いが手を取り、  
支え合える地域づくりを目指します。

サービス付き高齢者向け住宅  
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/>

企画協力  
佛教大学 社会連携センター



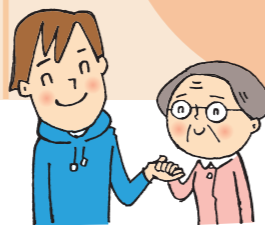
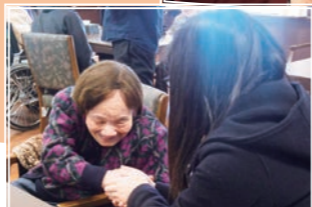
今回の交流が高齢者には日々の活力につながり、  
学生には高齢社会を考えるきっかけとなった、貴重な1日となりました。



3 礼拝堂 拝観  
金色に輝く空間に、  
入居者さんも  
驚かれた様子



4 洛和ホームライフ  
北野白梅町 解散式  
わずか半日の時間でも  
しっかり心が通いました。



### 佛教大学 学生の声

食事一つとっても自分達には適量でも高齢者  
には多いなど、接することで分かることが多く  
ありました。これからの社会を築いていくため  
に、いろいろな視野や価値観を大切にしないと  
いけないと思いました。



## 体験



佛教大学  
伊藤真宏准教授による  
特別講義

「法然思想に学ぶ日常生活の心構え」という  
テーマでお話しいただきました。

### 2 食堂での昼食

学生と同じメニューを味わい、  
笑顔の絶えない会話が  
弾んだひと時でした



### 洛和ホームライフ北野白梅町 入居者さんの声

私たちの若いころは満足に学  
べない時代でしたので、今の環  
境の学生はいいなあと思いま  
した。若者からたくさん元気をも  
らいました。



どんな体験が  
できるのか、  
ワクワク

## 佛教大学 学生と高齢者が交流! 「学びと喜びであふれた一日」 「佛教大学キャンパスツアー」レポート

1月26日、佛教大学にて洛和ホームライフ北野白梅  
町の入居者さんを対象にした「キャンパスツアー」を開  
催しました。この企画は、加速する高齢社会における地  
域での多世代交流を目的としたものです。大学生と高  
齢者がペアになり、特別講義を受けたり、学食でランチ  
を食べたりと、キャンパスライフを味わいました。

### 参加者

高齢者 …………… 10人  
学 生 …………… 10人  
介護職 …………… 8人  
(うち3人が佛教大学OB・OG)



カラダに+プラス  
体操お兄さんの♪  
らくらく運動



疲れがたまらない明日へ



体幹を鍛えて  
効率よく  
カラダを使う！

今回の体操お兄さん



丸太町リハビリテーション  
クリニック  
リハビリテーション部  
副係長 理学療法士  
出口 真貴

第7回

電車内でもよろしくない、姿勢がよくなる、息切れしにくくなる、腰痛緩和へ…。体幹はあなたの日常を支えます！  
力は筋肉が生み出すものですが、それが効率よく伝わってスムーズに動きへと変換されていくためには、体の軸である体幹がしっかりといてなくてはなりません。

プランクとは「板」という意味。体を板のようにまっすぐな体勢で保つトレーニングです。

Let's Try!

+ 体幹トレーニングの基本メニュー

プランク



1 腕立て伏せの姿勢で肩幅に肘を置く



2 肘(前腕)・つま先の2点で支え、胴体を持ち上げる  
お腹は軽くへこませておく



NG  
肩甲骨の間が落ちないように  
→ 難しい場合は膝で支える

+ 脇腹の腹斜筋を鍛えます

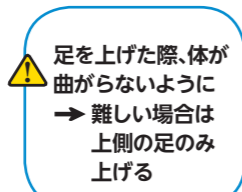
サイドプランク



1 横向けに寝て、体を一直線に保つ



2 両足をくっつけたまま天井に向けて足を上げる



足を上げた際、体が曲がらないように  
→ 難しい場合は上側の足のみ上げる

+ 指先からつま先までを一直線に!

ドバード



1 両手と膝をついて四つんばいになる



2 右手と左足を水平に上げる  
左手と右足も同様に行う



骨盤が傾かないように  
→ 難しい場合は足のみ上げる

初めは15秒から、慣れたら各30秒を1セットにして、3セット繰り返してください。

今回ご紹介した体操は動画でも確認できます



動画では誌面上で紹介しきれない、体の細かい動きまで見ることができます。ぜひご覧ください。

スマートフォンなどの携帯電話からは2次元バーコード(右)を読み込んでアクセスしてください。  
[http://www.rakuwa.or.jp/rd\\_taiso.html](http://www.rakuwa.or.jp/rd_taiso.html)(仮)



お問い合わせ

洛和メディカルスポーツ  
京都丸太町  
☎ 075(802)9030  
<http://www.rakuwa.or.jp/medicalsports/>

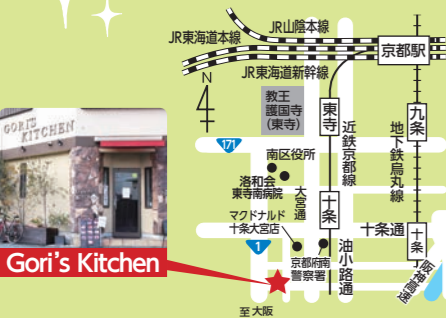


★ 新メニュー登場 ★

国家資格保有者とマンツーマンでトレーニングパーソナルコース

国家資格を持ったスタッフが直接、完全個別指導します。

[料金] 30分 5,000円(税別)  
60分 10,000円(税別)  
※ 完全予約制



**Gori's Kitchen**  
〒601-8102 京都市南区上鳥羽菅田町65  
TEL 075 (200) 9304  
営業時間：[Lunch]午前11時30分～午後1時45分(L.O.)  
[Dinner]午後6時～午後11時(L.O.)  
定休日：月曜日(臨時営業あり)  
https://www.goris-kitchen.com/



店主の  
あだち みつり  
足立 充憲さん

洛和会東寺南病院から南に下がった住宅街に、ピッツアの香ばしい香りが漂うイタリア料理店「Gori's Kitchen」があります。肩ひじ張らず、ふらつと気軽に立ち寄れる「大人カジュアルイタリアン」をコンセプトに、店内にはカウンター席やテーブル席、さらに一番奥にはお座敷、席も用意されており、仕事帰り、女子会、お子さん連れのご家族までさまざまなお客さんに親しまれています。

店主の足立充憲さんは、大阪のイタリア料理店で10年、本場のイタリアで1年修業した後、不動産業を経て地元京都でお店を開きたいという思いから、こちらのお店をオープンされました。お店の内装も、不動産業で得た知識を基に自身でデザインされ、気になる店名は、高校時代のニックネームが「ゴリ」だったことから名付けられたのだとか。食材にもとことんこだわり、契約農家の野菜や地元の食材

を使った本格的な料理の数々が味わえます。お店の看板メニューは何と「石釜ピッツア」。キッチン中央に置かれたひとときを引く石釜で、約400℃で焼き上げられるアツアツのピッツアは、オリジナル配合の小麦粉で作った生地のもちもち食感が自慢。中でもイチオシはマルゲリータで、素材のうまみとコクのあるチーズの香りが口いっぱい広がる。お店の内装から前菜、メイン料理、デザートまで店主の自信作。こだわり抜かれたセンスがあらわれるお店へ、一度足を運んでみられてはいかがでしょうか。(アールプランニング 小森)

# Gori's Kitchen

石釜で焼きたてのピッツアを召し上がれ！



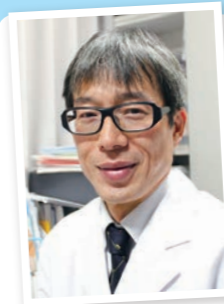
を使った本格的な料理の数々が味わえます。

お店の看板メニューは何と「石釜ピッツア」。キッチン中央に置かれたひとときを引く石釜で、約400℃で焼き上げられるアツアツのピッツアは、オリジナル配合の小麦粉で作った生地のもちもち食感が自慢。中でもイチオシはマルゲリータで、素材のうまみとコクのあるチーズの香りが口いっぱい広がる。

# 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  
山科区

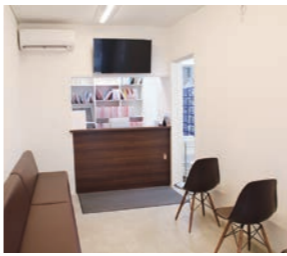


## 駅近！目のお悩み相談所 上田眼科医院

眼科

doctor

かなざわ すけたか  
金沢 佑隆 院長



今後、地域の皆さんへ安心満足が届けられるよう、分かりやすい説明と質の高い医療を提供し続け、家族のように長いお付き合いができる医院を目指します。

### 親身になって長いお付き合いを

患者さんにお話を伺う際は「自分の家族のように親身に接する」を意識し、一人一人に寄り添う丁寧な診療を心がけています。ありがたいことに、「ご家族やお知り合いを」紹介いただくことも多く、山科から遠方に転居された後も通院してくださる患者さんもうつしやいます。

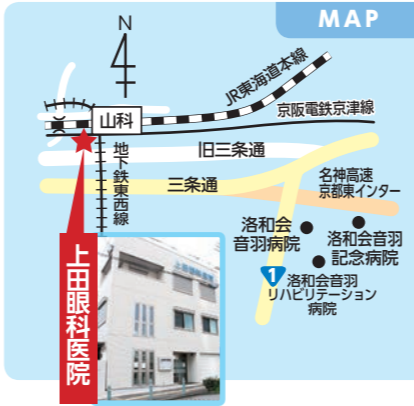
今後は地域の皆さんへ安心満足が届けられるよう、分かりやすい説明と質の高い医療を提供し続け、家族のように長いお付き合いができる医院を目指します。

目にお悩みをお持ちの方は、一度ご相談ください。

### 高齢者からお子さんまで幅広く診療

### 当院の特徴

- 予約不要です。
- 視力低下など、気になることがあれば、お気軽にご相談ください。
- コンタクトの処方も対応しております。



診療時間		月	火	水	木	金	土	日
午前	9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	○
午後	16:30~19:30	○	○	○	○	○	○	×

休診：土曜日の午後、日曜日、祝日  
〒607-8441 京都市山科区上野御所ノ内町16-12上田ビル  
TEL 075(777)0345  
JR・京阪・地下鉄「山科駅」から徒歩1分  
http://www.ueda-clinic-yamashina.jp/ganka/



### 新入医師紹介

洛和会音羽病院 2019年3月1日着任



山代 亜紀子

がん患者さんの「つらさ」に寄り添う緩和ケアを行います。



原田 秋穂

がんの患者さんやご家族に苦痛なく、より穏やかな時間を過ごしていただけるようがんばります。

所属役職：緩和ケア内科/副部長  
専門分野：緩和ケア、ペインクリニック  
専門認定：日本緩和医療学会緩和医療専門医、日本ペインクリニック学会ペインクリニック専門医、日本麻酔科学会麻酔科専門医



谷内 政崇

耳・鼻・のどで困ったことがあれば、お気軽にご相談ください。

所属役職：耳鼻咽喉科・頭頸部外科 / シニアレジデント1年次  
専門分野：耳鼻咽喉科一般

### 洛和会音羽病院で 大規模災害発生を想定した訓練を実施

2月3日、洛和会音羽病院で花折断層を震源とする震度7の地震を想定した災害訓練が行われました。

ライフライン(電気・水道・ガス・電話)や建物・エレベーター・避難経路・医療機器など、被災状況を確認する訓練のほか、救急患者さんが多数来院することを想定し、緊急度に従って手当りの優先順を決める「トリアージ」や、手術の受け入れ対応、集中治療室(ICU)や病棟のベッドの調整、ハザードマップの作成などを行いました。

また今回、地域の災害拠点病院である同院では、他県のDMAT隊による支援や、近隣の愛生会山科病院からの入院患者さん受け入れ訓練なども行い、より実践に即した、有意義な一日となりました。

(洛和会音羽病院 救命救急室 主席課長 片桐 巴)



### より早く、安心してご利用いただくために

洛和会丸太町病院に 再来受付機・会計案内表示板を設置

洛和会丸太町病院は、患者さんの待ち時間軽減とさらなるプライバシー保護を図るために、2月1日から再来受付機・会計案内表示板を導入しました。

再来受付機はタッチパネル式のどなたでも簡単に操作できる仕組みで、再来患者さんがご自身で診察受付を行うことができるシステムです。また、会計では番号札を配布し、案内表示板に患者さんの番号を表示して、お名前をお呼び出しすることなく会計処理を進めていただけるようになります。 ※初めて受診される方、紹介状をお持ちの方は総合受付での受け付けになります。

(洛和会丸太町病院 管理課 課長 鷺見 晴丞)



### 医療機関では京都初！ 医療法人社団 洛和会が「えるぼし」三つ星企業に認定

女性の活躍推進に関する取り組みにおいて、優良な事業主に与えられる厚生労働大臣の認定「えるぼし」。このたび、女性の多様なキャリアコースが用意されている人事制度であること、管理職における女性の割合が産業平均を上回っていること、正社員採用時の競争率や平均勤続年数が男女で大きくかけ離れていないことなどが評価され、医療法人社団 洛和会が最高ランクの三つ星に認定されました。

2月1日に行われた認定式では、矢野一郎理事長が京都労働局長から認定通知書を授与されました。当会では今後もさらに女性が安心して働くことのできる組織作りを目指してまいります。

(洛和会ヘルスケアシステム本部 人事 教育部門 主席部長 岡田 好泰)





# 脳トレ?

記憶力向上に/  
診察の待ち時間に/  
レッスン!

## 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



今月はことわざクイズです!  
□の中に入るのは何かな?



動物に関係することわざだね!

- ① □ に小判
- ② □ の耳に念仏
- ③ □ も木から落ちる
- ④ □ の一声

謎① 謎② 謎③ 謎④ : ㄥㄣㄣ

## アンケートに答えて 当会関連グッズをプレゼント!

今月は10名様に

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。

### テルモ電子体温計 C231



締め切り

3月31日(日)

※当日消印有効



### スマートフォン de 応募

わずか2分で応募! 簡単操作でさらに応募しやすくなりました!

### はがき・FAX・ホームページ(フォーム)からも応募いただけます。

〒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。
- ※プレゼント内容は変更する可能性があります。

ご応募  
お待ちしております



はがきに貼ってご使用いただけます

<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→×)

- ( ) 音楽の力でできること ~心と体に作用する音楽療法とは~
- ( ) 緩和ケア病棟 自分らしく「生きる」場所
- ( ) がんを知るシリーズ⑤ 免疫療法
- ( ) 「佛教大学キャンパスツアー」レポート
- ( ) カラダに+プラス体操お兄さんのらくらく運動
- ( ) まちのお医者さん
- ( ) いこか! あの街あのお店
- ( ) 洛和会ヘルスケアシステムからのお知らせ
- ( ) 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 〒

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](mailto: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/2019年3月1日3月号(通号221号)

印刷/为国印刷株式会社

