



2019 Certificate

## 社会医療法人清風会 会報

社会医療法人清風会は2015年に中小企業が持つ特徴的な価値を評価し認定される「企業価値認定」を受けました。

**本格的な暑さが到来！熱中症に十分注意しましょう！**



屋外リハビリスペースの休憩ベンチ。  
皆さんも熱中症に気をつけて  
こまめな休憩を心がけましょう！



病院横の池に咲く睡蓮の花。  
ひまわりとは違った魅力の  
「涼し気な」夏の花です。

### 今月の メッセージ

「昔」と「今」は  
暑さが違う？

**厳しい暑さに  
要注意！**

7月に入り、暑い日が続いて  
います。数十年前は様々な家電  
製品が今ほど一般的でなく、  
扇風機一台で過ごしていたと  
いう話を伺うことがあります。

若い頃、クーラーが無かった  
世代の方からは「暑い暑いと  
騒ぎすぎだ」「クーラーなんて  
もったいない」と、クーラーを  
使うことを否定する意見も聞か  
れます。

しかし、この数十年で日本の  
町並みや生活様式は一変しま  
した。高度経済成長期にはたく  
さんのビルが建ち、自動車の  
普及率も格段に上がりました。  
地球温暖化も深刻化し、年々  
各地で最高気温が記録されて  
います。

「昔前」と「今」では、実際  
の気温も、体感温度も変わって  
来ているのです。

もちろん、木綿などの汗を  
吸う肌を着る、部屋の風通し  
を良くする、打ち水をするなど  
昔ながらの暑さ対策もとても  
重要です。

その上で、クーラーを上手に  
活用し、熱中症にならないよう  
に注意して過ごしましょう！



新型コロナウイルスの感染  
防止対策として「新しい生活  
様式」という言葉がよく使われ  
るようになりました。

- ① 身体的距離の確保
- ② マスクの着用
- ③ 手洗いや「3密（密集、密接、密閉）」を避ける

ということ、皆さん意識して  
過ごされていると思います。  
5月末頃から急激に気温が  
上がり、「マスクをしていると  
暑いくてしんどい」と感じる方  
も多いのでは無いでしょうか？  
暑くなり、熱中症の危険性が  
高まってきたということ、  
国から「令和2年度の熱中症  
予防行動」の指針が発表され  
ました。

エアコンを活用し、部屋の  
換気に留意したり、マスクを  
適宜外したり、こまめに水分  
補給をしたりと、基本的な  
熱中症対策はもちろんですが、  
暑さに備えて体力をつけたり  
日頃から検温し、体調を崩さ  
ないように気をつけましょう。

感染対策はもちろん重要で  
すが、熱中症もとても怖い症状  
です。公開されている情報を  
こまめにチェックして、できる  
限りの対策を心がけ、感染対策  
と暑さ対策を両立できるように  
努めましょう。



我慢しすぎず  
適宜マスクを  
外して、休憩  
しましょう！

# ご利用者様 インタビュー

実際に施設をご利用いただいている  
利用者様にご感想をお伺いしました！

VOL.4



A.R様

おとなの学校 岡山校  
利用歴: 令和元年度より



こんなに大きい池の周りを  
リハビリ専門の  
職員と一緒に  
歩いています！

## 優しい先生のおかげで 授業も楽しめています

- (イ) おとなの学校の生活の中で、お気に入りの時間はありますか？
- (利) そうですね。毎朝発声練習とってみんなで「あ、え、い、う、え、お、あ、お」と大声を出すのが良いですね。私は小さい頃から歌を歌うのが苦手で、音楽の授業でもなかなか歌えずにいたんですが、音を気にせずに大きな声を出すのは気持ちいいんです。
- (イ) それは気持ち良いでしょうね。
- (利) はい。朝から元気がでますよ。
- (イ) くもんや音楽の授業は難しくないですか？
- (利) 先生が優しく教えてくださるのでついていけます。どの授業も楽しく取り組んでいますよ。

## 職員さんの対応が とっても良かったんです！

- (イ) インタビューア！以下(イ) おとなの学校には、いつから来ていただいているのでしょうか？
- (利用者様) 以下(利) 昨年、3ヶ月間入所させていただいて、一度卒業して家に帰り、今年の4月からまたお世話になってます。
- (イ) そうなんですね。こちらを知ったきっかけは何だったのでしょうか？
- (利) お世話になってるケアマネージャーさんに紹介されたんです。実は以前からコロナ道場や病院のほうにお世話になっていたので、年々歩くのが難しくなってきたので、ここならリハビリもできるし良いんじゃないかと言われて利用させてもらう事になりました。
- (イ) おとなの学校のご利用は、昨年初めてだったんですね。
- (利) そうですね。ここに来るまでどんな施設か知りませんでした。初めて説明を聞きに来た時の職員さんの対応がとても良くて、すぐにお世話になろうと決めました。
- (イ) それはありがとうございます！
- (利) 今まで、他の施設や病院にかかったこともありましたが、職員さんはやっぱり一線を引いた感じというか、少し冷たいなど感じる事があったんです。でも、この職員さんは心からこちらのことを考え、

## 元気の秘訣は金魚体操 腰痛はまったくありません

- (イ) とっても元気でいらっしやいます。なにか健康でいるために意識していることはありますか？
- (利) 金魚体操っていうのをしています。
- (イ) 金魚体操？ どんな体操なんですか？
- (利) あん摩師をしている弟から教えてもらった体操なんです。仰向けに寝転んで、両脚をのばし、身体を左右にゆらゆらと揺するんです。60歳くらいからやり始めたんですが、そのおかげか今でも腰痛が痛いと感じることは無いですね。
- (イ) 83歳で腰痛が全く無いというのはすごいですね。腰痛が痛いとお悩みの方はとても多いので、腰痛が無く過ごせているというのはとても良いことですね。
- (利) 教えてくれた弟のおかげですね。

## 職員さん、近所の方、 みんなに感謝しています

- (イ) なにかご趣味はありますか？
- (利) そうですね。昔はよく野菜や花を育てて、近所におすそ分けしていました。最近では自分で畑をすることは無いんですが、昨年おとなの学校を一度卒業して家に帰った時には、近所中からたくさん野菜をいただきました。
- (イ) 昔から近所に方々に差し上げていた分、皆さんいまはお返ししてくださるんですね。

私の立場に立って話をしてくださる。おかげさまで、毎日楽しく過ごせています。(イ) 本当ですか！嬉しいですよ。

## おかげさまで 歩けるようになってきました

- (イ) 歩くのが難しくなると仰っていましたが、しっかりと歩かれていますよね。頑張ってリハビリされたんですね。
- (利) おかげさまで、こちらでリハビリするようになってからだいぶ歩けるようになりました。以前は手押し車を押してもフラフラして怖いなと思うことがありましたが、今はしっかりと歩けます。手押し車を押しながらだったら、かなり長い距離を歩けるようになりました。
- (イ) どのくらい歩かれるんですか？
- (利) リハビリでは、おとなの学校の前の大きな池の周りをぐるっと一周しています。
- (イ) それはすごいですね！30分くらいかかるんじゃないですか？
- (利) ちょうど30分くらいです。よく風が通って、歩いていると気持ちいいですよ。

歩調も早く、  
しっかりした  
足取りです♪



- (利) お盆には「送りまんじゅう」をこしらえて、近所の方々に配っています。だいたい60個くらい作って、各ご家庭の人数にあわせて持っています。
- (イ) 昔ながらの風習なんですね。ご近所の方たちと、昔から良い関係を築いてこられているのが伝わってきます。
- (利) おかげさまで、良くしていただいていますね。感謝しています。
- (イ) 今年もおまんじゅうを作れるように無理せずリハビリ頑張ってくださいね！

毎日の生活  
に感謝し、笑顔が  
素敵です！



インタビュー中何度も「おかげさまで」と仰っていたA様。いまの環境に感謝し、何事も「ありがたい」と思っただけで、言葉の端々から伝わってきました。A様の温かいお人柄が、職員やご近所の方々にも伝わり、自然と良い関係が築けているのだと感じます。これからも優しく明るく、元気に過ごしていただけるよう、職員一同ご支援させていただきます。

# 自律を支援する

第5回

社会医療法人清風会が設立当初から抱く目標は「自律の支援」です。実際に現場でどのような取組を行っているかご紹介します。



動物との触れ合いを通して利用者様の元気と笑顔を支援します

おとなの学校 犬が大好きな松井 美佳  
おとなの学校 ドッグセラピスト 細中 星那

## 犬が大好きなドッグセラピストのご紹介



松井 美佳 (まつい みか)

犬が人を元気にできるドッグセラピーの魅力に惹かれ、ドッグセラピストになりました！

おとなの学校では、セラピー犬のお世話と利用者さんの介護、両方の仕事をしています。介護スタッフとして利用者さんをサポートすることで、ドッグセラピーを通じて、利用者さんが笑顔になったり、元気がなったりという日々の変化が直接見られるのがとても楽しく、やりがいを感じています。



細中 星那 (ほそなか せいな)

小さい頃から犬が大好きで、犬と関われる仕事がしたいと思っていました。

おとなの学校はドッグセラピーを取り入れて日が浅い事もあり、日々手探りではありますが、積極的に新しい事に取り組める環境です。利用者さんとセラピー犬が、もっとたくさんふれあえるよう朝、夕は施設内で交流したり、呼びかけの機会を増やして頑張っています。

おとなの学校岡山校では、平成29年より、全国的にも珍しい「ドッグセラピー」を取り入れています。

犬が持つ人への忠誠心と深い愛情によって高齢者や認知症患者、障がいを持つ方、病氣、精神的に傷を負った患者さんの体や心をケアすること。寄り添うことで体と心を癒し、次のような効果が期待できると言われています。

- 笑顔になる
- 記憶力の改善
- 認知症の改善
- 睡眠障害の改善
- 言葉を発する
- 反応ができるようになる
- 手足が動くようになる
- 焦燥感がなくなる
- ベッドから起き上がれるようになる
- 自力で歩行できるようになる
- ひとりでトイレへ行けるようになる



…など

## 病院の取り組み

これからの季節に向けて、台風や水害を想定した準備をしています。例えばハザードマップの確認や、必要な食料の備蓄ができているかなどの確認をしています。皆様はいかがでしょうか？避難場所や避難に持っていくものなどの確認をして、万が一の時に少し備えておくのも良いかもしれません。

## 病棟看護・介護の目標

日本原病院病棟では、チームに分かれてそれぞれが目標を掲げ、業務の質の改善に励み、患者さんへより良いケアを提供できるように努めています。

### 令和2年の目標

#### 《全体目標》

固定チームを活用し、患者さんのニーズを尊重していく

#### 《チーム目標①》

多職種との連携を図り、よりよいチーム医療を目指そう

○個々の患者さんのニーズに合わせた、接遇・看護を提供しよう

○活気のある職場、元気の出る職場にしよう

#### 《チーム目標②》

多職種との連携を図り、安全・安心な看護、介護を提供しよう  
笑顔あふれる働きやすい職場環境づくりを目指そう

○それぞれの専門性を生かし、患者さん・ご家族に寄り添った支援をしよう  
○作業手順の整備をし、業務の効率化を図ろう

## スタッフ紹介

育児休暇を終えて、看護師の赤松藍里さんが復帰しました。また一緒に働けることをうれしく思います。

看護師

あかまつ あいり  
赤松 藍里さん

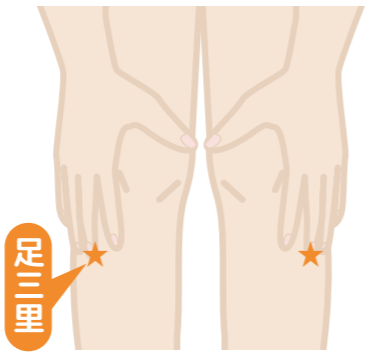


新人に戻ったつもりでまた頑張りたいと思います！

## 健康のツボ

免疫力アップで感染症対策

### 足三里 (あしたんり)



手でL字を作って、ひざのお皿の上側に親指を当てます。ちょうど中指が当たる場所足三里です。

体の免疫細胞のほとんどが、腸内にあります。そのため、腸の機能が低下すると、免疫力も低下してしまいます。

足三里は足の疲れと胃・腸の状態を整える効果があるとされ、「奥の細道」の松尾芭蕉がお灸を据えたことでも有名です。

足三里の位置は少しわかりにくいですが、右の図のようにして探し、押してみても気持ちの良い場所がツボです。ゆっくり力を入れて、数回刺激しましょう。お灸の効きやすいツボでもあるので、温めるとより効果的です。

ツボ押しで免疫力をアップして、体調を崩しにくい身体を手に入れましょう！

# 栄養だより

第63回  
テーマ「たこ」



梅雨も明けて、夏らしい暑さが日に日に増していく今日この頃、皆様はいかがお過ごしでしょうか？さて、今回のテーマは、日本人にとって身近な海鮮食材である「たこ」についてご紹介します。どうぞご覧下さい。

## たこの種類

	飯だこ	真だこ	水だこ
種類			
旬	冬	夏～冬	冬
特徴	体長20cm程で小型。メスにご飯粒のような卵をたくさんもつことからこの名がついた。	体長約60cm。たこの多くはこの種類。兵庫県の明石の海で獲れるものが有名。	体長は最大で3～5m。重さは10～50kgにもなり、体吸盤ともに非常に大きい。真だこ比べると水々しく、やわらかい。
料理	煮物、おでん、酢味噌あえ、キムチあえ など	茹でだこ、天ぷら、たこ焼き、刺身 など	刺身、寿司、しゃぶしゃぶ など

世界の水揚げ量の2/3が日本で消費されているのじゃ!!

世界には約250種類のたこがいるそうよ!! 「デビルフィッシュ」(悪魔の魚) といってたこを食べない国もあるんだって!!

## たこの栄養

亜鉛  
○むくみ予防 ○貧血の改善

### たんぱく質

○疲労回復  
○夏バテ予防

### タウリン

○高血圧予防  
○二日酔い解消



## 美味しいたこの選び方

### 生

ぬめりが少なく、皮がしっかりしているものが新鮮による。

### 茹

足の先までまるまっていて、身に弾力があるものを選ぶによる。

## 女性にいいたこ



女性特有の血液が滞ることによる頭痛や、めまい、生理不順、貧血の改善、乾燥肌にも効果があります!

## 岡山のインスタ映えスポット

### 下津井のタコ

冬の風物詩「干しダコ」

下津井(倉敷市) 全長12.3kmの瀬戸大橋のふもとの港町。古い民家と近代的な橋が好対照を見せます。



## たこ飯

1人分 418kcal  
塩分1.8g



### POINT

ブリッブリのたこと生姜の相性が抜群☆お好みで人参やごぼう、大根などを入れてもOK!

### 作り方

- ① 米をといで30分以上浸水し、水気をきる。
- ② たこは1～2cm幅に切り、油揚げと生姜は千切りにする。
- ③ 枝豆はさっと塩ゆでし、さやから出しておく。
- ④ 炊飯器に①の米と調味料Aを入れ、2合の目盛まで水を入れる。
- ⑤ ④に②のたこ、油揚げ、生姜と③の枝豆を入れて炊飯を開始する。
- ⑥ 炊き上がったら、少し蒸らして完成。

### 材料

【4人分】  
米……………2合  
ゆでだこ…200g  
生姜……………20g  
むき枝豆…50g  
油揚げ………40g

### 調味料A

醤油………大さじ2  
酒……………大さじ2  
みりん…大さじ2  
ほんだい…小さじ1/2

**薬の飲めない方への訪問**

薬が余っているという事実があれば、「薬が飲めない」という判断となり、相談を受けることがよくあります。

一番多い理由は「忘れる」ですが、うっかりの場合も、認知症で時間や日にちもわからない場合もあります。また、「飲めない」のか「飲まない」のか、薬が残る理由も様々です。認知症の方は、残薬がたくさんあっても「飲んでます」といわれる場合も多く、実際にお家に入らないとわからないこともよくあります。

薬カレンダールにして飲むようになればいいのですが、その方の生活や認知の状態により工夫する必要があります。

また、飲めなかった人が急にきっちり飲むようになると、薬の作用で体調が変わる方もいるので、注意が必要です。そのような状況を主治医と共有してお薬の調整をお願いすることもあります。

その方にかかわる人たちが「情報を共有しやすく、協力しやすい」方法を考えることが大切です。

**薬の飲めない方への訪問**



みんなで野菜を育てています

あかるい農村には小さな畑があり、1年を通して少しずついろいろな野菜を育てています。

昨年の秋に苗をたくさんいただき植え付けた玉ねぎが、大きく育ってたくさん収穫できました。春からはトマトナスなどの夏野菜、パセリやネギなども育てています。

畑の事でわからない事があると、利用者さんに伺いながら、一緒に手入れ等してもらっています。

インターネットで調べるよりも断然早く、長年の経験に基づいた知識を教えてください、ビックリすることも多いです。

野菜がおいしく実るのを楽しみに、育てていきたいと思えます!



**奈義ファミリークリニック**

クリニックの窓ふきを行いました



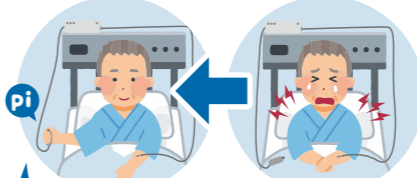
クリニックの建物の窓ふきをスタッフ全員で行いました。

手分けをして建物の中と外、両側から掃除し、綺麗になりました!

今後も皆さまが快適に過ごせる環境を維持していきたいと思えます。

**湯郷ファミリークリニック**

PCAポンプの勉強会をしました



痛みがあるとき、PCAポンプがあれば自己判断でボタンを押して鎮痛剤を投薬できます。



5月21日、スミスメディカル・ジャパン(株)の鈴木さんをお招きし、PCAポンプ講座を開いて頂きました。

PCA (Patient Controlled Analgesia) とは「自己調節鎮痛法」の略で、患者さんが鎮痛薬を必要と感じた時に自身でPCA ドーズボタンを押し、速やかな鎮痛が得られる方法です。

理想の鎮痛法として注目されています。

勉強会では、「PCAポンプとは?」プログラミングの基本操作説明「デモ機でプログラミング体験」という内容で色々と教えていただきました。

みなさん積極的に質問され、とてもいい雰囲気勉強会でした。

今回学んだことを、今後にいかせていきたいですね!

**津山ファミリークリニック**

七夕のお飾りを飾っています



クリニック内に七夕の飾りがお目見えしました。スタッフの願いごとや、話題のアマビエも吊るされています。

グリーンカーテンを育てています



道路に面した建物の壁ざわでグリーンカーテンを育てています。

あさがお・しかくまめ・きゅうり・ひまわりを植えて、かわいいきゅうりの赤ちゃん芽を出しています。

人と人の距離が空気がちな日々が続きますが、せめて目で見て皆さんに涼と癒やしをお届けできれば嬉しいです。



**97歳のAさんのこと**

4月末までは、ご家族の介助でトイレ歩行をされ、食堂に出て食事をされていました。天気の良い日は、ご家族の介助で外の椅子に座り、庭を眺めることもありました。

4月末に体調を崩され、自宅点滴や酸素治療を受けられました。体調は回復されましたが、足の力が弱られ、歩行はまだまだ無理そうです。(泣)

そこで、車イスをレンタルする事になりました。約6週間、ベッドの上の生活でしたが、以前のよう、食堂でご家族と一緒に食事ができ、外の景色を眺め、楽しめる時間が増えるのではないかと考えています。



\*新型コロナウイルス感染症の予防対策を徹底し、訪問をさせていただきます。

6月発刊分：6月に利用者様にお配りしたものを紹介します。

## おとなの学校新聞

Vol.105  
 津山市日本原 352  
 0868-36-3390  
 編集担当  
 入所スタッフ  
 発行責任者  
 森 夕子

### 母の日の

### イベント

5月12日に母の日のイベントを開催しました。  
 密にならないよう、まばらな状態での開催で、少しさみしく感じますが、スタッフの演出とメッセージカードに手作りのカーネーション、花のプローチを添えて、ひとりひとりにプレゼントがあり、楽しく過ごすことが出来ました。皆さまとても喜ばれ、感激して下さいました。



### 成果発表会

毎月、成果発表会があり、利用者様が過ごしてきた歩みの一つ一つを紹介しています。5月には今年100歳になった利用者様が、紙皿にペーパーを貼り、あじさいの花の作品を仕上げました。とても上手に出来ています。



田になみなみと水が張られ、いよいよ田植えの季節となりました。農家の方々は忙しい月になると思いますが、お身体に気をつけてお過ごしください。



### 6月行事予定

学校行事

16日(火) 成果発表会

季節行事

22日(月) 父の日



### 面会制限を解除しました

新型コロナウイルスの新規感染者数の増加に歯止めがかかり、6月には緊急事態宣言が解除されました。これを受けて、6月末からはおとなの学校でもご家族の皆様の面会制限を解除いたしました。利用者様に安心・安全に過ごしていただけるよう、引き続き感染対策に注意してまいりますので、ご協力いただけますようお願いいたします。



# リハビリテーション科

## T字杖の使用について



T字杖は「足の筋力が弱くなった場合の補助」・「足に痛みの軽減」・「歩行時の体の支持や、バランス補助」などを目的として使用します。実際に使用されている方が多い「T字杖」ですが基本的な使い方をご紹介します。

### 1 杖の高さ

杖の高さ(長さ)の計算方法は  
 $身長(cm) \div 2 + 2 \sim 3cm$

(例) 身長 150cm の方は  
 $150 \div 2 + 2 \sim 3 = 77 \sim 78cm$

簡単な目安(指標)として、ズボンの横ポケットの位置覚えてください。腰を曲げた状態で歩かれる方は、少し低めで調整しましょう。

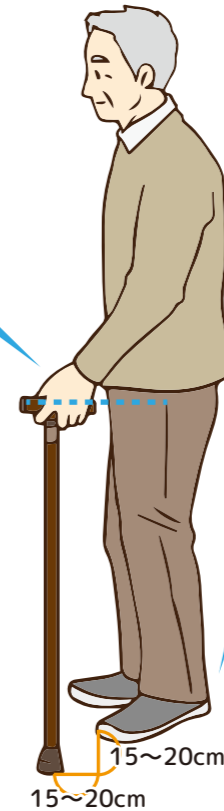
### 2 杖の持ち方

基本的に痛みがある方と逆の手で持ちます。  
 (※左足や左手に痛みなどがある場合は右手、逆の場合は左手で持ちます。)

### 3 杖をつく位置

杖を突く位置は、杖をついている方の足のつま先から前へ15~20cm、外へ15~20cmの場所が理想的です。

杖を出しすぎると、体が前かがみになりやすく、杖を正面に突きすぎると、杖を蹴ってしまうなど転倒に繋がる恐れがあります。



杖をうまく扱えないと、歩行時にバランスを崩したり、ふらついたりするなど転倒に繋がる可能性があるため、杖を選ぶ時には専門の職員にご相談ください。使用の際には持ち方・杖をつく位置などを意識しながら使用しましょう!

自宅でもできる

## One-point training Vol.74

ワンポイント トレーニング

### 【ボール挟み運動】

効果 太ももの内側の筋肉の強化・姿勢改善



- 1 椅子に腰掛け、両膝の間にボールを挟みます。
- 2 5秒から10秒かけて、挟んだボールを膝の内側でつぶすように力を加えていきます。
- 3 ボールを落とさない程度に力を緩めていきます。
- 4 ②、③の動作を5回から10回行います。

#### 《 応用編 》

ボールを挟んだ状態で足を付け根から持ち上げるように動かすと、膝の内側・足の付け根・腹筋などを強化することができます。余裕がある方はやってみてください。



※ボールがない人は、バスタオルを円状に巻いたものやクッションを使って代用できます。  
 ※動作時に膝や腰に痛みが出た場合や、体調が悪い場合は無理をせず、様子をみながら行って下さい。

# 知特コラム

## アレルギー性鼻炎と治療について

前回、新型コロナウイルスについてのお話にもあったように、咳エチケットの大切さを体感されている方も多いのではないのでしょうか。そんな中、アレルギー体質の方は、花粉の時期であることも重なり、疑いの目で見られて大変な思いをされた方もいらっしゃるかと思います。今回は、アレルギー性鼻炎とその治療についてお話しします。

### アレルギー性鼻炎って？

アレルギー性鼻炎には3つの代表的な症状があります。

- ★くしゃみ（突然でくりかえすくしゃみ）
- ★はなみず（水うぼくて透明）
- ★はなづまり

症状の始めは、風邪と区別がつかないことも多くあります。

### アレルギー性鼻炎の原因は？

アレルギーの原因物質のことを「アレルギー」と呼びます。

アレルギー性鼻炎の主なアレルギーは、ハウスダストに含まれるダニ、花粉（スギやブタクサなど）またはカビ類です。



### 診断はどつするの？

血液検査や皮膚にアレルギーを入れるプリックテストというものがありますが、一般的には症状や経過を参考にしながら、風邪と区別をしてアレルギー性鼻炎の診断をします。

### 治療法は？

アレルギーを吸い込まないように生活するのが一番です。例えば、ダニが原因であれば掃除をこまめにする、花粉が原因ならマスクやメガネで対策をするなどあります。しかし、そうとばかりもいかないのが辛いところですね。

一般的にはアレルギー症状を抑える飲み薬、鼻や眼の症状を和らげる点鼻薬や点眼薬が使用されます。

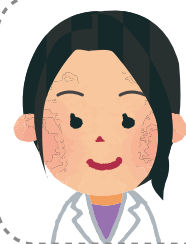
もうひとつ、最近広まってきている治療法があります。それが『舌下免疫療法』です。

### 舌下免疫療法（ぜっかめんえき）って？

アレルギーを少量ずつ、毎日飲むことで、身体をアレルギーに慣れさせていく治療法です。

今までは注射薬や液体の薬でしたが、錠剤になって飲みやすくなり、安全性も上がっています。3〜5年と長い期間内服が必要ですが、効果は長く続くといわれています。

現在、スギ花粉症・ダニ通年性アレルギー性鼻炎に対して、この治療が可能です。



今月のコラム担当は

津山 ファミリークリニック

医師 齋藤 真夕水  
さいとう まゆみ

日常生活に大きな影響を与えるアレルギー性鼻炎。そのつらさを和らげるために、いつでも相談に来てください。

舌下免疫療法は、奈義・津山ファミリークリニックで可能です。(2020年7月現在)

## 新入職員紹介

6月1日  
入職

山本 理恵  
(やまもと りえ)  
日本原病院 栄養課

6月1日  
入職

浅野 真奈美  
(あさの まなみ)  
リハビリテーション課

6月1日  
入職

廣岡 恵  
(ひろおか めぐみ)  
薬剤課

スマイル・フォー・ユー  
**SMILE 4 U**  
2020年7月号 (Vol.64)

発行者：社会医療法人 清風会 森 崇文  
企画・編集：法人事務局  
発行元：〒708-1204 岡山県津山市日本原352  
TEL/0868-36-3311 FAX/0868-36-6195

清風会会報「SMILE 4 U」に対するご意見・ご感想  
・掲載してほしい話題など何かございましたら、  
お気軽に法人事務局までご連絡ください。  
(内線 140) ☑ info@smc-seifukai.or.jp