

6  
月  
号

# HIRAKU

住み慣れたまち。ここで、一緒に、自分らしく。

 社会医療法人清風會 月刊広報誌 Vol.15



清風會の知っとる？

お子さんの自律を支える  
言語聴覚士と理学療法士の挑戦

みんなのギャラリー作品募集中！詳しくは15ページへ！



0歳から100歳まで支える  
清風會が行っている自律の支援は決して高齢者に対してだけではない。  
例えばことばの発達や運動に不安のあるお子さんの指導もそのひとつ。  
年齢や性別、生活する環境は関係なく清風會はみんなを支えます。

社会医療法人清風會 広報



## 04 清風會の知っとる? お子さんの自律を支える 言語聴覚士と理学療法士の挑戦

「ことばが出てこない」「運動が苦手」そんな悩みに対して  
言語と運動の専門家が立ち上がる。

## 06 ワンポイントトレーニング みんなで健康！バスタオル体操

清風會のリハビリセラピストが毎日できる簡単な  
トレーニングを解説します。

## 07 ドクターコラム へビにかまれたら？

湯郷ファミリークリニック 玉井 友里子

## 08 栄養だより 歯の健康を保つ食生活

8020運動「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう！」

## 10 訪問看護ステーション あゆみ あゆみの歩み

## 12 おとなの学校新聞

## 13 各部署からのお知らせ

## 14 医療と介護のフォトギャラリー「ヒトトキ」

## 15 PICK UP! INFORMATION 「みんなのギャラリー」

## 月刊広報誌 **HIRAKU** とは…

医療・介護・リハビリテーションなど、さまざまな方向から皆さんを支え、様々なことに挑戦し続けていきたいという気持ちを込め「拓く」という言葉から、この名前を考えました。



日本原病院ではことばの遅れが心配なお子さんに対して、ことばの練習・指導を行っている。「まわりの子はたくさんお喋りするのに、うちの子はワーワーしか言えないんです」「検診の時にことばの発達について指摘をされたんですけど」我が子の成長を心配するご家族から日々相談が寄せられている。また最近では運動が苦手なお子さんに対して体の使い方などの指導も始めた。今回はそんな『お子さんの自律を支える活動』について取材を行った。

言語聴覚士と  
理学療法士の挑戦

お子さんの自律を支える



取材対象者

日本原病院 言語聴覚士  
平尾 由美

02

言葉の便利さを  
知らない

「やりとりが苦手なお子さん  
って、言葉をあまり便利だ  
って感じている感じのなか  
なあって思っています。」この観  
点には驚いたが、確かに説明  
がつく。  
例えば、自分が「これちよ  
うだい」と言わなくても欲しい  
ものが出てくる環境に長くと  
ると、言葉が必要ではなくな

日本原病院の言語聴覚士である平尾は「ことばの発  
達についての検査」を元に、お子さんやご家族との  
面談の中で、どの要素がそのお子さんに必要なか  
を考え「ことばの練習・指導」を行っている。

- ・ことばを聞き分ける力
- ・言われたことを理解する力
- ・発声するための力
- ・話したいという欲求

ことばの発達にはいろいろな要素が影響をしており  
大きく分けると次の4つに分類される。  
うに話ができるようになってくる。

01

まわりの子は  
喋っているのに

子どもは生まれてから周りの  
人のことばを聞き、日常の経験  
と対応させながらことばを覚え  
ていく。年齢ごとの段階があ  
り、もちろん個人差はあるが1  
歳頃に「まんま」「ブーブー」  
など意味のある単語を使って一  
語文を話し出し、2歳頃には  
「これ、ちようだい」など2  
つの単語を使って文章のよ

ってくる。お父さんやお母さんが子供のことを理解  
して先回りして対応しすぎることによって、自分の  
気持ちを伝えなくてもわかってくれるという状況に  
なっていくという。

感覚的なコミュニケーションは家庭内では有効なの  
かもしれないが、社会に出ると通用しない。だから  
こそ平尾は面談時に家族とのコミュニケーションを  
重視している。

「面談は大体1時間  
枠ですけど、大半は  
お父さんやお母さん  
に普段どんな様子か  
を伺いながら、それ  
ってこうやったらう  
まくいくんじゃない  
とかの提案をさせて  
もらう時間にしてま  
すね。お子さんの集  
中できる時間は10分  
くらいのことが多い  
ので。」

1時間みっちりこと  
ばの練習・指導を行  
うよりは、お子さん  
が多く時間を過ご  
す家庭の環境を理解  
し、必要な対応につ  
いての指導を大切に  
している。子供のこ  
とばの練習・指導に  
はやはり家族の協力  
が不可欠だ。



## 03 マスクをとって

「お子さんって目から得ている情報が強いんです。例えば英語とかでもリスニングだけで発音を一生懸命しようとするけど舌の動きを実際見ないと難しいですよ。舌の動きの勉強が発音には必要で、お子さんは目でそれを見て真似してるとんですよ。」マスク生活が長く続いたことで発音が誤っているお子さんが多い印象を受けているという。特に今2〜5歳あたりのお子さんについてはマスクを外して口を見せた状態で話してあげること、発音を改善させることが多いそう。

## 04 なんで噛みつくの？

「自分の要求を伝える手段が言葉ではなくて手が出ちゃうってお子さんも多いですね。」お子さんが保育園で友達に噛みついてしまったり、叩いてしまったりという経験をしたことのあるご家庭も多いのではないだろうか。これは言葉の有効性が理解できていないことがひとつの要因だ。そんなお子さんに対してのトレーニングの一例を紹介してくれた。

「ちよっと意地悪なんですけど、わざとおもちゃを取り上げるんですよ。そうすると無理やり取るうとするので『ちよっさいって言ったらあげるよ』って伝えてちやんとやりとりをしたらもらえるっていうのを覚えてもらいます。」お子さんに対しては実際の体験が非常に大切だ。面談時の指導に加えて、ご家族にも普段の接し方についてのアドバイスを行っている。

## 05 運動も大切

「言葉の指導で来られているお子さんの運動面がちよっと気になった時に理学療法士に診てもらったんです。やっぱり運動って喋ったりする筋肉にも影響していて、今までは言語は言語、運動は運動って考えていたのが、なるほど言葉の発達って言語も運動も必要なんだ、二つのバランスって大切だなんて思ったんですよ。」岡山県北ではお子さんの運動や言葉の指導を行っている施設は限られてくる。重度の脳性麻痺やダウン症、明らかに小さな頃から運動が難しい人の多くは県南に行かれていくケースが多いという。

平尾は県北での環境が整っていないことから「ちよっと不器用」「ちよっと転びやすい」といったお子さんに対しての指導が行えていないことに危惧を感じている。運動が苦手なお子さんは発達障害がベースにある可能性がある。お子さん本人にとってもやりにくさをずっと感じているはずだ。



「足が遅かったり縄跳びがいつまでもできないのを、苦手だからで済ませてしまうのか、ちゃんと体の使い方のコツを教えるか、かかどホントに変わってくるんですよ。大人になっても運動神経が鈍いっていう劣等感を感しながら生きていくのではなくて、自分の体の使い方っていうの

をちよっさい時にうまく覚えておいて、あとは成長をしていきながら使い方がうまくなっていくと、運動神経での劣等感を感ぜないようになれるのかなって思っています。」

日本原病院では理学療法士2名体制で、お子さんの運動に対する指導を始めた。「発達障害ってやっぱり使い方がうまく行かなかったりインパクトはできるけどうまくアウトプットできないっていうのがベースにあるのかなって思うんです。」言語聴覚士と理学療法士が連携することと体の使い方の指導をきっかけに、これからは『お子さんの自律を支える活動』を行っていく。



### インタビューを終えて

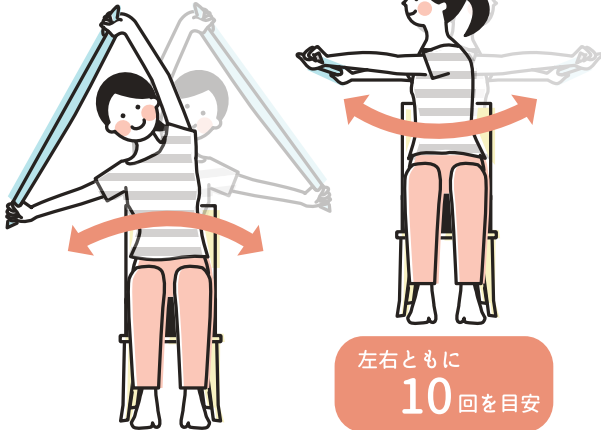
自身にも2歳になる子供がいるため、言葉が出なかつたり体の使い方が苦手となった時にどうしようかと不安になる気持ちは痛いほどわかります。誰もが我が子の明るい未来を願っていると思うので、心配事がある方は一度相談をしてみたいです。自身の子供に対する家庭環境を見直すきっかけにもなりました。

法人事務局 広報 松久 勇輝

## みんなで健康!バスタオル体操

### ① 捻り・側屈の運動

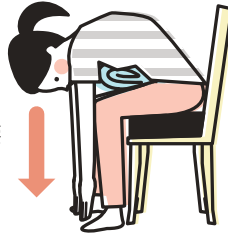
- ①両手を肩幅程度に開きピンとはりながらタオルを握ります。
- ②両手を上げて背筋を伸ばし、体を左右に倒します。
- ③両手を前に戻し上半身を左右に捻ります。



左右ともに  
10回を目安

### ② 腰丸めストレッチ

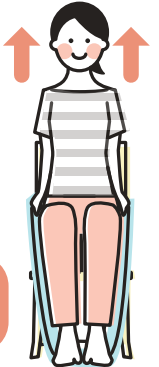
- ①おへその下に丸めたタオルを置きます。
- ②ゆっくり体を前に倒し、腰が伸びていることを意識しながら両手を足先に向かって伸ばします。



10秒間×5回

### ③ 肩のひっぱり運動

- ①タオルの端を持ち、真ん中を両足で踏みます。
- ②肩と首まわりの筋肉を意識しながら上に引っ張ります。



10秒間×5回

### ④ 足首伸ばし

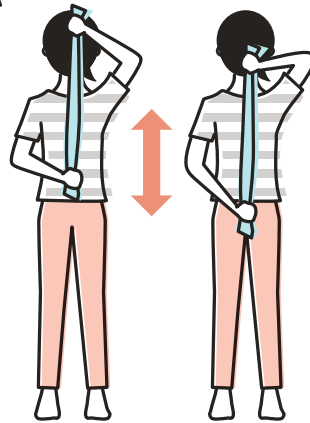
- ①タオルを足の指の付け根あたりで踏みます。
- ②背中が丸くならないように気をつけながら上に引っ張ります。



15秒間×3回

### ⑤ 背中洗い

- ①タオルを背中に回し左右どちらかの手を上にして頭の後ろと腰の後ろで掴みます。
- ②背骨に沿うような感じでタオルを上下に動かします。



左右ともに  
10回を目安

### ⑥ 肩伸ばし

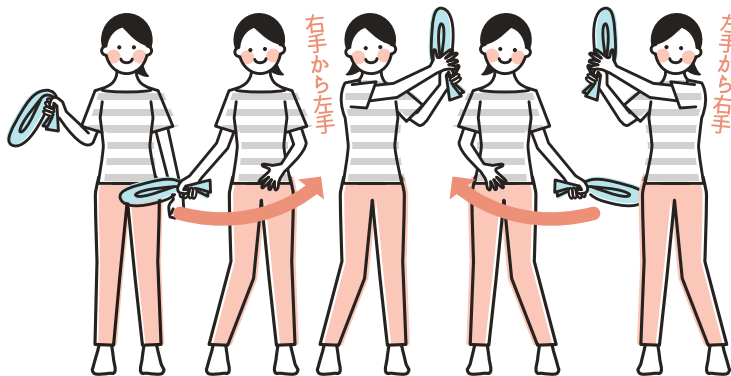
- ①両手を上げ息を吐きながら左右どちらかの腕を曲げ下の手でタオルをゆっくり斜め下におろし引っ張ります。
- ②腕をおろすときに肩甲骨が引っ張られる感じを意識します。



左右交互に繰り返す

左右ともに  
10回を目安

### ⑦ テニス体操



- ①タオルを2つ折りにして片手で持ちます。
- ②テニスのラケットを振るように体重移動しながらタオルを振ります。タオルは交互に持ち替えながら下から斜め上に向かって振ります。

10回を目安

日本原病院では月に一度「LIFE99(ライフフクロウ) 65歳からはじめる健康セミナー」というイベントを開催しております。今月はイベントでご好評いただいているバスタオル体操をご紹介します。簡単に日常に取り入れやすいトレーニングですので、家事や畑仕事などの途中で姿勢をリフレッシュする際など、ぜひご活用ください。イベント詳細につきましては、15ページをご覧ください。

～ リハビリセラピストのつぶやき ～

今月の担当：作業療法士 川田将幹



どの動きも呼吸を止めないように心がけましょう。  
反動をつけずに、ゆっくり大きく動かすと血行がよくなります。



# 「へび」にかまれたら？

湯郷ファミリークリニック

玉井友里子



## 「へび」にかまれた時の対処法

- 1 へびから安全な距離をとる。  
(つかまったり棒をついたりしない。)
- 2 指輪をはずしきつい服は脱ぐ。
- 3 かまれた場所はゆるく固定。
- 4 かまれた場所は心臓と同じ高さにする。
- 5 仰向けになる。  
(吐いたり血圧が下がったりすることがあるぞ。)
- 6 病院に受診する。

※強く縛る、切開する、吸引する、冷やすことはお勧めしません。

## 「へびの見分け方

毒をもったへびは **マムシ** と **ヤマカガシ** が主です。冬は冬眠していますが、暖かくなると活動しはじめます。  
日本ではマムシにかまれることが年間 **20000** ～ **30000** 件あります。納屋で物を取ろうとしたとき、草むらで犬と散歩しているときなどに、手足をかまれることが多いようです。

## 「へび」にかまれなかったために

へびがいそうな場所で、散歩したり作業したりするときには気を付けましょう。

・ **散歩時は、はだしやサンダルで歩かない。**

・ **作業時は、厚めの手袋、ゴム製の長くつを着用する。**

★参考サイト

「ジャパン・スネークセンター」  
<https://www.snake-center.com/>



へびだけでなく、いろんな虫・動物に注意する季節になりました。暑くても作業時は長袖、長ズボンを！



# 栄養だより

第100回テーマ



歯の健康を  
保つ食生活

紫陽花が色づきはじめ、雨の日が多い季節になりました。

朝夕が冷え込む日もありますが、皆様はいかがお過ごしでしょうか？6月4日は「6(む)4(し)」の語呂合わせで「虫歯予防の日」と言われおり、6月4日～10日までの1週間は「歯と口の健康週間」になっています。そこで、今月は歯の健康を保つ食生活についてご紹介します。

## 8020 運動を知っていますか？

6月4日は

虫歯予防デー

Q **8020** 運動とは…

A 『**80歳**になっても**20本以上**自分の**歯**を保とう』という運動

人間の永久歯は28本で親知らずを加えると32本の歯があります。

その中で**20本以上の歯があれば、食生活にほぼ満足**ことができると言われています。そのため、「生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わえるように」との想いを込めて日本歯科医師会を中心に取り組みが進められています。

### 18本～28本



- フランクパン
- たくあん ●おこわ
- タコやイカのお刺身



### 6本～17本



- 薄焼きせんべい
- かまぼこ ●れんこん
- 厚切りのお肉 ●金平ごぼう



### 0本～5本



- バナナ
- うどん
- ナスの煮浸し



歯の本数が減っていくと噛んで食べることのできる食べ物の種類が減っていきます。20本以上の歯があればフランクパンやタコなど硬い食べ物は何でも食べることができます。5本以下になってしまうとバナナやうどんなど柔らかい食べ物しか食べられなくなってしまいます。

皆さんも歯の本数を数えてみてどんな食べ物が食べられているか、食べられていないかを調べてみましょう。





# 歯の健康を保つ食生活

## カルシウム (牛乳・乳製品・小魚など)

歯の形成に必要不可欠！

カルシウムは歯の再石化（歯の修復）を促してくれる働きがあります。

ビタミンD（きのこ、小松菜等）と一緒に摂ることでカルシウムの吸収を促進してくれます。

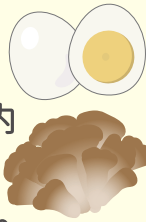


## ビタミンB群

(レバー・魚肉ソーセージ・卵・まいたけなど)

粘膜の健康維持に必要不可欠！

特にレバーや卵に豊富に含まれるビタミンB2は不足すると口角炎・口内炎など口腔内のトラブルを招くので、しっかり摂取するようにしましょう。



## ビタミンA

(にんじん・レバー・しそ・モロヘイヤなど)

歯の表面（エナメル質）を強くしてくれます。



## カテキン (緑茶など)

殺菌・抗菌作用があり、虫歯・口臭予防の効果があります。



## 繊維の多い食べ物

(にんじん・ごぼう・キャベツなど)

よく噛んで食べることで唾液の分泌を促し、歯の表面に付着した菌や付着物を除去してくれます。また、顎の筋肉を動かすので顎の発達につながります。



## POINT

食べ物以外にも、毎食後に歯磨きを行い口腔内を清潔に保つことが大切です。

外出などで歯磨きが難しい場合は、うがいをして口の中に食べかすを残さないようにしましょう。

だらだらと食事やお菓子を食べてしまう人は口の中が常に汚れており、虫歯や歯周病になるリスクが高いです。また、常に血糖値が高い状態なので生活習慣病にかかりやすくなります。歯の健康を保つことが自分自身の健康を維持することに繋がるので気をつけましょう。



## 混ぜて冷やして超簡単 和スイーツ ほうじ茶プリン



## POINT

お茶に含まれる「カテキン」には虫歯・口臭予防の効果があります。

## 材料 5人分

- ◆ほうじ茶 \_\_\_\_\_ 10g
- ◆牛乳 \_\_\_\_\_ 300g
- ◆生クリーム \_\_\_\_\_ 100g
- ◆砂糖 \_\_\_\_\_ 35g
- ◆粉ゼラチン \_\_\_\_\_ 5g
- ◆飾り付け — ホイップクリーム、みかん缶など

## 作り方

- ① ゼラチンを少量の水でふやかす。
- ② 鍋にほうじ茶と砂糖と牛乳を入れて火にかける。ふつふつしてきたら弱火にして混ぜながら2分ほど煮出す。
- ③ 茶こしでこし、溶かしたゼラチンを加える。あら熱が取れたら生クリームを加える。
- ④ 氷水を当て、混ぜながら冷やす。とろみがついてきたら器に分け、冷蔵庫で冷やし固めて、できあがり。

栄養課では、病気との付き合い方を提供する栄養指導をしています。詳しくは外来まで。

# あゆみの歩み

寒い冬が終わり、あっという間に暑い日差しを感じる時期となりました。草木があたたかな日差しを浴びぐんぐんと成長し、庭の草が気になると口にされる方も多いのではないのでしょうか。気持ち良い気候を肌で感じ体も心もリラックスして日々過ごしていきたいですね。

## 「看護の日」とは…

近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、5月12日に制定されました。1965年から国際看護師協会（本部：ジュネーブ）はこの日を「国際看護師の日」に定めています。

5月12日は



看護の日

看護の心をみんなの心に

# 2023.5.12は 看護の日 でした。



## 特集 訪問看護の7つの役割

**訪問看護の役割**

訪問看護とは、お住まいを訪問し、療養生活を送っている方の看護を行うサービスです。ご本人やご家族の意思・生活を尊重し、安心して生活できるよう予防から看護まで支えます。



**療養生活の相談**  
悩み・不安・看護・介護方法・住宅に関する事などの相談



**健康状態の観察**



**主治医の指示による医療処置・管理**  
カテーテル・呼吸器・在宅酸素・創処置・点滴等



**ターミナル（終末期）ケア**  
痛みの緩和・精神的援助・看取り



**自宅でのリハビリテーション**



**日常生活の看護**  
入浴・拭拭・洗髪・食事・排泄の介助



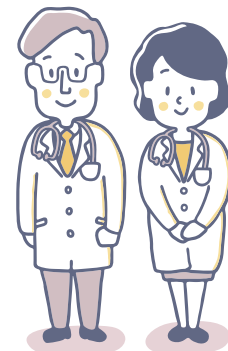
**薬の管理・症状に対する対応、療養上の事故防止などの助言**

## 特集 訪問看護の役割について

訪問看護では「何をしてくれるの?」と聞かれることがあります。訪問看護とは、看護師やリハビリ専門職がお宅に訪問し、病気や障害に応じ看護を行います。健康状態の悪化防止や回復、生活の支援を行います。

主治医の指示による医療処置や自宅で最期を迎えたいという希望に沿った看護も行います。こんなこともできるの?私の場合はどうだろう?と思われることもあるかもしれません。聞いてみたい事やお困りの事があれば、お気軽にスタッフや担当ケアマネジャーまでご相談ください。

お困りのことがあれば  
ご相談ください



## 特集 訪問看護の日々のケア紹介

### 入浴の介助

病気や障害をお持ちの方に対し体調観察を行い、利用者さんに応じた方法で入浴の介助を行います。その日の体調によっては入浴を行わないと判断することもあります。入浴方法をシャワー浴や清拭に変更することも訪問看護での大切なケアのポイントです。入浴といっても、自宅では浴室、脱衣所と環境は様々です。また、利用者さんの体の動きも違います。その人に合った福祉用具を利用し「楽に、気持ちよく」入浴できる方法を提供しています。下の写真は、3人の利用者さんが実際に利用されている福祉用具です。参考にしてみてください。



シャワーチェアを利用し、自室から浴室への移動が楽に行えます。

シャワーチェア・グリップ・浴槽内滑り止めを使い、ご自身で移動するお手伝いをします。



その人に合った  
入浴介助を!



手すりの近くに、背もたれ、肘おき付バスチェアを設置し、洗体時も安定し呼吸も楽に行うことができます。

# おとなの学校新聞

Vol.140

介護老人保健施設  
おとなの学校  
岡山校

津山市日本原 352  
0868-36-3390  
編集担当  
アビースタッフ  
発行責任者  
森 夕子

## 成果発表会に向けて セラピードッグ 「はる」との取り組み



ワンワン

おとなの学校岡山校では入所をされる時に目標を定めます。そして退所時に行う成果発表会でのような取り組みが出来たかの発表を行っています。

セラピー犬はると利用者さんの歩行練習の様子です。最初は利用者さんとはるの呼吸が合わず、歩き出すタイミングがずれてしまい、進む速度もバラバラでした。利用者さんとはるの呼吸を合わせるためには、利用者さんははるを、はるは利用者さんを意識することが大切です。



セラピー犬 はる

GO! GO!



歩き始める前には「名前を呼んでおやつを与える」普段ドッグセラピストが行っていることと同じコミュニケーションを利用者さんにも取って頂きました。また、はるが歩く準備ができるまで待つて頂きました。継続して行ったことで、利用者さんははるを気にかける、はるは利用者さんが気にかけて歩くことができました!

ワンダブル!

## 6月行事予定

- 7日(水) お楽しみ会
- 9日(金) 父の日イベント
- 13日(火) 美容講習
- 15日(木) お楽しみ会
- 26日(月) 美容講習
- 27日(火) もりの音楽隊



そして利用者さん自ら、麻痺のある左腕を動かす、おやつがどちらの手にあるのか、はるとコミュニケーションを取ってくださいました。普段ご自身で左腕を動かす様子は見られないため、「はるとの関わりで「瞬間で動いた」瞬間でした!



小規模多機能型居宅介護事業所  
**あかるい農村つやま**

## 利用者さんと一緒に料理

利用者さんがより活動的に楽しみを持って生活して頂けるよう、一緒におやつ作りや料理を楽しんでいます。「よもぎ団子」「クッキー」「ピザ」等を作りましたが、皆さん積極的に参加してください、中には「こういうところに来て料理したりできるとは思わなかった」「今日は何かすることないの?」とあかるい農村に通う目的になって喜んでいる方もおられます。職員も「次は何をしようか?」と次々と企画をしているところです!



梅雨 医師  
**奈義**  
ファミリークリニック

## 梅雨の時期の体調不良について

梅雨入りの時期になりました。この時期に起こりやすい体調変化についてお話ししましょう。

人の身体には元来、「ホメオスタシス」という、気温の変化に合わせて体温調節をする性質があります。梅雨の時期は気温が不安定で寒暖差が激しく、湿度が高いこともあり、ホメオスタシスがつかないか、発汗・発熱作用がうまく機能しなくなることがあります。その結果、「身体のだるさや疲れ」「頭痛」「食欲不振」「気分の憂鬱」といった症状が現れ体調を崩してしまうというメカニズムとなっています。気温差に対応できる服装、質の高い睡眠、バランスの良い食事などで健康管理に十分気を配り、元気に梅雨を乗り切りましょう。



ケアプランセンター  
**ほつとスマイル**

## 介護保険の申請方法について



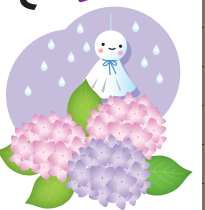
### 申請先は市町村の窓口

介護保険の利用を考えている方は、市町村の窓口へ届け出ます。介護に関する困りごとは、『地域包括支援センター』が最初の相談窓口としての役割を担っています。

### 申請のタイミング

要介護認定の申請は、自宅での生活が難しくなった時や、病院を退院後の暮らしに不安を覚えた時に申請するケースが多いです。決まったタイミングはありませんので、本人または家族が必要だと感じた時に申請をおすすめします。

介護サービスの利用を希望される時には、ご希望を叶える為にお手伝いさせていただきますので、ご相談ください。



訪問看護ステーション  
**あゆみ**

## 春の日差しにさそわれて…

あたたかな日差しの中、セニアカーに乗り散歩をされている利用者さんを発見。週に3回、体調管理とリハビリのため訪問しています。

足が痛い、動くと呼吸が苦しくなるなどの症状がありながら、セニアカーに乗り1時間程度周囲を散歩して回られます。「散歩をしたほうがええな」と表情よくお話ししてくださいます。

疾患を抱え、動きにくさやしんどさも日によって違うなか「自分のペースで出来る方法で」と工夫され生活されています。「ここにおりたい。でも、家族に面倒をかけたくない。」と思いを口にされます。今できることをできるだけ続けていけるよう、体調・薬・便のことなど何でも相談できる関係でいられるように、利用者さんの思いを尊重し関わらせていただいています。

家族の手や在宅サービス支援を受けつつ、家族の一員として自分ができることをする。清風會の基本理念「住み慣れたまち。ここで、一緒に、自分らしく。」そのものの生活を

活をされています。イキイキとした表情を見てこちらまで元気をもらいました。





ヒトトキ

「ヒト」の「トキ」を感じる  
医療と介護のフォトギャラリー



## 耳鼻科 予約制

診察日時

6月10日(土) 9:30~11:00  
6月24日(土) 9:30~11:00

窓口に順番を取りに来られる場合…午前8:00~11:00  
電話で順番を取られる場合……………午前8:30~11:00  
※診察時間は9:30からです。



## 眼科 予約制

診察日時

毎週 火曜・金曜  
午前 10:00~11:30  
午後 14:30~17:30

診察前日までに受付窓口もしくは  
電話でご予約ください。



注目記事

## みんなのギャラリー

読者投稿ギャラリー



返納し  
孫の車を  
買わされる

千年の  
銀杏が杖を  
ついている

作品紹介

「千年の銀杏が杖をついている」という作品は、古くからある立派な銀杏の木が杖をついているように見えて「杖つくのが恥ずかしいとか、歳をとってしまうことを嘆いてしまいがちだけど、あんなに立派な木でも杖をつくわけだから気にしなくていいじゃないか。」という気持ちを込めて詠まれたそうです。



今回の広報誌掲載に関して「みんなが笑顔でいてくれることがとても嬉しくて、川柳なら1日でも作れますから、ぜひ協力したいなと思って。」と快く受け入れてくださいました。ユーモアを携えて生きる丸橋さんのあたたかな人柄が読者の皆さまにも伝わると嬉しいです。

ペンネーム：丸橋 野蒜(まるはしのびる)

みんなのギャラリーは作品を随時募集しています

作品応募方法▶ ☎0868-36-3622 もしくは スタッフ まで

お気軽にご応募ください

応募者全員プレゼントあり

24±  
無料要予約

LIFE65(ライフロクゴ)

65歳からはじめる、健康セミナー

みんなで健康!バスタオル体操

日時/6月24日(土) 14:00~15:00(受付13:45~) 料金/無料  
場所/日本原病院内 リハビリルーム 定員/10名(要予約)  
申込/清風會イベント予約窓口 ☎0868-36-3622



月刊広報誌 HIRAKU バックナンバー



HIRAKUのバックナンバーをご用意!  
特集をさかのぼってチェックできます。

バックナンバーは清風會の施設でも配布しています。詳しくはスタッフまでお声がけください。



<https://www.smc-seifukai.or.jp/nhbhp/hiraku/>



おとなの学校  
ドッグセラピーチーム  
アビー

Instagram始めました

日々のセラピー活動の様子やトレーニングに役立つ情報をお届けします。

@otonanogakkou\_aby





## 日本原病院

TEL:0868-36-3311 FAX:0868-36-6195



〒708-1204

岡山県津山市日本原 352 番地

(中国縦貫道津山インターチェンジから国道53号線を  
鳥取方面へ車で約15分、日本原交差点右折後すぐ)

診察 (受付)	午前 9:00~12:00 (8:30~11:30)	午後 15:00~18:00 (14:30~17:30)
------------	-------------------------------	---------------------------------

診察日		月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	×	○	○	×



## 併設事業所

介護老人保健施設

おとなの学校岡山校

TEL:0868-36-3390 FAX:0868-36-3362



短時間通所リハビリ

コロバン道場 日本原

TEL:0868-36-8687



小規模多機能型居宅介護事業所

あかるい農村つやま

TEL:0868-36-3566 FAX:0868-36-3766



訪問看護ステーション

あゆみ

TEL:0868-36-6366 FAX:0868-36-6376



ケアプランセンター

ほっとスマイル

TEL:0868-36-3382 FAX:0868-36-3383



## サテライトクリニック

奈義 ファミリー  
クリニック

TEL:0868-36-3012  
FAX:0868-36-6435



〒708-1323

岡山県勝田郡奈義町豊沢 292-1



湯郷 ファミリー  
クリニック

TEL:0868-72-0531  
FAX:0868-72-0801



〒707-0062

岡山県美作市湯郷 815-6



津山 ファミリー  
クリニック

TEL:0868-26-2221  
FAX:0868-26-5551



〒708-1125

岡山県津山市高野本郷 1279-28



僻地診療所:美作市立英田診療所、栗井診療所、梶並診療所、鏡野町立奥津診療所、西栗倉村立西栗倉診療所にも医師を派遣しています。

# HIRAKU

R5年6月 vol.15

発行責任者

理事長  
森 崇文

清風會では家庭医療を行っており、0歳から100歳まで幅広い疾患に対応することができ、総合診療医が在籍しています。今回「清風會の知ってる？」ではお子さんに對することばや運動の指導についての取り組みを紹介させていただきました。この取り組みは現場スタッフがご家族からのご要望を伺いながら自然と立ち上がってきただけです。清風會ではこれから地域の状況や、患者さん利用者さんご家族からのご要望を伺いながら様々な取り組みを行えるよう挑戦を続けます。

《編集後記》