



since1954

のむらだより



発行所 ● 医療法人社団 秀和会 野村医院 〒660-0823 尼崎市大物町1丁目9-25 TEL:06-6481-4207 FAX:06-6401-6392 <http://www.shuwakai-nomura.or.jp/> 発行人 ● 笠井 裕美

ことは

2023年
大正112年
昭和98年
平成35年
令和5年
卯年



新年のご挨拶



医療法人社団 秀和会

理事長 檜垣 一行

新年あけましておめでとうござ
います。

新型コロナウイルス感染症の発
生から、今年で三年になります。

この間、野村医院では地域の診療
所として、この新型コロナウイルス

スとどのように向き合うか模索し
てきました。特に、昨年の夏の第

七波では、発熱患者さんの電話が
朝から鳴り止まず、通常診療の中、

電話対応・PCR検査・結果
説明・陽性者の保健所への届け出

など、大変な状況が続きました。
PCR検査の結果は翌朝にFAX

で届くことが多いため、午前の診

療前に患者さんに順に電話で結果
を説明しました。コロナ陽性患者

さんは、症状が落ち着くまで繰り
返し電話で対応してきました。ま

た、症状が悪化傾向の人は往診・
訪問看護へとつないでいくこと

で、一人の取りこぼしもないよう
努めてきました。昨年の夏は職員

も大変だったと思います。

昨年より、「訪問看護ステーション
のむら」は二十四時間体制に移

移行し、そのことでコロナ感染患
者さんにも積極的に訪問すること

ができました。また、当法人の介
護施設である「地域生活支援ハウ

スのむら」でも、利用者さんが安
心して過ごせるよう徹底した感染
対策に取り組んできました。さら
に、新型コロナウイルスに対する
ワクチン接種も積極的に取り入
れ、かかりつけの患者さん以外に
も多くのの方に接種に来て頂きま
した。

昨年の新年の挨拶では「新型コ
ロナウイルスはこのように変異を
繰り返しますが、最終的にはウイ
ルスの進化の最終段階である毒性
が低く宿主と共存できる風邪のよ
うなウイルスに変異することを期
待しています」と述べましたが、
その状況に近づいており、以前の
ような日常を取り戻しつつあるよ
うに思います。

昨年は、平和や命の大切さを実
感する一年でしたが、コロナの時
代を共に生きて、地域で少しでも
お役に立てるように努めていきたく
と思います。今後とも何卒宜しく
お願い申し上げます。

賀正

本年も
どうぞよろしく
お願いいたします

二〇二三年 元旦

医療法人社団 秀和会

野村医院

訪問看護
ステーション
のむら

地域生活
支援
ハウスのむら

一同



健康を願う

みさき漁



2023

あけましておめでとうございます 卯

今年も地域のみなさんの声に耳を傾け
職員一同がんばります



野村医院

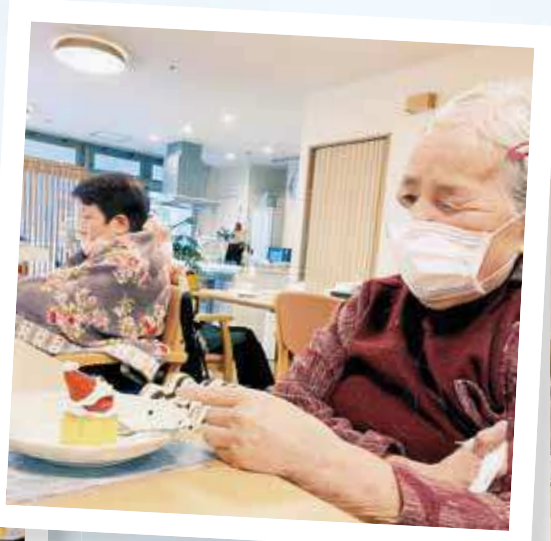
のむらカフェ サンタカップケーキ

昨年の十二月十二日（月）に、クリスマス月
にちなんで、イチゴのサ
ンタがのったカップケー
キをおやつに提供しまし
た。

食べるのがかわいそう
という声が聞こえてき
て、笑顔でうれしそうに
サンタを見つめるひと時
に「ほっこり」させてい

ただきました。イケメン
サンタがいたのですが、
誰のところに届いたので
しょうね。

厨房 光永 明美





医療



小規模多機能型
居宅介護のむら



訪問看護ステーションのむら



今年も医療と介護・福祉の一体支援を
さらに充実できるように取り組んでいきます

地域生活支援ハウスのむら



ケアプランセンターのむら
地域生活支援・地域交流



厨房



デイサービスのむら



New
Face

新入職員紹介



送迎運転手

きしだ とくゆき
岸田 徳幸

はじめまして、昨年八月より患者・利用者の方々の送迎をさせて頂いております、岸田徳幸と申します。尼崎の土地勘はほとんどなかったのですが、安心して乗って頂けるように心掛けますので、よろしくお願い致します。

栄養ニュース -255-

野菜から食べましょう

管理栄養士 笠井 裕美



食べましょう。

野菜は一日350g以上食べましょう。一食で生の野菜なら両手一杯の量、加熱した野菜なら片手一杯の量が目安です。野菜を食べ終えたら、肉類、魚介類、大豆製品、卵、乳製品などのたんぱく質の多いおかずを食べましょう。最後に、ご飯、パン、うどん、スパゲティなどの炭水化物を食べましょう。

食べる順番を野菜からにすることは、血糖値への影響だけでなく、コレステロールの吸収も抑えてくれます。

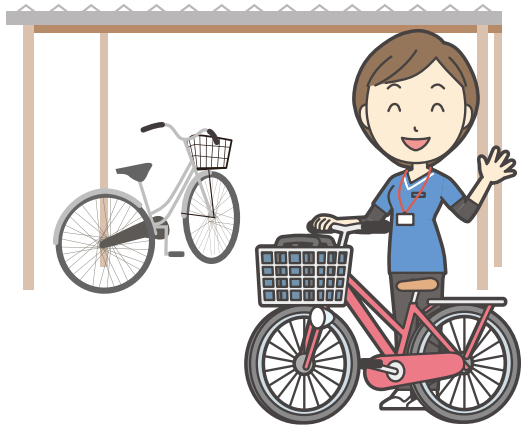
野菜に含まれる食物繊維には、炭水化物から分解されたブドウ糖の吸収速度をゆるやかにし、血糖値の急激な上昇を抑える作用があります。野菜料理はゆっくり良く噛んで



駐輪・駐車
スペース

変更の
お知らせ

このたび、駐輪・駐車スペース
を変更し、職員用バイク用置場を
設けさせていただきました。
ご理解・ご協力の程、よろしく
お願い致します。



① 月のテーマ

健康情報

(兵庫県保険医協会)

— テレホンサービス —

月曜日／キラキラした物が見える病気
(閃輝暗点と光視症)

火曜日／マイナ保険証について

水曜日／つき指

木曜日／「ラクナ梗塞」って何ですか？

金土日／伝染性単核球症

※9日(月・祝)は金土日のテーマを放送します。
1月のテーマは6日(金)から放送します。

TELフリーダイヤル

0120-979-451

お知らせ

似顔絵教室

のむら健康
いきいき体操教室

◎とき

毎月第一木曜日

午前10時～

◎ところ

地域生活支援ハウス
のむら

◎参加費 300円

◎参加費 無料

※新型コロナウイルスの影響により、その他の教室関係
は当面の間休止させていただいております。ご迷惑を
おかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

健康一口
アドバイス

385



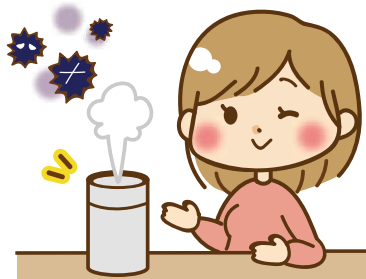
冬になると空気が乾燥し
ます。暖房器具の使用は乾
燥に拍車をかけ、鼻や口の
粘膜も乾燥し、菌やウイル

スの攻撃に弱くなるため、
風邪をひきやすくなりま
す。そこで、菌やウィルス
から身を守る手段として、
加湿が大切になってきま
す。室内で快適に
過ごせる温度と湿
度は、夏・気温25
℃、湿度45％
～28℃、湿度45％
60％、冬・気温18
℃、湿度55％
～22℃、湿度55％
60％です。
ところが、最近
は新型コロナウイルスウ
イルス対策として、
換気が推奨されて
います。換気の目
安は「三十分の一
回以上、二方向の
窓を数分間開け
る」ですが、窓を開けると
湿度が下がります。そこ
で、換気と加湿を両立する
為のおすすめは加湿器の使
用ですが、今回は加湿器が

冬の加湿

ない場合の加湿方法をご紹
介します。
①お湯を沸かす
蒸気で部屋が加湿でき
ます。やけどや空焚きに
注意してください。
②霧吹きでミスト
を空中散布
一時的ですが
顔回り等の空間
を潤すことがで
きます。清潔な
水を散布してく
ださい。
③洗濯物の部屋干
し
部屋干し臭の
防止に部屋干し
用洗剤を使うと
安心です。
④入浴後風呂の扉を開放
蒸気が室内に広がり加
湿ができます。過加湿に
ならないよう注意してく

ださい。
⑤簡易加湿器を使用する
水をフェルト等に染み
込ませ、それが蒸発する
事で加湿ができます。テ
ーブルの上やベッドの周
りに置いておけば顔回り
の加湿ができます。百円
ショップなどでも売って
います。
加湿でウイルスから身を
守り、風邪知らずで冬を乗
り切りましょう！
訪問看護師 木村 由美



みさき漁さんの

似顔絵教室
ギャラリー



生徒さんの作品

