



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

コロナワクチン秋接種がもうすぐ終了になります
まだの方は
お急ぎください。



接種日

2024年3月30日(土)まで

接種実施日

火・木・土曜日

対象者

2回以上接種済みで接種券をお持ちの高校生以上の方

※ワクチンのメーカーは**ファイザー**になります。

※予約日は前回接種から**三カ月経過の日以降**になります。

オンラインで予約受付しています

予約サイトはこちら➡

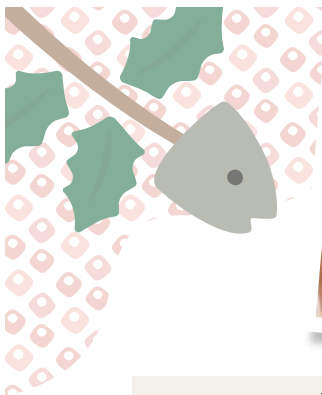


当院ホームページにも予約サイトのリンクがあります。

<http://www.shuwakai-nomura.or.jp>

オンライン予約に不安のある方は窓口でご相談ください。

TEL 06-6481-4207



地域生活支援
ハウスのむら
だより

幸せ願って

節分の豆まき

節分に行う豆まきは、季節の変わり目に起こりがちな病気や災害を鬼に見立て、それを追い払う儀式です。
ハウスでも2月3日に鬼の面めがけて「鬼は外」「福は内」と大きな声を出し、力いっぱい1年の幸せを願い、皆さんで豆まきを楽しんで行いました。

小規模多機能型

居宅介護のむら

平本真由美

升谷智佳代



振替払込請求書兼受領証	
口座記号番号	001507
加入者名	日赤令和6年能登半島地震災害義援金
金額	千:百:十:万:千:百:十:円 ¥12472
おなまえ	野村医院 忘口募金 様
ご依頼人	
料金	消費税込 0円
備考	免除現金振 06-02-15 T501000111 2730 2730 (43488) N94140003

記載事項を訂正した場合は、その箇所に訂正印を押してください。
この受領証は、大切に保管してください。

災害募金にご協力
ありがとうございます
能登半島地震災害義援金として、窓口にて設置している募金箱から12,472円を日本赤十字社に寄付しました。ご協力ありがとうございました。



フリーフリーショウヘイ

みさき漁

最近のニュースからは、大谷翔平選手の名前を聞かない日はない。野球には関心はないが、大谷選手には関心がある人も多い。年俸や名譽には無頓着で、純粋な野球少年の心を忘れない「野球が上手になりたい、絶え間なく成長を続けたい」という飛び切りの上昇志向が魅力かなと感じる。花巻東高校から2013年にドラフト1位で北海道日本ハムに入団。投打の「二刀流」で実績を残し、18年にはアメリカの大リーグ「エンジェルス」に移籍、ここでも「二刀流」の地位を確立し、メジャーリーグの顔となり、23年には日本人初のア・リーグ本塁打王、2回目の最優秀選手を満票で受賞した。今季からは、10年で総額7億ドル(約1015億円)、世界のスポーツ史上最高額で契約し、移籍した「ドジャーズ」での活躍が期待される。昨年の9月に右肘手術を受け、今季は打者に専念する。入団の記者会見では、「全体的な気持ちとしては変わっていない。常に挑戦したい」「勝つことが今、一番大事」と語っていた。日々、挑戦し続けている大谷選手を今季も見守り応援したい。(H・N)

ふれあい

古いタオルを ご提供ください

ご協力をお願いします!



古いタオルなど綿100%の布を適当な大きさに切ってご利用者の排泄のお世話に使用させていただきます。

お家にある綿の布をご提供いただけませんか?

ご連絡いただけましたら取りに伺います。

地域生活支援ハウスのむら

大物町1丁目10-17

TEL 06-6487-0161

くらしのページ

日光浴で 健康に

免疫力up!!



日光浴の効果を知っていますか? 日光浴は私たちの健康に欠かせないビタミンDを生成してくれます。ビタミンDには骨の代謝を促し、丈夫な骨を作ります。そして、免疫力の向上、アレルギー症状の改善、セロトニンの調節など、様々な体に良い効果があります。また、ビタミンDの摂取が多い人は脳梗塞と肺炎の死亡リスクが低くなります。実は、食事だけでは健康に必要なビタミンDの摂取は難しいのです。一日中、家の中にいる人は食事からビタミンDを摂取するしかありませんが、外に出て日光を浴びることで必要なビタミンDを得られ、その健

康効果は高いとされています。窓ガラス越しでは十分な効果は望めません。窓から手だけを出して太陽に向けるだけでも効果が得られるので、みなさんも意識して日光浴をしてみたいかどうか。デザイナーのむら

安田葉津美



お知らせ

似顔絵教室

◎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

※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。

のむら健康 いきいき体操教室

◎とき

毎月第一・第三月曜日

午後1時20分〜

午後1時50分

◎ところ

野村医院2階リハビリ室

◎参加費 無料

植栽の手入れで美化推進

当院では、県が管理する道路等の美化清掃活動を地域のボランティアが行う「ひょうごアドプト」制度に登録して、医院前の県道植栽の手入れを定期的に行っています。

今回は2月末に職員6名で雑草を引き、新たに花を植えました。今後も継続的に取り組んで地域の美化推進に協力していきたいと思っています。



③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／ふたりで適切な避妊を

火曜日／人生を豊かにする口の役割

水曜日／テニス肘

木曜日／アレルギー性鼻炎の治療法

金土日／パーキンソン病

※20日(水)祝は火曜日のテーマを放送します。

TELFREEダイヤル

0120-979-451



みさき漁さんの
似顔絵教室
ギャラリー



生徒さんの作品

