



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

キャッシュレス決済サービス

AirPAY(エアペイ)を導入しました



主要クレジットカード決済、交通系電子マネー、QRコード決済などがご利用いただけます。詳しくは窓口でお尋ねください。

LINE公式アカウントはじめました!

休診や新しいお知らせなど、野村医院からのメッセージをお届けいたします。

発信専用のため、個別メッセージには返信ができません。

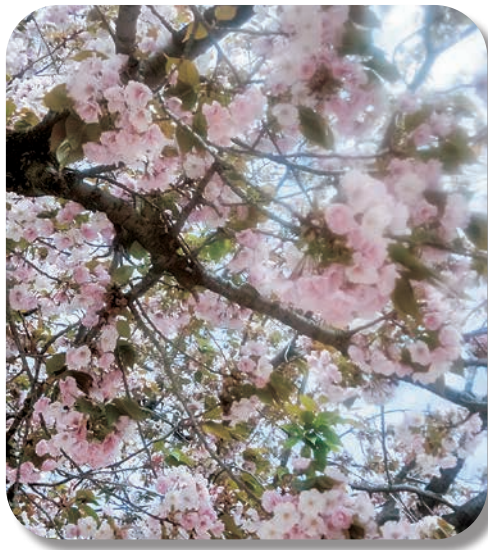
お問合せは診療時間内にお電話または受付窓口にてお願いいたします。



右記QRコードを読み取ってください。

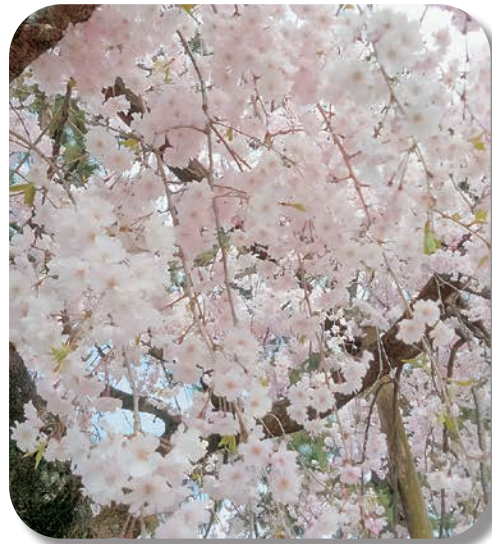
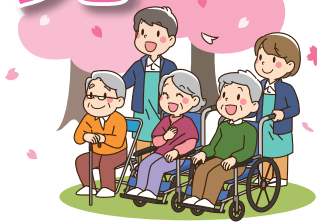
駅ナカ看板設置!

阪神大物駅上りホームに看板を設置しました。



桜の開花予想に合わせて予定をしていた武庫川沿いの花見ドライブ。例年なら車窓の前方、左右と桜を愛でることができ、桜舞う中を走行していますが、今年のは開花が遅れ、桜が咲いている木を探す残念なドライブになってしまいました。

お桜の花見



4月の2週目、桜が満開でうららかな春の午後、お散歩へ出かけ、高岡テヨコレート横の公園の桜をじっくりと眺めました。花びらが一枚ずつヒラヒラと舞って次々と落ちてきます。よく見ると雀が落ちていきます。桜の花の蜜を吸うために花を落とす「盗蜜」と呼ばれる行動だそうです。桜を見て触れて、散歩道にあるお宅の庭の木蓮を見たり、寄せ植えされている花を見て名前を覚えたり、楽しい午後のひと時を過ごせました。来年の桜をまた皆で楽しめるようにと願いました。

デザイナーのむら 安宅美子



しらすらしい効能書き

みさき漁

小林製薬の紅麴入り「健康食品」で健康被害が広がっています。このサプリメントは「悪玉コレステロールを下げる」と華やかなパッケージでうたった「機能性表示食品」です。健康のためと飲み続けたサプリメントで消費者が腎疾患で死に至るとは、あまりにも理不尽です。機能性表示食品の出発は、安倍政権の成長戦略の一環として「企業活動の障害を徹底的に取り除く」という政策で2015年から制度化されました。1993年に許可された「特定保健用食品」は人を対象とした臨床試験が必須で、効果や安全性について国が審査を行い、食品ごとに消費者庁が許可していますが、「機能性表示食品」は消費者庁の許可で表示を認めるのではなく、企業の責任で認めるという仕組みです。機能性表示食品が解禁されてからの8年間で市場規模は22倍の7000億円まで膨れ上がっています。「機能性」という言葉が「血糖値の上昇を抑える」等、聞こえの良い言葉が使われていけば、健康のためにと消費者はつい信用して買ってしまいますが、そこに大きな落とし穴がありました。企業の利益優先が生んだ悲劇です。消費者の安全第一となる制度へ根本的な見直しをしてほしいと願います。(H・N)

ふれあい

小林製薬の紅麴入り「健康食品」で健康被害が広がっています。このサプリメントは「悪玉コレステロールを下げる」と華やかなパッケージでうたった「機能性表示食品」です。健康のためと飲み続けたサプリメントで消費者が腎疾患で死に至るとは、あまりにも理不尽です。機能性表示食品の出発は、安倍政権の成長戦略の一環として「企業活動の障害を徹底的に取り除く」という政策で2015年から制度化されました。1993年に許可された「特定保健用食品」は人を対象とした臨床試験が必須で、効果や安全性について国が審査を行い、食品ごとに消費者庁が許可していますが、「機能性表示食品」は消費者庁の許可で表示を認めるのではなく、企業の責任で認めるという仕組みです。機能性表示食品が解禁されてからの8年間で市場規模は22倍の7000億円まで膨れ上がっています。「機能性」という言葉が「血糖値の上昇を抑える」等、聞こえの良い言葉が使われていけば、健康のためにと消費者はつい信用して買ってしまいますが、そこに大きな落とし穴がありました。企業の利益優先が生んだ悲劇です。消費者の安全第一となる制度へ根本的な見直しをしてほしいと願います。(H・N)



ヘアドネーションをご存じですか？ 病気やけがでウィッグ(かつら)が必要な人たちに、自分の髪を寄付してウィッグを無償提供する活動です。普通に作れば30万円のもの、寄付の髪を集めると7万円ほど作れます。縮れていても、白髪でも、染めてい

全部ヘアドネーション!!!



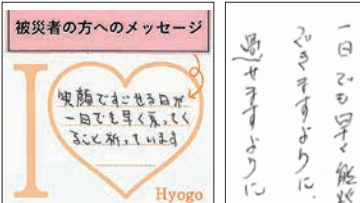
でも大丈夫です。(若い方の髪はそのままに。大人の髪はシャンプーやヘアカラーの実験用に使われて役立ちます)長さは31cm以上あれば、医療用ウィッグが作れます。ヘアドネーションに協力する美容室では、無料や格安料金で髪を切ってもらえるところもあります。

先日、野村医院の受付に、患者さんのお孫さんの「みなみちゃん」より、「ヘアドネーション用の髪」が届きました。みなみちゃんは、生まれてから一度も切ったことのないパーションヘアを、前回ヘアドネーションして下さいました。今回で2回目になりました。生まれてから今までの髪をすべてドネーションしてい

振替払込請求書兼受領証

口座番号	01507
振込先	325411
加入者名	日赤会 6年 能登半島地震 災害義援金
金額	¥67700
依頼人	医療法人社団 秀和会 様
金額	0円
備考	除 除 除 災 災 災 害 害 害 義 義 義 援 援 援 金 金 金
印	06-04-30 1501000111 2730 ヲウヂョ (43488) 194190009

災害募金にご協力ありがとうございました



みなさんから温かいメッセージとともに寄せいただいた募金67,700円を能登半島地震災害義援金として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。

みさき漁さんの似顔絵教室 ギャラリー

生徒さんの作品

職員リレー⑨ エッセイ 介護職に就くきっかけ

私が介護の仕事に就こうと思ったのは、義父が認知症の義母の介護をしているのをそばで見っていたのがきっかけです。義母が亡くなる5年ぐらい前には、体力的に一人で介護するのが大変になり、私も手伝うよう

になりましたが、それまでの15年間は義父が一人で義母の介護をしながら、掃除、洗濯、食事作りと、家事も全て行っていました。そんな義父を本当に尊敬しています。今年で94歳になり、5年程前から私が介護するようになりました。仕事においても、義父に対しても、心のこもった介護ができるように、日々、努力していきたいと思っています。

小規模多機能型 居宅介護のむら 平本真由美

作ってみよう美味しい一品

キャベツ焼

■材料(2人分)

- キャベツ... 300g
- 卵... 2個
- 豚バラ肉... 100g
- 一味唐辛子... 適量
- ポン酢しょうゆ... 適量
- 塩

〈作り方〉

- ①キャベツは中心の軸を除き、繊維にそって1cm幅に切る。
- ②ボウルに卵と塩2つまみを入れ溶きほぐす。キャベツを加え、混ぜ合わせる。
- ③フライパンに豚肉を並べて中火にかけ、塩少々をふる。豚の色が変わったら②をのせて弱火にし、ふたをする。
- ④3分間ほど焼いたら裏返し、さらにふたをして2分ほど焼いて器に盛る。一味唐辛子をふり、ポン酢しょうゆを添える。

ひとり300kcal

※キャベツにはビタミンCや食物繊維、ビタミンUが含まれています。ビタミンUはキャベツから発見され、胃酸の分泌を抑える作用や消化管粘膜を修復させる働きをもっています。別名キャベジンです。

短歌

沖繩の今

代執行 政府が県を 訴えて
言う事聞かす 司法処置

沖繩を 見下している この政府
地方自治は 対等平等

—西澤 求甫—

健康情報 (兵庫県保険医協会)

5月のテーマ

—テレホンサービス—

- 月曜日/視神経炎
- 火曜日/親知らずについて
- 水曜日/肛門がん
- 木曜日/おしこのトラブル 神経因性膀胱
- 金土日/糖尿病の運動療法

※3日(金・祝)6日(月)振は木曜日のテーマを放送します。

TELFREE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・第三月曜日
毎月第一木曜日 午前10時〜
午後1時20分〜
午後1時50分

◎ところ 地域生活支援ハウス のむら 野村医院2階リハビリ室

◎参加費 300円 ◎参加費 無料