



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

新型コロナワクチン

インフルエンザ

予防接種のお知らせ

今年から、新型コロナワクチンは高齢者向けの定期接種となります

※接種券は送られてきません

対象者

阪神間6市1町(西宮市・芦屋市・宝塚市・三田市・川西市・猪名川町)在住の65歳以上の方
※60~64歳の方は重症化リスクが高い方のみ

実施期間

2024年10月1日(火)
~2025年1月31日(金)

費用

3,260円

※生活保護の方・中国残留邦人の方は無料
注意! 公害患者の方は無料ではありません

インフルエンザ予防接種は、実施期間は同じ、費用は3,000円(当院では高校生以上の方を対象)、65歳以上の方は1,500円になります。

※生活保護の方・中国残留邦人の方・公害患者の方は無料

詳しくは窓口でお尋ねください。



毎年恒例のかき氷作りが開催されました。毎年猛暑を感じていますが、今年はホンマに暑すぎます。そんな中、このかき氷作りは一時の癒しを感じることが出来るので、とても好評な行事となっています。天然氷を削ったかき氷は格別に美味しかったです。おかわりする方もたくさんおり、みんな笑顔で食していました。

季節を感じる行事をたくさんしています。また来年、更にレベルアップした「かき氷作り」を開催したいと思っております。

小規模多機能型居宅介護のむら 中西純平

猛暑を冷やす かき氷



秋のミニフェスタ 開催

10月26日(土) 11:00~15:00、
ハウスのむらでミニフェスタを開催します。
ミニコンサートも行いますので
ぜひご参加ください。
詳細は後日お知らせします。
お問い合わせは **ハウスのむら**
TEL 06-6487-0161まで
お願いします。



世界平和を願う祭典

みさき漁



パリオリンピックが8月11日閉幕しました。今年1月の大阪国際女子マラソン大会で19年ぶりに日本記録を塗り替えた前田穂南選手(園田東中学校陸上競技部出身)が代表に選ばれていましたが、右大腿骨の疲労骨折のため急遽欠場することになったのは残念でした。これからは注目して応援し続けます。市立尼崎高校出身のやり投げデイン元気選手は予選全体で13位、予選通過の12位まではあと43センチというところでした。悔しさの中にも充実感のある笑顔で「やり切れました」と語っています。小学校1年生から飛び込みを始めた玉井陸斗選手(宝塚市出身)は中学生の時に東京オリンピックに出場し7位に入賞、高校3年生の今回のオリンピックでは周囲からの期待と重圧の中、5本目で大きな水しぶきを上げ失敗しながらも、「自分のやってきたことを信じて最後は飛んだ」と6本目で最高得点を叩き出し、飛び込みで日本初のメダル、銀メダルを獲得したのは感動しました。国境を越えて競い合い、健闘をたたえ合う選手たちの姿に元氣と勇気をもらいました。オリンピック・パラリンピックの理念や目的は、平和な社会の推進を目指すために人類の調和のとれた発展にスポーツを役立てることあります。世界平和を願わずにはおれない今回のオリンピックでした。(H・N)

ふれあい

2024年度 尼崎社会保障推進協議会定期総会

<記念講演>

国保料の全県統一と保険証廃止で、国保はどなる？

講師：大阪社保協事務局長 寺内順子

日時 2024年9月21日(土)

13:30~14:30 総会

14:30~16:00 記念講演

会場 尼崎市中小企業センター401号室

尼崎社会保障推進協議会

尼崎医療生協・組合員活動部気付 06-4962-4920

くらしのページ

日焼け対策について

皆様は、日頃どのような紫外線対策をされていますか？「高齢者だから、日焼けなんかもう気にしなくてもいいんじゃない？」という言葉もよく耳にしますが、高齢でも女性は日焼けや肌荒れを気にされますし、高齢だからこそ肌の機能が弱り紫外線対策が必要となります。ただ、市販の日焼け止めにもいろいろあり、日焼け止めが原因で

肌荒れに悩んでいらっしゃる高齢者の方も多いです。高齢になると肌はどうなる？

皮膚の機能として、①水分を保持する ②体温を調節する ③体外からの刺激を感知する ④有害な物から身体を守る、などがありますが、高齢になるとこれらの働きが弱くなり、様々なトラブルを引き起こします。

日焼け止めをを選ぶポイント

紫外線散乱剤を使用した物を選びましょう。ノンケミカルやオーガニックの物では効果が弱いです。SPF15(日焼け止め効果時間、1×20分、最高は50)、PA+(日焼け防止力、最高は十



十)程度で十分です。

一般的な高齢者のイメージとは異なり、高齢者の方でも女性は日焼けや肌荒れを非常に気にされます。私たちが高齢者の方々に最も大事にしているQOL(クオリティオブライフ、生活の質)を高めるという意味でも、「いつまでも美しくありたい」という気持ちを大事にしたいと思えます。

小規模多機能型

居宅介護のむら 小坂田陽子

原水爆禁止

国民平和大行進

2024

1958年から核兵器の廃絶をめざして行われている広島と長崎への平和行進。7月9日に尼崎市役所前橋公園で出発集会が開かれ、松本真尼崎市長の激励の挨拶、各種団体挨拶等々がありました。私は旧国道蓬川橋でお茶の接待。全国通し行進の木村美恵さんを先頭に多くの人が元気に行進されていました。今、世界ではあちこちで戦争や紛争が起きています。孫達にいつまでも平和な日常が続きますよう願うばかりです。

野村医院患者 K・K

9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/常位胎盤早期剥離
- 火曜日/大人の虫歯予防
- 水曜日/あなたも骨粗鬆症かも
- 木曜日/尿失禁の治療
- 金土日/多重人格

16日(月・祝)と23日(月・振)は金土日のテーマを放送します。
TELEFONダイヤル 0120-979-451



みぞぎ漁さんの似顔絵教室ギャラリ

生徒さんの作品

お知らせ

似顔絵教室

〇とき

毎月第一木曜日

午前10時

〇ところ

地域生活支援ハウス

のむら

〇参加費 300円

のむら健康いきいき体操教室

〇とき

毎月第一・第三月曜日

午後1時20分

午後1時50分

〇ところ

野村医院2階リハビリ室

〇参加費 無料

日本赤十字社から表彰状をいただきました



日頃から災害募金にご協力いただきましたありがとうございます。この度、赤十字社から表彰状をいただきました。皆様の温かいご支援の賜物です。今度もよろしくお願いたします。



平素から赤十字の事業に深いご理解、ご協力を賜り誠にありがとうございます。
貴台からの赤十字事業へのご支援に改めて感謝を申し上げます。
このたび、赤十字へのご功勞に対し、「支部長表彰状」を贈呈させていただきますので、お受け取りくださいますようお願い申し上げます。
赤十字は、課せられた人道的使命を果たすため、一層の努力を重ねる所存ですので、今後とも変わらぬご支援を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

令和6年8月20日
医療法人社団 秀和会 野村医院 理事長 楢垣 一行 様
日本赤十字社兵庫県支部 事務局長 生安 衛