

はつらつ



特集

がんは $\frac{1}{2}$!

定期チェックで病気を早期発見!

vol.61

2024.Spring

はつらつ

vol.61
2024.Spring

目次

特集

がんは $\frac{1}{2}$! ————— 2
定期チェックで病気を早期発見!

カラダのコラム 03 ————— 7

ハツラツセルフケア 08 ————— 8

ドクターインタビュー
整形外科 杉岡敏博 ————— 9

千秋会 きらりびと 08 ————— 11

いのガールズのぐるぐるグルメ
炭焼炉端ふじやま ————— 12教えて!
いーのくん相談室 ————— 13

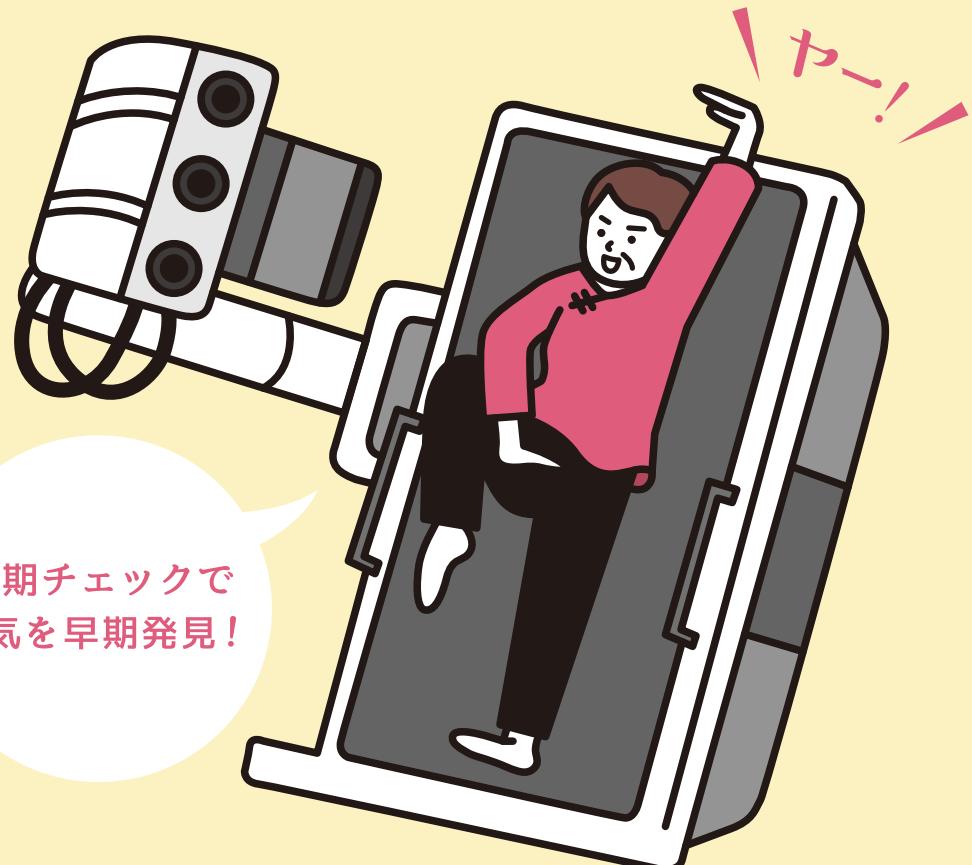
いのくち探検隊 ————— 14

千秋会インフォメーション ————— 15

東広島ハツラツタッグ
ますもと乳腺クリニック ————— 17

クロスワードにチャレンジ! ————— 18

特集

がんは $\frac{1}{2}$!定期チェックで
病気を早期発見!

日本人が一生のうちにがんの診断を受ける確率は男性65.5%、女性51.2%でいずれも2人に1人。*「がんは1/2」のタイトルにはこんな意味が込められています。がんは、年齢を重ねるほど罹患のリスクが高まります。年に1回は健康診断を受診して、身体のチェックをしませんか?

※国立がん研究センター 2019年データに基づく



筍と鶏肉の味噌煮

エネルギー235kcal・たんぱく質20.3g・
脂質5.7g・塩分1.8g(1人分)

材料(2人分)

| | |
|-----------------------|------------------|
| ・筍(水煮) ————— 210g | ・酒 ————— 大さじ1強 |
| ・鶏むね肉(皮なし) ————— 170g | ・みりん ————— 大さじ1強 |
| ・こんにゃく ————— 140g | A ・砂糖 ————— 小さじ2 |
| ・おろし生姜 ————— 10g | ・醤油 ————— 小さじ2弱 |
| ・ごま油 ————— 小さじ2弱 | ・水 ————— 140ml |
| ・とうがらし ————— 適量 | ・味噌 ————— 小さじ2 |
| | ・きざみ葱 ————— 適量 |

作り方

- 1 あく抜きをしたこんにゃくをスプーンで一口大にちぎる。
筍、鶏むね肉を食べやすい大きさに切る。
- 2 フライパンにごま油、生姜、唐辛子を入れて熱し、
鶏肉を表面の色が変わるまで中火で炒める。
- 3 筋・こんにゃくを加えて全体に油がまわるまで炒めたら、
Aを加えて落とし蓋をし、時折混ぜながら中火で約15分煮る。
- 4 味噌を入れて混ぜ、全体になじんだら器に盛り、
きざみ葱をちらして完成。

大腸がんのリスク要因の1つに、食の欧米化(高脂肪・低纖維食)が挙げられます。食物纖維は、水溶性(こんにゃく・海藻類・果物等)と不溶性(筍・きのこ類等)があり、両方を摂ることが大切です。皮なし鶏むね肉を使うことで、食べごたえもありつつ、脂質を抑えた春にぴったりの一品になります!
※皮なしは、皮付き鶏もも肉と比べ脂質約30%カット

くわしい作り方は
動画を
チェック! /

健康診断の受け方

がんをはじめとする病気は、早期発見・早期治療が大切。健康で明るい毎日を続けるためにも、1年に1回は健康診断を受けましょう！今回は当院の健康診断のモデルケースをご紹介します。

本日の受診者



Aさん
45歳女性
専業主婦
井野口病院の日帰りコース
人間ドックを初めて受診されます。

START! 受付

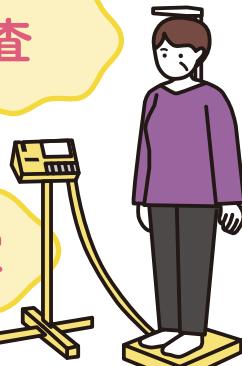
事前に記入した問診票を提出後、指定の検査着に着替える。

※ペースメーカー等、体内に機器を装着している場合は必ず申告！
※女性で生理中の方は必ず申告！
※妊娠中、またその可能性がある方は実施できない検査があります。
※保険証とお薬手帳を持参してください。



尿検査

尿検査



血圧・身体測定

わかること
貧血、炎症、肝機能、腎機能、胰機能、血糖値、脂質、肝炎、感染症など



採血

血液を採取してさまざまな異常を調べる。
採血に不安がある方は事前に相談を。



心電図

心臓の筋肉に流れる電流を体表面から記録し、電流の流れ具合に異常がないかを検査。1分間に電気が発生する回数である心拍数も測定される。

わかること

脈の乱れによる不整脈、心臓の拡大や肥大、狭心症や心筋梗塞等の虚血性心疾患など

眼底・眼圧

※コースによる

胃カメラ

※検査前日の22時以降絶食。
水、お茶は飲んでも構いません。
※服用中の薬については、処方された医師の指示に従ってください。
※鎮静剤も使用できますが、安全のため車・バイク・自転車の運転はできません。
※鎮静剤使用後は安全のため、院内で2時間休んでいただきます。

わかること

食道がん、逆流性食道炎、胃炎、胃潰瘍、胃がん、胃ポリープ、十二指腸潰瘍など

または

胃透視

胃造影剤のバリウム液を飲んで、食道から胃、十二指腸までをX線写真で映し出す検査。

わかること

胃全体の形、胃・十二指腸のポリープ、潰瘍やがんなど

15分 腹部超音波検査

腹部臓器の状態を超音波の反射により調べる検査。肝臓、胆のう、脾臓、腎臓、脾臓の様子を観察します。

わかること

腹部の臓器(胆嚢、肝臓、脾臓、脾臓、腎臓)の異常や疾患、脂肪肝、胆石、胆のうポリープ、腎結石など



5分 肺機能検査

5分

肺機能検査



胸部レントゲン

胸部全体にX線を照射して肺や心臓などの異常を確認。

※撮影部位にあるアクセサリー、磁気治療器や湿布などは取り外す。

わかること

肺炎、肺結核、肺気腫、気胸、胸膜炎、肺線維症、肺がん、心臓の拡大など

15分 内科診察+結果説明

医師の診察。自分の身体の気になる症状や相談など、気軽に尋ねてみましょう。

GOAL!

ご紹介したのはあくまでもモデルケースです。料金や追加の検査は個別にご相談に応じます。お気軽にご連絡ください。

井野口病院健康管理センター:0120-706076



詳細はHPもチェック！▶



ハツラツヘルフケア Vol.8

おうちでできる！ロコモ予防トレーニング

短時間で気軽に家中でできる、立つ・歩く・座るための筋肉を鍛える2つの体操をご紹介！
テレビを見ているときなど日常生活のスキマ時間に取り入れてみましょう。

STEP1 スクワット

机の前に立ち、足を肩幅に広げる。
ゆっくり深呼吸をしながらひざを曲げ、伸ばす。



＼動画でくわいく！／



Youtubeで
わかりやすく配信中！

STEP2 開眼片足立ち

机に右手をついて右足をあげ、20秒間キープ。同じように反対側も、左手をついたら左足をあげ、20秒間キープします。



ふらつきがある場合には無理なく実施。
不安な方は後ろにイスを用意！

カラダのコラム③

マンモグラフィ、超音波検査：乳がん検査を正しく知ろう。

乳がんの罹患率は年々増加傾向にあり、女性の9人に1人は生涯のうちに乳がんになるといわれています。罹患率は30代から増加し始め、60代後半～70代にピークを迎えます。

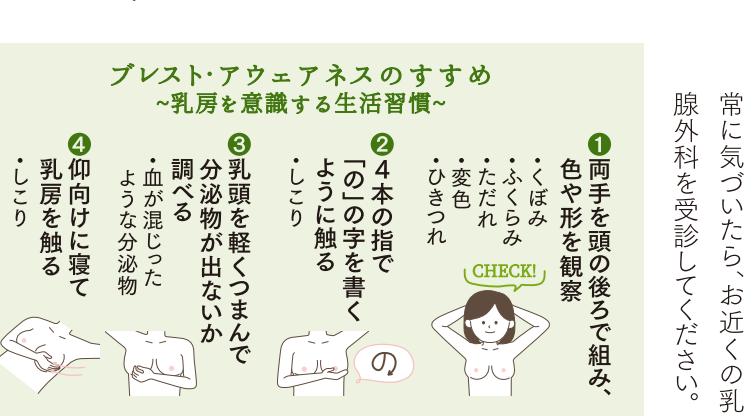
そんな中、日本の乳がん検診の受診率は30～40%と低い状況。乳がんは早期発見すれば完治する可能性が高く、定期的に検診を受けることがとても重要です。

超音波検査では1cmより小さなしこりを見つけることができますが、石灰化はあまり見つけられません。つまり、**石灰化を見落さないための超音波検査、両方の検査を組み合わせることが理想です。**

一般的に検診では、年齢に依存が始まって1週間前後のタミングで、入浴時に石けんをつけた手で行うのがおすすめ。閉経後の方も、毎月、日を

応じてマンモグラフィまたは超音波検査のどちらか一方に決められていることが多いです。実際に東広島市の「元気すこやか健診」でも、40歳以上の方はマンモグラフィしか選択できません。当院ではこそやか健診を受ける場合は、才やか健診を受ける場合は、才

プロトコルとして両方の検査を受けることもできますので、ぜひご検討ください。



監修：ますもと乳腺クリニック院長 舛本先生 ⇒17P「東広島ハツラツタグ」もチェック！

決めてチェックしましょ。乳房にできるしこりの8～9割は良性の腫瘍ですから、しこりが見つかったからといって、乳がんとは限りません。異常に気づいたら、お近くの乳腺外科を受診してください。

決めてチェックしましょ。乳房にできるしこりの8～9割は良性の腫瘍ですから、しこりが見つかったからといって、乳がんとは限りません。異常に気づいたら、お近くの乳腺外科を受診してください。

決めてチェックしましょ。乳房にできるしこりの8～9割は良性の腫瘍ですから、しこりが見つかったからといって、乳がんとは限りません。異常に気づいたら、お近くの乳腺外科を受診してください。

整形外科 杉岡 敏博

すぎおか としひろ



住み慣れた地域で治療が受けられるよう

物腰やわらかで紳士的な姿が患者さんから好評な整形外科 杉岡医師にインタビューを行いました。

生まれ育った地元の医療を支えたい

ー当院に入職されるまでの経歴を教えてください。

生まれも育ちも広島です。広島を出たいと思ったこともありましたが、そういう運命の定めだったのか、広島を離れることなく修道高校、広島大学へ進学しました。大学院を卒

業してからも整形外科医として地域医療に専念していました。

高校の部活では、ちょっとマニアックな物理部に入部し、アマチュア無線やパソコンでプログラミングなどをして過ごしていました。大学は心機一転、運動を始めたいと思い、水泳部へ入部。競泳の平泳ぎをしていました。

ー地元・広島の医療を支え続けていらっしゃるんですね！では、診療への思いも聞かせてください。

医学、医療は進歩し、新しいものも増えていますが、最新医療を吟味し必要に応じて取り入れ、なおかつ昔の医療も大切にしながら、患者さんにとって最善の治療を提供していくたいと考えています。患者さんやそ

のご家族としっかりと話し合い、納得していただいたうえで治療を行いたいです。

ー地域のみなさまへメッセージをお願いします。

なるべく患者さんには地域の中で治療を受けていただけるように最善を尽くします。もし高度な治療が必要となつた場合は、責任をもつて専門的な治療を行える病院をご紹介いたしますので、安心して受診してください。

仕事の気分転換にはパズルがぴったり！

ー趣味や休日はどのように過ごされていますか？

休日は映画館によく行きます。いろんなジャンルの映画を観ますが、去年は30回ぐらい観たかな。最近印

象に残った映画は「トップガン」です。

あと、3年前から成人病予防(笑)として、週に1～2回、病院付近や黄金山などでランニングをしています。最初はしんどかったですが、今では走らないとムズムズするようになります。一度習慣になると、やらないと気が済まなくなる性格なんです。

ー先生のデスクに、大量の知恵の輪と謎の球体が置いてあるんですが、これは…？



この謎の球体は3D立体迷路といって、全部で4段階あり、今一番難しいとされているものに挑戦しています。仕事が終わつたあとの息抜きに、夢中でやってしまうんですよ…(笑)。

ー他に、オフタイムにハマつていることは？

カレーです!! 中でもスープカレーやスペイスカレーが好きで、行きつけのカレーハウスもあります。学会などで県外へ行くときは、近くにカレー屋さんがないかついで探してしまいます。



ー地元・広島の医療を支え

続けていらっしゃるんですね！では、診療への思いも聞かせてください。

医学、医療は進歩し、新しいものも増えていますが、最新医療を吟味し必要に応じて取り入れ、なおかつ昔の医療も大切にしながら、患者さんにとって最善の治療を提供していくたいと考えています。患者さんやそ

のご家族としっかりと話し合い、納得していただいたうえで治療を行いたいです。

ー地域のみなさまへメッセージをお願いします。

なるべく患者さんには地域の中で治療を受けていただけるように最善を尽くします。もし高度な治療が必要となつた場合は、責任をもつて専門的な治療を行える病院をご紹介いたしますので、安心して受診してください。

仕事の気分転換にはパズルがぴったり！

ー趣味や休日はどのように過ごされていますか？

休日は映画館によく行きます。いろんなジャンルの映画を観ますが、去年は30回ぐらい観たかな。最近印

千秋会 きらりびと08

井野口訪問看護ステーション 竹内 千津子
管理者・看護師

井野口病院広報チーム
「のガールズの
くろぐるグルメ」
Vol. 8

cocoronの店主 林さんのご紹介
炭焼炉端ふじやまの
牡蠣のアヒージョを食べてみて!



東広島産食材がこだわり。炭焼きの香ばしさでお酒も進む！

—「ふじやま」ができた経緯を教えてください。

お店は創業11年目に入りました。広島市出身ですが、前職の関係で、西条には15年くらい住んでいます。前職を辞めた際、広島市内に帰るつもりだったのですが、送別会の時にたまたま現在のお店の場所が空き店舗になっていることを知り、あれよあれよという間に出店が決まりました。

—ひょんなことから独立されることになったんですね。お店はいつもお客様でいっぱい、予約必須というイメージがあります。すごいですよね！

ありがとうございます。みなさんには旬の“はしり”的ものを召し上がっていただきたいと思っていて、なるべく東広島市産の食材を選んでいます。今回紹介されたアヒージョの牡蠣も、安芸津の本庄水産さんから大粒のものだけを仕入れています。牡蠣は期間限定のメニューで4月頃には提供が终りますが、通年メニューでお客さんから人気なメニューは「コウネの焼きしゃぶしゃぶ」や「焼き野菜盛り」です。



—炭焼きならではの香ばしさがとてもおいしいです！最後に、井野口病院の印象をお聞かせください。

井野口病院の印象といえば、救急でお世話になったことでしょうか…。井野口病院を見ると、どうしてもあの時の病気の苦い思い出がよみがえってきます(笑)。困ったときにはいつもお世話になっています。理事長の井野口さんにも、オープン当初からひいきにしてもらっています。



炭焼炉端ふじやま

東広島市西条岡町4-8(駐車場なし)
TEL / 082-426-5755 定休日 / 月曜
営業時間 / 18:00~23:30



Instagram

こだわりの料理を
お楽しみください！



次はどのお店をぐるぐるグルメするでしょう？
次号をお楽しみに！

利用者の想いを大切に
変わらぬ日常をサポート

漫画の影響で、小学生の頃には「看護師になる」と決めていました。看護学校卒業後、井野口病院の病棟に勤務。患者さんやご家族と関わる中で、退院後の様子が気になっていました。また、父を看取った経験から、訪問看護をしたいと思

うように。当時、井野口病院には訪問看護がなかったため病院を離れ、他の訪問看護ステーションに勤めました。訪問看護ケアのノウハウを学び、再び縁あって「井野口訪問看護ステーション」の立ち上げメンバーとして復帰しました。

訪問看護では、点滴や処置、入浴介助などのケアを行



います。介護される方の不安をやわらげるサポートも行い、365日24時間体制で緊急対応もしています。利用者さんにとつて、ご自宅で過ごされる毎日は「日常」。訪問に伺う際は、その方の生活を優先し、その人らしさや思いを大切に、支援しています。

プライベートでは
家族とのにぎやかな日々

夫と4人の子ども、2匹の愛犬と一緒にやかな日々を過ごしています。休日は子どもが多いのですが、先日、久々に夫婦で映画を見にいきました。急にゆっくりした時間ができます。何をしたらいいかわからなくなりますね(笑)。

STAFF STYLE



▲大きなバッグに、
訪問に必要な荷物を
詰め込んでいます。



これが
井野口訪問看護
ステーションの
スタイルです！



愛犬！親子の
トイプードルです



背中には
ロゴがあります！



いってきまーす!

ベトナムから来た
介護技能実習生がいく! /

いのくち探検隊

今回のテーマ

普段働いている病棟を飛び出して
西高屋のリハビリディサービスに潜入調査!



井野口在宅リハビリテーションセンター
当法人は、2021年11月に西高屋に「井野口在宅リハビリテーションセンター」を開設。要支援または要介護と判定を受けた方を対象に、健康チェック・入浴・食事・機能訓練などのサービスを提供いたします。マシンでの筋トレやスタッフとのリハビリ、編み物や絵を描いたりなど、思い思いに過ごされる姿が印象的で、利用者さんはみな元気で明るい方ばかりでした。



体がのびる~っ!

ミッション1
レッドコードに挑戦せよ!



とても広々としています!

詳しい記事はHPで



手を振つていただき、楽しい時間になりました。

帰り際には利用者さんから「また来てねー!」と笑顔で日本語で答えていました。日本語で答えていました。「日本語上手ねー!」などたくさん声をかけてもらいました。実習生3人はしっかりとコミュニケーションも楽しみました。

利用者さんとのコミュニケーション交流せよ!



ベトナムってどんな国なの?

*井野口病院では、外国人技能実習生として、ベトナムから3名、ミャンマーから2名のスタッフが働いています。

どうして植木鉢なの?
地域包括ケアシステムを機能させるために必要な4つの柱を紹介したね。今回は、地域包括ケアシステムをより理解できる「植木鉢」の考え方を紹介するよ。
前号では、地域包括ケアシステムを機能させるために必要な4つの柱を紹介したね。今回は、地域包括ケアシステムをより理解できる「植木鉢」の考え方を紹介するよ。

教えて!
いーのくん
相談室



いーのくんは介護の話をするとオレンジ色になるよ!

土台を整えることで植物がしっかり育つ

介護予防・生活支援

心身の能力の低下、経済的理由、家族関係の変化などがあっても尊厳ある生活が継続できるよう行う支援。食事の準備などサービス化できる支援から、近隣住民の声掛けや見守りなどのインフォーマルな支援まで幅広く、扱い手が多様。



介護・医療・福祉

個々の抱える課題に合わせて「介護・リハビリテーション」、「医療・看護」、「保健・予防」といった専門的なサービスを提供。連携し、一体的に提供されるのが望ましい。ケアマネジメント(支援計画)に基づき、必要に応じて生活支援とともに提供される。

すまい

生活の基盤として必要な住まいが整備され、本人の希望と経済力にかなった住まい方が確保されること。高齢者のプライバシーと尊厳が十分に守られた住環境が必要。

一番大切!
本人の選択と本人・家族の心構え

地域包括ケアシステムでとても大切な考え方。住み慣れた地域で暮らし続けるため、地域でどのような生活を送りたいか、本人や家族が考え、互いに理解し、心構えを持つことが必要。



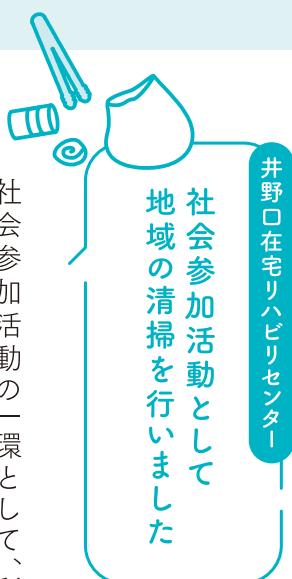
植物が育つためには土や鉢、それを支えるお皿が大切なんだね!
植木鉢に例えると確かに分かりやすいよ!

次回は千秋会がどのように地域包括ケアシステムに関わっているかを紹介するよ!



千秋会インフォメーション

／ホームページ・SNSでも最新情報を更新中！／



社会参加活動として
地域の清掃を行いました

社会参加活動の一環として、利用者のみなさんと施設周辺の清掃活動を行いました。
利用者さんが主体となり、道路脇や溝などに落ちているごみを收集。街がきれいになり、みなさんスッキリとした様子でした。
今後も利用者さん、スタッフともにきれいで過ごしやすい街を継続できるよう、こうした地域への社会参加活動を積極的に行っていきたいと思っています。



返却された「亀の絵」はグループホーム内にて展示いたします。ぜひご覧になつてください。



グループホームWOW!
広島県立美術館に入居者さんの作品が
展示されました



「病院ファンづくり甲子園決勝大会」において、当院の院外向け広報誌「はつらつ」を通じた病院ファンづくりの取り組みが、全国6エリアの予選を勝ち抜いた病院の中から第3位を受賞しました。受賞の詳細はHPをご覧ください。

井野口病院
「病院ファンづくり
甲子園決勝大会」
第3位受賞！

井野口病院

第5期外国人
技能実習生を迎えた



当院では外国人技能実習生を受け入れています。今回、当法人初となるミャンマーからの第5期実習生2名を迎えるました。現在は少しずつ環境にも慣れ、病棟で指導員の指導のもと、日本語や介護技術の習得に向けて学んでいます。ぜひ温かい目で見守ってください。

当院3階地域交流コミュニティースペースMotor（モトレ）では、地域の方が集まつてさまざまな趣味活動や教室が開催されていますのでこちらもご確認ください。
現在の趣味活動は、囲碁将棋サロンや俳句を楽しむ会を開催しております。興味のある方はぜひ一度お問い合わせください。
また、ホームページではMotorのイベントカレンダーを掲載しておりますのでこちらもご確認ください。

＜問い合わせ先＞総務課
082-422-3711（代）



井野口病院

Motorでの
イベントのお知らせ



西条北地域包括支援センター

当院スタッフとの
勉強会・意見交換を行いました

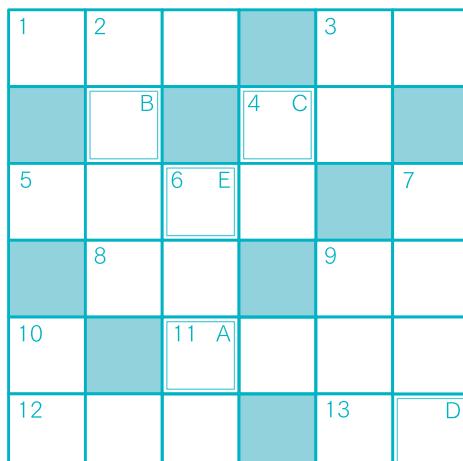
西条北地域包括支援センターでは、地域での様々な勉強会に加えて、井野口病院のスタッフとも勉強会を行つて相互理解を深めています。

先日はリハビリテーション科との勉強会を行い、グループワークを通して意見交換を行いました。

病院内にある地域包括支援センターのメリットを活かし、今後も医療と介護の連携を強化し、スムーズな支援に繋げるための活動に取り組んでまいります。

井野口病院と
スクラムを組み、
地域医療を支える
施設をご紹介！

↙ クロスワードにチャレンジ！ ↘



●タテのカギ

2. 异性が好きになって恋しく思うこと。
「〇〇〇〇感情」
3. 病気やけがを手術などによって
治療する医学分野。
4. 太陽がしづんでから次の朝までの暗い時間。
6. 物の上に文字を書くこと。「〇〇〇〇保存」
7. 家のお金のやりくりの記録簿。
9. 左へ曲がること。
10. 中が空になっている細長い円筒。パイプ。チューブ。

●ヨコのカギ

1. 「〇〇〇に花を咲かせましょう」
3. 木をくりぬいて鼻緒(はなお)をつけた、
日本特有の履き物。
4. 仕事の合間など、自由に使える時間。
5. 野球で打った球が
一塁線・三塁線の外側に落ちること。
8. 動かすことができないほど、大きな石。
9. アルコールが入っている飲み物。
11. 学校で教育を受けている人。「〇〇〇〇時代」
12. 口の中出てくる、食べ物を消化するための液。
13. 口が小さく脣の部分がふくらんでいる固い入れ物。

クロスワードの答え

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| A | B | C | D | E |
|---|---|---|---|---|

答えは次号で発表します。

前回の答え: サイレント

＼オリジナルグッズが当たる／ 読者プレゼント実施中！

クロスワードの答えと下記項目について明記の上、ハガキかWebから応募ください。

ハガキから

- ①氏名 ②住所 ③電話番号 ④はつらつの感想・ご要望
⑤クロスワードの答え を明記ください。

宛先 〒739-0007
広島県東広島市西条土与丸6-1-91 井野口病院 はつらつ係

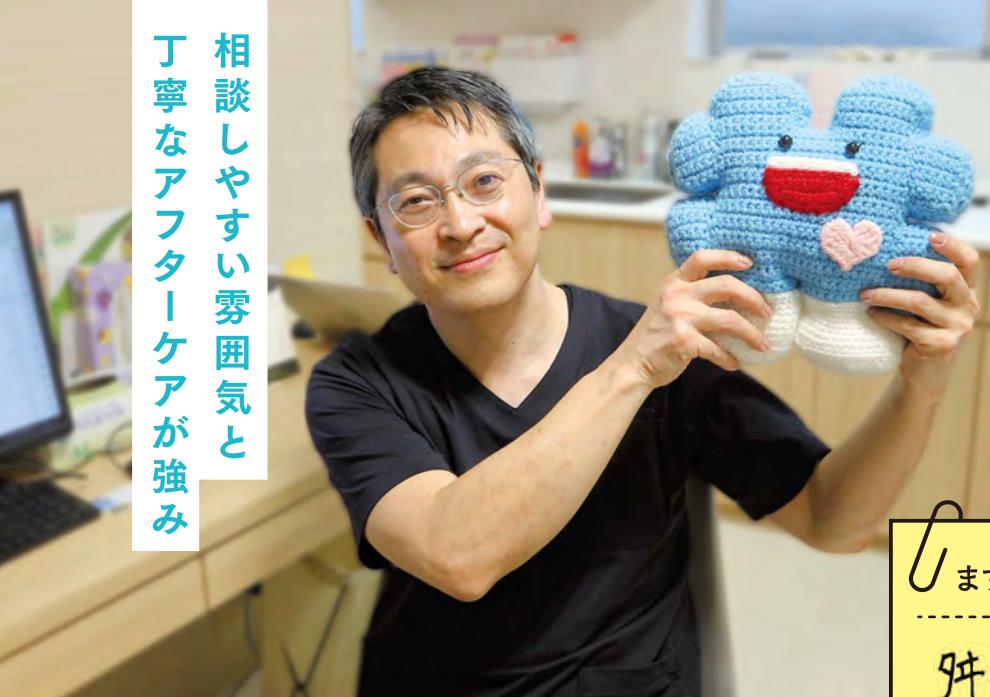
Webから



アンケートフォームから
質問事項に
お答えください。

応募締切
2024年7月31日(水)必着
※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

相談しやすい雰囲気と 丁寧なアフターケアが強み



ますもと乳腺クリニック

舛本 法生 院長

ークリニックの特徴

乳腺に関することはなんでも診療します。マンモグラフィや超音波検査による確定診断は、組織生検による異常が見つかった際は、組織生検による確定診断を行います。乳がんの手術や化學療法が終了した後の定期的なフォローアップをいたします。

乳腺炎などの良性疾患、高脂血症や骨粗しょう症の治療も行います。乳腺専門クリニックだからこそできる、細やかなサポートを心がけています。

ー診療で心がけていること

相談しやすい雰囲気を心がけています。治療中もなるべく日常生活が変わらないのが一番。患者さんが最善の治療を選択できるよう、安心して検査を受けていただけるように配慮しながらサポートしています。

ー井野口病院の印象

精密検査が必要な患者さんをたくさんご紹介いただきています。中には、検診でわざわざ異常を指摘され、早期の乳がんの

休日は8歳の愛犬『さくら』を散歩しています。散歩をうれしいと思っています。治療中もなるべく日々合ってくれているのかはわかりませんが、喜んでいるはず！今後も散歩を続けるつもりです。

ー地域の方へメッセージ

乳がんを患う方は年々増加しております。女性のがんの中で最も多くなっています。9人に1人の女性が乳がんになる時代です。一方で、早期に発見すれば根治する可能性も高く、決して怖い病気ではありません。早期発見・早期治療につながるお手伝いをしたいと考えております。不安を感じた時は気軽に受診してくださいね。



住所 西条本町12-2 木阪クリニックビル3階
TEL 082-424-2633
診療時間 9:00~12:30/14:00~17:30
※水曜12:30まで、土曜13:00まで
※受付時間:診療終了の30分前まで

水曜午後、
土曜午後、日曜、祝日

詳細はこちら



診断を得られた患者さんも。当

クリニックからもCT検査やMRI検査を依頼しています。

とても役立っています。この場を借りて感謝を申し上げます。

像を撮影していただき、診療にきれいに明確なわかりやすい画

表紙のはなし

特集のテーマ「がんは1／2」。ということで、広報係の大好きな某漫画をイメージしてスタッフにカンフーポーズを取ってもらいました！太極拳やカンフーは中国武術ですが、最近はその健康効果にも注目が集まっているそう。心身の疲れを癒し、身体の機能を高め、病気になるリスクを減らすためにも気になる方はチャレンジしてみてはいかがでしょうか？



編集後記

広報係Tは長く杉岡先生の机に置いてあった謎の球体が気になっておりました。今回のドクターインターイビューで、その謎が解けてスッキリ！パズルは実際にやってみるとなかなか難しく、奥の深さに驚きました。また先生に貸してもらおうと思います（笑）。

チャンネル登録＆フォローをお願いします



井野口病院
YouTube



井野口病院
Facebook



井野口病院
Instagram



井野口病院
X (旧Twitter)



東広島市
西条北包括
支援センター
Instagram



井野口在宅
リハビリテーション
センター
Instagram



グループホーム
WOW!
Instagram

