

2021 夏号

No.245

橋

はし



佐賀県 呼子大橋

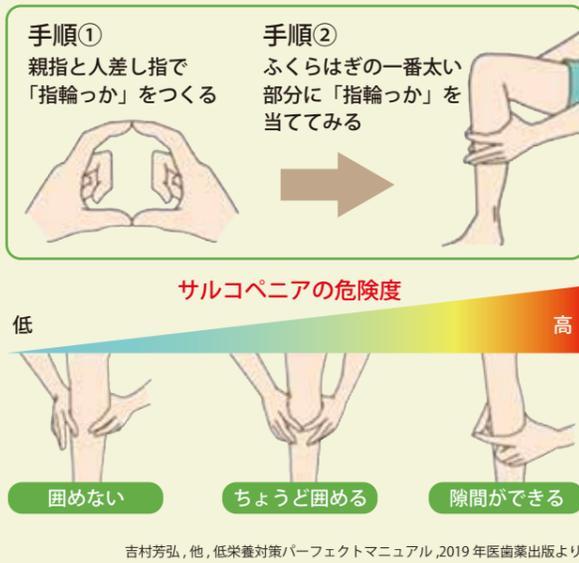
BRIDGE

最近、新聞やテレビ・インターネットで見聞きする事が増えてきた「サルコペニア」・「フレイル」。けれども何とも馴染みのない言葉です。

■「サルコペニア」とは

サルコペニアの語源はギリシャ語で、直訳すると「筋肉」が「欠乏」した状態です。つまり、加齢に伴って筋肉量、筋力もしくは歩行速度などの身体機能が落ちた状態を指します。(図1)

図1 指輪っかテストをやってみよう



■「フレイル」とは

フレイルとは「Frailty (虚弱)」の日本語訳であり、加齢に伴って身体的機能のみならず認知機能等の精神的機能が低下する状態をいいます。独居や経済的困窮などの社会的問題もフレイルを加速します。フレイルの評価方法は図2の通りです。あなたはいくつ当てはまりますか？ 早い時点で適切な治療・予防がなされないといわゆる要介護状態になります。

図2 フレイルの主なチェック項目



つまり、フレイルという概念はサルコペニアより広範囲に及ぶものであり、サルコペニアがフレイルの引き金にもなりかねないのです。

■糖尿病とサルコペニアの関係

糖尿病に罹患している方は下肢の筋肉量や下肢筋力が低下しやすく、サルコペニアになりやすい事が知られており、約15%がサルコペニアを合併しているという報告もあります。筋肉量が減少すると血糖を調節する能力が低下するため、さらに糖尿病が悪化するという悪循環に陥ってしまうのです。ここで気をつけないといけないのが、「サルコペニア肥満」です。運動不足にもかかわらず必要以上の食事を摂取する方がなりがちです。筋肉量が減少し、脂肪量が増加するため、体重や体型が変化しにくく気付きにくくなります。この様な方は歩行能力が低下するため寝たきりになる可能性が高くなります。サルコペニア肥満の方はそうでない方に比べて、要介護・転倒および骨折のリスクが数倍

に上昇するのです。

■適切な食事と運動で悪循環を絶つ！

糖尿病とサルコペニアの悪循環を断ち切るにはどのような治療がよいのでしょうか？ 薬物治療（内服薬やインスリン）を継続する事はもちろん大切ですが、サルコペニアと糖尿病を考えた時に重要なポイントは食事と運動です。

食事をする上で、筋肉の材料となるたんぱく質を合成するために必要な分枝鎖アミノ酸（ロイシン・イソロイシン・バリン）の摂取が欠かせません。これらのアミノ酸は体内で作る事ができないのです(図3)。

図3 フレイルを予防する食事のポイント

……………たんぱく質をプラスワン！……………



適切な摂取カロリー量の中でたんぱく質を日々の食事メニューに多く取り入れる事をお勧めします。

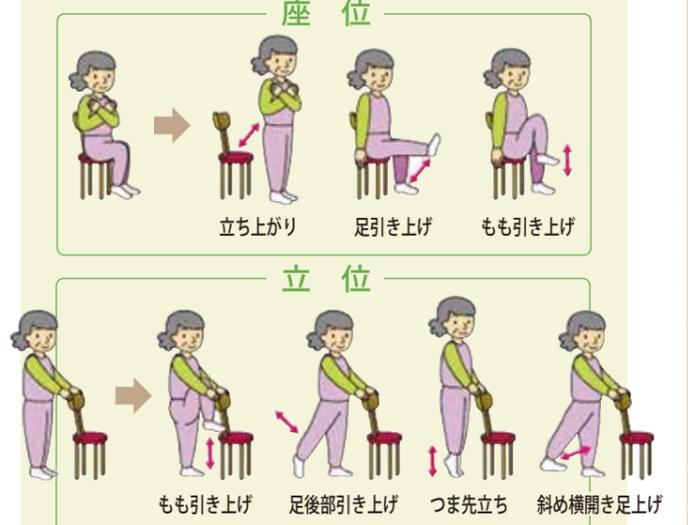
運動をすると血糖値が低下します。これは、筋肉が血液中の糖分を消費するからです。また、運動すると筋肉量が増えて、サルコペニアの予防・改善にもつながります。運動は有酸素運動とレジスタンス運動(図4)を組み合わせ

るのがよいと言われています。少し息が上がる程度まで、脈拍数で言えば60代の方は105/分まで、70代の方なら100/分まで、が適切な運動強度とされています。

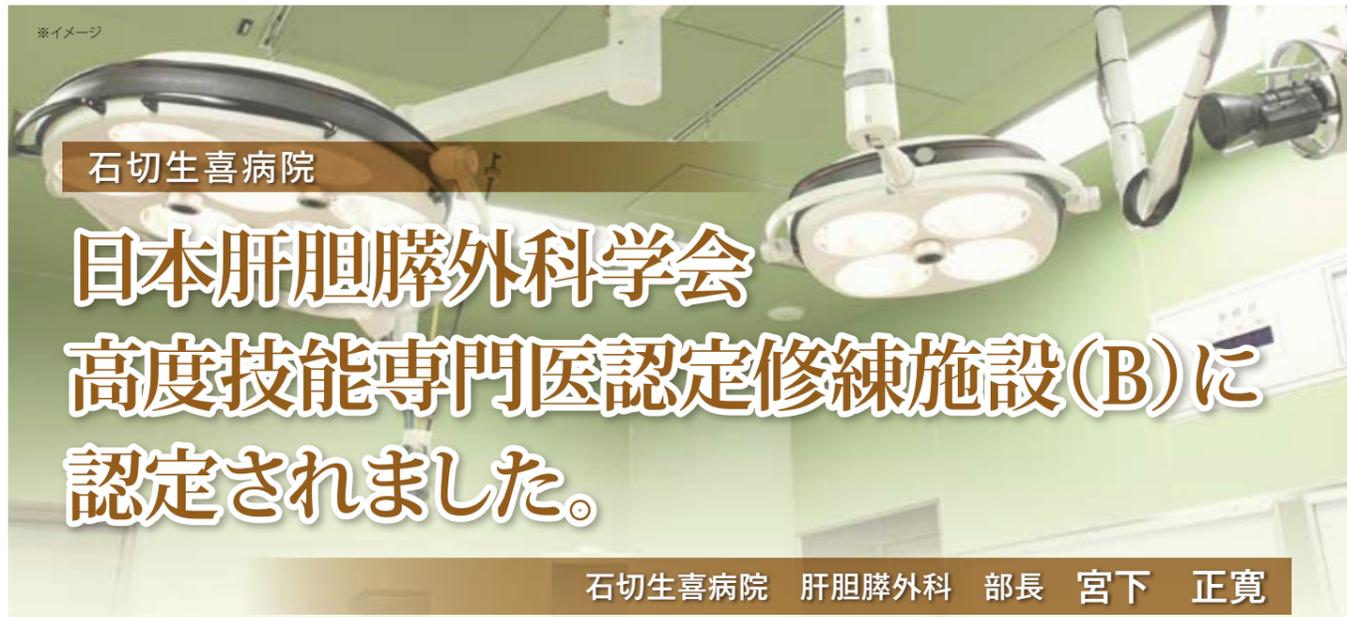
図4 適度な運動を(有酸素運動)



……………レジスタンス運動……………



最後になりましたが、適切な食事/運動療法によって心身ともに健康的な生活を送って頂けるよう、私達も微力ながらお手伝いさせて頂きたいと思っています。何かありましたら、いつでも気軽にお声掛けください。



石切生喜病院

日本肝胆膵外科学会 高度技能専門医認定修練施設(B)に 認定されました。

石切生喜病院 肝胆膵外科 部長 宮下 正寛

石切生喜病院は本年度、日本肝胆膵外科学会高度技能専門医認定修練施設(B)に認定されました。

この認定は、肝胆膵外科領域の基幹学会である日本肝胆膵外科学会により、高難度の手術をより安全かつ確実に行うことのできる外科医師を育成できる施設であると認められたことを表します。

修練施設には、高難度肝胆膵外科手術を100例以上経験した高度技能指導医あるいは高難度肝胆膵外科手術50例以上を術者として行い、手術ビデオ審査に合格した高度技能専門医が1名以上常勤しており、1年間に高難度肝胆膵外科手術を50例以上行っている施設を修練施設(A)、30例以上を修練施設(B)としています。

令和2年7月現在、日本全国に修練施設(A)が128施設、修練施設(B)が136施設存在しており、この施設に認定されている医療機関は、難易度の高い肝臓がん、胆道がん、そして膵臓がんの外科治療を提供することができます。



石切生喜病院では、指導医と専門医が1名ずつ常勤しており、引き続き質の高い肝胆膵外科治療に努めてまいります。



【オンコロ】とは… オンコロジー (oncology)。腫瘍学のことです。がんを主体に腫瘍の原因や治療などを研究する学問を指します。この連載企画では、がん患者さまやご家族さまへさまざまな情報を発信していきます。

ためらわないで！がん検診

～コロナ禍におけるがん検診の重要性～

法人本部 健康管理課 課長補佐 岡村 亮

新型コロナウイルスが大流行するなか、がん検診を受診される方が減っています。みなさまもご存じのように、がん対策で一番大切なキーワードは「早期発見！早期治療！」ですが、コロナ禍でがん検診や定期的な検診をためらっているうちに「早期」ではなくなる恐れがあります。

日本対がん協会のアンケート調査によると、国が推奨するがん検診（胃がん、肺がん、大腸がん、乳がん、子宮がん）を受けた人は、令和2年3月以降大きく減り、令和2年1～7月の累計は前年に比べて約5割も減っていました。

同協会は「来年以降、がんの中でもすでに大きくなっていたり、できた場所から広がって治りにくい進行がんの割合が増えることが懸念される」と警鐘を鳴らしています。



がん検診の目的は？

—治療・救命までが、がん検診—

がん検診の目的は、がんを見つけることだけではありません。検診の対象となる人たち（集団）の死亡率や罹患率を低下させることが、がん検診の目的です。

これまでの研究によって、胃がん、肺がん、乳がん、子宮頸がん、大腸がんの5つのがんはそれぞれ特定の方法で行う検診を受けることで早期に発見でき、さらに治療を行うことで死亡率が低下することが科学的に証明されています。

早期に見つけれれば、がんは決して怖い病気ではないのです。しかし、長引くコロナ禍の中、検診をためらうことにより、真のがん検診の目的である早期発見→早期治療→救命が果たせないのではないか？と強く懸念しています。

ためらうことなく、がん検診を受けましょう！

医療法人藤井会各施設では、住民健診として以下の通り、市町村のがん検診を実施しています。

医療法人藤井会 がん検診実施施設

※1 胃がん検診は胃透視検査（バリウム検査）と胃内視鏡検査があり実施自治体により異なります。

※2 前立腺がん検診は四條畷市在住の方のみの実施となります。

実施日、予約の有無など各施設により異なります。詳しくは各施設にお問合せください。

	胃がん※1	肺がん	大腸がん	子宮がん	乳がん	肝炎ウイルス	前立腺
石切生喜病院 (東大阪市在住の方)	○	○	○	○	○	○	
大東中央病院 (大東・四條畷・門真市在住の方)	○	○	○			○	○ ※2 四條畷市のみ
香芝生喜病院 (香芝市在住の方)	○ 香芝市・葛城市		○	○	○ 香芝市・広陵町 太子町・河南町	○	
藤井外科 (東大阪市在住の方)			○			○	
北河内藤井病院 (四條畷・大東・門真市在住の方)			○				
みくりや診療所 (東大阪市在住の方)			○			○	

石切生喜病院では 感染制御認定薬剤師が 常駐しています。

～抗菌薬適正使用支援チーム(AST)の役割～

石切生喜病院 感染制御部 池田 智絵

私は、石切生喜病院の抗菌薬適正使用支援チーム(AST: Antimicrobial Stewardship Team)に所属している感染制御認定薬剤師です。ASTはその名前の通り、抗菌薬の適切な使用を促すためのチームで、メンバーには医師、看護師、臨床検査技師、薬剤師がいます。抗菌薬とは、感染症の原因となる細菌を殺したり、その増殖を抑えたりする薬のことで、「抗生物質」あるいは「抗生剤」などと呼ばれていることもあります。

ASTでは、抗菌薬の適切な使用を通して、治療効果の向上や副作用の回避を目指します。感染制御認定薬剤師はその中で、患者さまに使用されている抗菌薬が原因菌に合っているか、用量がその患者さまに適しているか、治療期間が短すぎたり長すぎたりしないか、併用中の他の薬に影響がないかなどを確認しています。

どんな薬でも不適切な使い方をすると、きちんとした効果が得られない、副作用が出やすくなるなどの問題が生じますが、抗菌薬の場合はそれだけではありません。抗菌薬の不適切な使用は「耐性菌」(=抗菌薬が効かない細菌)の増加を招くと言われていました。人類は抗菌薬を手に入れたことで感染症を克服

してきた歴史がありますが、もし耐性菌がどんどん増え続ければ、昔の状態に逆戻りしてしまうことになりかねません。ある研究では、このまま何も対策を取らなかった場合、40年後には耐性菌による死亡者数が年間1000万人を超えると試算されています。また最近行われた調査では、国内でも年間8000人以上の方が死亡していることがわかっています。どこか遠い場所で起きている話ではなく、身近な問題だというイメージを持っていただけるでしょうか。

ここ1年以上、感染症と言えば新型コロナウイルスが大きな注目を集めていますが、耐性菌もまた世界の脅威であると考えられています。耐性菌の増加を防ぐという意味からも、抗菌薬の適切な使用は大切であり、それをサ

ポートするのがASTの役割です。



※イメージ

※イメージ

薬剤師による 糖尿病患者さまへの 薬剤指導の取組み について

石切生喜病院 薬剤室 和田 梨沙



糖尿病教室の実施

石切生喜病院では入院患者さまを対象に2週間に1回、計5日間にわたって、糖尿病教室を行っています。糖尿病と診断された患者さまへの治療に対する動機づけや病識についての理解、今後患者さまご自身が糖尿病と向き合っていくための知識を身につけていただくことを目的に行われています。

5日間を通して、医師・看護師・薬剤師・理学療法士・管理栄養士など、多職種の医療従事者がそれぞれ糖尿病の病態や合併症、治療法(薬物療法・運動療法・食事療法)や日常生活における注意点などについて講義を行っています。

その中で薬剤師は、糖尿病の患者さまが使用する内服薬及び注射薬の種類や作用、インスリン自己注射の手技や管理の仕方、血糖自己測定の方法や低血糖症状・シックデイ(感染症にかかり体調が悪い日)が起きた時の予防法や対処法などについて、説明を行っています。

外来患者さまへの インスリン指導の実施

石切生喜病院では平成30年9月より、薬剤師による外来患者さまへのインスリン指導を始めました。

インスリン治療に初めて取り組む患者さまに安心して治療を始めていただくために、インスリンの使い方や保管方法、使用する上での注意点などについて指導を行っています。

また、自己血糖測定の方法についても指導を行っています。血糖測定を自宅で行って頂くことでリアルタイムに自分の血糖値を把握することができ、よりよい血糖コントロールを目指すことができるようになります。

糖尿病患者さまへ病態やお薬のことについて説明を行わせていただくことでより安全かつ安心して薬物治療を継続できるようにサポートを行っています。今後も、分かりやすい説明や相談しやすい環境を作れるよう日々努力していきたいと考えております。



※イメージ



大東中央病院で奮闘中の新人看護師についてご紹介します。

大東中央病院でも6年ほど前から毎年、新人看護師が入職するようになり、今年も7名が入職しました。毎年、新人看護師の初々しい姿を眺めながら遙か遠い昔の自身を重ね懐かしく思うと同時に、新人看護師のこれからの成長に関わっていくと思うと身が引きしまる思いでいっぱいになります。

さて、大東中央病院の新人看護師の教育についてですが、入職1週間は基礎的な技術や看護記録などを集合研修で学び、その後、4週間かけ各部署のローテーション研修を経て、配属部署へと配属されていきます。来年3月までの1年間は毎月1回の集合研修を実施し3月の実践発表会をもって新人看護師の研修は終了となります。



これからたくさんの患者さまと接したり、さまざまな体験を通して自分の理想とする看護師像に少しずつ近づき、いつの日か、看護が好きと思ってもらえる日がきたら、新人看護師研修に関わる者として、嬉しいと思っています。

最後に…人類学者のマーガレット・ミードが『看護の本質』として看護師の職業について【3つのH】～Hand・Heart・Head～手と心と頭が一体となって働きうると言っており、私たち看護師の“手”について「看護という仕事こそ、人間の手が如何に大切な働きをするか教えてくれる」とこれはさまざまな場面で患者さまに触れる際に、手に込められた看護師の真実の思いやり・いたわりを手から感じ取れるということ。私も新人看護師を教育する立場として思いやり・いたわりを示しつつげられる「やさしい手」を持ち続けることができるように、新人看護師たちと一緒に心と頭を磨き続けて参ります。



デイサービスの園芸作業

藤井会新石切デイサービス 平田 智昭



藤井会新石切デイサービスでは、季節に応じて野菜や花の苗を植えて育てています。

これまでもオクラや大根、玉ネギなど季節に応じて栽培を行っており、収穫後はスタッフが調理し利用者さまに美味しく召し上がっていただいています。

新型コロナウイルスにより外出もままならない今、少しでも利用者さまに身体を動かし他者との交流の場を確保できるように、今年はレクリエーションとしてサツマイモの苗を一緒に植えました。安全面に配慮しスタッフが近くで見守る中、

園芸作業は行われました。皆さまは楽しそうに土の中にイモの苗を植え、待ち遠しそうに次の苗を待ち構えていました。気づけば苗は、あっという間に植え終わっていました。

皆さまの頑張りにより、今もサツマイモは元気に成長中です。収穫後に美味しく食べて、これからも元気で健康的な身体を作っていきましょう。



デイの庭を歩いています
玉ねぎが沢山出来ていました



フロア内は段差も無く
歩きやすくなっています



まさに旬!!

茄子 なす

石切生喜病院 栄養管理室 岩田 真季



今日も元気に歩いています

藤井会新石切デイサービス 尾崎 嘉則

藤井会新石切デイサービスでは、歩行訓練を積極的に行っています。若い時は当たり前のように歩けていても、加齢に伴う筋力の低下や麻痺や拘縮などにより、1人では安全に歩行する事が難しい場合があります。そこで機能訓練の時間を使ってなるべく歩く時間を多く持つようにしています。

フロア内は広くバリアフリーになっていますので見守りのもとで歩いたり、普段は車椅子の方でも施設の歩行器等を使って安全に歩行訓練が行われています。

先日は気候が良かったので屋外を散

歩しました。デイの畑を見たり、ちょっと足を伸ばして坂道を降った所にある駐車場まで歩くと、道端に綺麗な花を見つけました!「わあ~綺麗ね。外を歩けるのが嬉しい。もっと歩けるように頑張ります。」と仰っていただきました。

人と人の距離は空けないといけない時代ですが、心の距離は離れずに利用者さまに接していきたいと思っています。これからも利用者さまのニーズに合った機能訓練を提供していきます。



綺麗な花を
発見しました



※イメージ

なすは品種も豊富で大きささまざまな形(丸なす・卵形なす・中長なす・長形なす)があり、色も紫だけでなく白色なども出回っています。栄養価も、ビタミンB群・Cなどのビタミン、カルシウム・鉄分・カリウムなどのミネラル成分、食物繊維などがバランス良く含まれています。

なすの紫紺色の皮には、紫アントシアニン系色素・アントシアニンが多く含まれています。抗酸化作用があり、動脈硬化や老化の予防をはじめ、目や肝臓の働きを活性化する効果もあるとされています。できるだけ皮をむかずに調理して、取り入れたいものです。

美味しいなすの選び方

POINT 1 張りがあり、表面につやがある

POINT 2 もった時にずっしりと重みを感じる

POINT 3 ヘタの部分の棘が固く鋭くとがっている




夏野菜の和風サラダ

- 材 料 ・なす…60g ・油…6g
 ・オクラ…5g ・トマト…30g
 ・6倍濃縮つゆ…5g ・ショウガ・糸かつお…各少々

- 作り方 ① なすは乱切りにし、油で炒める。
 ② オクラは食べやすい大きさに切り、ゆでる。
 ③ トマトも食べやすい大きさに切っておく。
 ④ ①②③をお皿に盛り付け、薄めたつゆをかけ、
 好みにショウガ・糸かつおを添える。

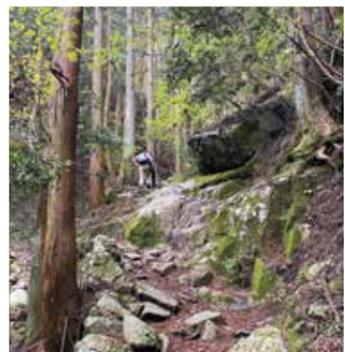


エネルギー 90Kcal 蛋白質 2.8g 脂質 6.2g 塩分 0.6g

石切生喜病院でも提供しています

大和葛城山

住道クリニック 事務部 副部長 吉岡 伸佳



新型コロナウイルスの影響で、出かけることもできず運動不足の今日このごろ。

たまには体を動かそうと低山の登山に出かけることにした。人ごみを避け、密になることもなく、人と接触することもない

のでコロナ禍でも安心かなあと思いバックパックを手に、いざ出発。これから向かうのは大和葛城山。

大和葛城山は、金剛生駒紀泉国定公園内にある標高959.2mの山で、葛城山とも呼ばれ奈良県御所市と大阪府南河内郡千早赤阪村の境にあり、北側の二上山と南側の金剛山とともに金剛山地のひとつである。今はコロナの影響で奈良県側の駐車場が使えないため、金剛山と葛城山の間にある水越峠から登ることにした。天狗谷ルートに登り、ダイヤモンドトレイルを下る周回ルートで、何度か歩いたコースなので慣れたものだ。

朝8時30分登山口に到着。丁度つつじが見頃をむかえていて、一目百万本といわれる、つつじの群生が山頂にあり、見るのが楽しみだ。最初はゆるやかな登りで、散歩道といった感じだ。30分ほど歩くと、いよいよ山登りといった感じになってくる。道が狭くなり、木々が左右にせまってくる。ちょっとした岩場あり、急斜面ありと冒険心が掻き立てられる。登山道の横には、せせらぎがあり、水の流れる音だけが聞こえる。すごく静かだ。水が流れているせいか、空気が少しひんやりとして気持ちいい。

急がず自分のペースでゆっくりと、景色や自然を楽しみながら歩くこと1時間30分で尾根に出た。尾根に出ると登山道の右側も左側も遮るものがなく、風が吹き抜け、とても気持ちがいい。ベンチがあるので、ここで少し休憩をとる。さっきまで汗でびしょりだったシャツがもう乾き始めている。さあ出発。これから先は

急な坂を登ることもなくゆるやかなアップダウンの道が続く。木々が針葉樹から落葉樹にかわってきた。若葉が生い茂り、薄い黄緑色が、光に反射し輝いている。いかにも春山といった感じだ。山頂まであと少し。他の登山者も、ちらほらと見えてくる。山頂到着。「大阪の街が一望」のはずが、この日は黄砂の影響で霞んでいる。少し残念だが、メインディッシュはこれからだ。

山頂から5分ほど行くといよいよ、つつじの林だ。山が真っ赤だ。疲れが吹っ飛ぶ。何度見てもすごい。今はまだ7分咲きらしいが、それでもこの景色。思わず「おおお」と声がでる。山頂でつつじを眺めながら、コンビニで買ったお弁当を食べる。小学校の遠足気分だ。お腹いっぱいになり、休憩も十分、そろそろ出発と思いながら、なかなか立ちあがれない。満腹感とつつじの景色が決断を鈍らせる。「よいしょ」と気合を入れ出発。つつじ林の中を通り抜け下山だ。何度も何度も振り返

りながら、つつじ林を後にする。帰りは違うルートを下る。下山はゆっくり歩いて1時間半くらい。下山は急な下りだが、急な所は階段になっているので危険な場所はない。眼下には奈良県側の町がみえている。帰りも違った景色が楽しめる。あっという間に水越峠に到着だ。5時間(休憩1時間を含む)ほどかけて葛城山を満喫した。

葛城山は、どのルートも登山道が整備されているので歩きやすい山です。秋には一面ススキの原、冬には樹氷と四季を通して楽しむ、登山ルートもいろいろあり、ロープウェイもあるので、体力にあわせて楽しむことができる。近所には、そんな山がまだまだ沢山あります。山頂を目指す登山ではなく、景色や森や花を楽しみながら歩く。そんな山歩きを楽しんでみてはいかがでしょうか。



病院奨学金制度を ご存じですか？



医療法人藤井会では
看護奨学生を募集しています

医療法人藤井会



看護奨学生募集

あなたの夢を応援します

看護師の養成学校（大学・短大・専門学校等）に在学中または
進学予定の方への奨学金貸与制度です。

奨学金制度のご案内 ▶▶▶ 就職活動に時間を取られることなく、学業に専念して頂けます。

- 1 看護師養成学校在学期間中、奨学金を支給（月額5万円～7万円）します。
- 2 看護師資格を取得、卒業後、すぐに奨学金貸与総額に応じた所定期間、
医療法人藤井会の関連施設に勤務することにより返済が不要になります。
- 3 在学中の病院勤務義務はありません。

詳しくは下記までお問合せください

医療法人藤井会 法人本部 事務局
奨学金担当：玉垣（たまがき）
☎ 072-988-3636
✉ k-tamagaki@fujikai.jp

石切生薬病院
〒579-8026 東大阪府守口市 18-28
香芝生薬病院
〒519-0252 奈良県香芝市穴田 3300-1
藤井会リハビリテーション病院
〒579-8220 東大阪府守口市 17-6
大東中央病院
〒574-6042 大東市大野 2-7-11
<http://www.fujikai.jp>



出水中央高等学校（鹿児島県出水市）では、全国から看護師を目指す
学生を募集しています。医療法人藤井会では出水中央高等学校看護科
（5年一貫教育）の入学金や学費等をこの病院奨学金制度にてサポート
しています。

ご興味のある方は出水中央高等学校 病院奨学金担当、または下記まで
ご連絡ください。

医療法人藤井会 法人本部事務局
人材確保・奨学金担当 玉垣（たまがき）
☎ 072-988-3636

お問い合わせ

日本の大学・短期大学・高等専門学校・専修
学校で学ぶ人を対象とした奨学金には、日本学
生支援機構の貸与型や給付型をはじめ沢山の種
類があります。病院奨学金制度とは看護師養成
学校在学中の学費等の一部を病院が奨学金とし
て支給し、看護師国家資格を取得後に奨学金額
に応じた所定期間をその病院に勤務する事によ
り返済が免除される制度です。

医療法人藤井会では、看護師を目指すさま
を経済的に支援するために、法人設立以来「看
護師養成奨学金制度」を運営してまいりまし
た。この制度を利用して鹿児島県や宮崎県、大
阪府や奈良県から毎年約25名から30名の新人
看護師が医療法人藤井会グループ内の各病院に
就職しています。最近では新型コロナウイルス
の影響による世帯収入の減少や、アルバイトが
無くなったことにより学費等の納入や生活が困
難になった学生を支援するために「新型コロナ
ウイルス緊急支援奨学金」の制度も新設いたし
ました。

将来看護師を目指している方や、看護師にな
りたいけれど経済的な理由で看護師の夢を諦め
ている方で、医療法人藤井会の病院奨学金制度
にご興味のある方は、下記までお気軽にお問
い合わせください。

出水中央高等学校
看護学科
中学卒業後、
看護師への最短コース！
看護学科5年一貫教育（男・女）
96.3%（全国平均90.4%）
医療福祉科
中学卒業後、
介護福祉士への最短コース！
医療福祉科3年間教育（男・女）
92.9%（全国平均71.0%）
当院の奨学金制度をご利用できます！詳しくは担当へ！！

ここにこ保育園 春の遠足

ここにこ保育園 榎 有加



春の遠足は、コロナウイ
ルス感染予防の為「東石切公園」
へお散歩遠足を予定していま
したが、あいにくの雨となっ
てしまい園内にある「ここに
こランド」で遊びました。

遠足当日、嬉しそうにリュ
ックを背負い元気に登園する子ども達。「今日はどこへ
行くの？」と尋ねると、「遠足！」「ここにこランド！」
と、とても嬉しそうに教えてくれました。準備ができた
のでいよいよ「ここにこランドへレッツゴー！！」
とわくわくした様子で向かう子ども達。ここにこラン
ドへ着きドアを開けると大きなエア遊具があり、
「わ～！！」「すごーい！」と大喜びで、「遊んでもいい
よ」と言われると遊具へ一目散に走って行きました。
大きな滑り台では、寝転んで滑ってみたり「せーの！」
でお友達と一緒に滑ってみたりと色々な滑り方をし
て何度も繰り返し楽しんでいました。トランポリンで
は、元気にジャンプ！ ふわふわしていて気持ちいい
ので寝転んでみたり、元気いっぱいジャンプして跳ね
るのを楽しんでいました。隣にあるボールプールにも

繋がっており、トランポリンのほうへボールを投げて
遊んだり、ボールのなかに隠れてみたりとそれぞれ好
きな遊び方を見つけて遊んでいました。

そしてたくさん遊んだあとは、待ちに待ったお弁当
の時間。お弁当箱を開けると可愛いキャラクターのお
弁当や色とりどりの美味しそうなお弁当が！「見て
～！」と嬉しそうに見せてく
れ、みんなで食べるママの愛情
たっぷりのお弁当はとても美
味しくぺろりと完食していま
した。お弁当を食べた後は、み
んなでおやつも食べました。
持ってきたおやつを美味しそ
うに食べ、色々な種類のおやつ
の中からどれから食べようと
選ぶのも楽しそうでした。

残念ながら天候には恵まれ
ませんでしたが、ここにこラン
ドには子どもたちの元気な声
が響き渡り、思い出に残る楽し
い一日となりました。



リレー随筆



4月25日より3度目とな
る非常事態宣言が発令さ
れ、7月のオリンピックの
開催について賛否両論があ
ります。

オリンピックの歴史は、

今から約2800年前に遡り古代ギリシャのオリンピ
ア地方で行われていた「オリンピア祭典競技」とい
われ、起源には諸説ありますが、もともと神々を崇
める体育や芸術の競技祭だったといわれています。
しかしその後、数々の戦乱に巻き込まれ古代オリン
ピックは、393年を最後に幕を閉じました。

古代オリンピックから1500年後、フランスの教

育者であったピエール・ド・クーベルタン男爵の働
きかけによって、オリンピックは復活の道を歩み始
めます。1894年、彼がパリ国際会議において提唱
した「オリンピック復興」は満場一致で可決され、
2年後の1896年、ギリシャのアテネで記念すべき
第1回オリンピック競技大会が開催されました。

今回のオリンピック開幕
にあたり、日本選手の活躍
が私たちの日々の生活に活
力を与えることを願って
います。



藤井会リハビリテーション病院 K・T



医療法人 藤井会

シンボルの由来

全体のイメージは藤井会のF。愛情・信頼・奉仕を表現しています。

医療法人 藤井会 <http://www.fujiikai.jp/>

石切生喜病院	〒579-8026 東大阪市弥生町18番28号 TEL 072(988)3121 http://www.ishikiriseiki.or.jp
大東中央病院	〒574-0042 大東市大野2丁目1番11号 TEL 072(870)0200 http://daito-central-hp.com/
香芝生喜病院	〒639-0252 奈良県香芝市穴虫3300番地3 TEL 0745(71)3113 http://www.kashibaseiki.fujiikai.jp
北河内藤井病院	〒575-0003 四條畷市岡山東3丁目1番6号 TEL 072(879)5311 http://www.kitakawachi.fujiikai.jp/
藤井会リハビリテーション病院	〒579-8026 東大阪市弥生町17番6号 TEL 072(983)7811 http://www.fujiikai-reha.jp
藤井外科	〒579-8004 東大阪市布市町3丁目6番21号 TEL 072(985)3051 http://www.fujiigeka.fujiikai.jp/
みくりや診療所	〒577-0034 東大阪市御厨南2丁目6番3号 TEL 06(6787)2508 http://www.mikuriya.fujiikai.jp/
深江クリニック (人工透析センター)	〒537-0002 大阪市東成区深江南3丁目22番13号 布施口ビル2階・3階 TEL 06(6977)2955 http://www.fukaclinic.jp/
住道クリニック (人工透析センター)	〒574-0046 大東市赤井1丁目13番1号 ポップタウン住道1番館1階 TEL 072(872)9555 http://www.suminodoclinic.jp/
藤井会新石切デイサービス	〒579-8014 東大阪市中石切町1丁目8番22号 TEL 072(987)5005 http://www.shinishikiri.fujiikai.jp/
藤井会ケアプランセンター	〒579-8026 東大阪市弥生町17番6号 藤井会リハビリテーション病院1階 TEL 072(983)7806 http://www.shinishikiri.fujiikai.jp/care/
藤井会訪問看護ステーション	〒579-8026 東大阪市弥生町20番20号 TEL 072(983)7622 http://www.houmonkango.fujiikai.jp
看護多機能施設さくら	〒579-8026 東大阪市弥生町20番20号 TEL 072(983)7633 http://www.kantaki.fujiikai.jp

藤井会グループ案内図

