



社会医療法人 岡本病院(財団)

理念 慈仁

いつくしみの心で、すべての命に平等に向きあう
2016年1月 社会医療法人 岡本病院(財団)



1 京都岡本記念病院

〒613-0034 京都府久世郡久御山町佐山西ノ口100
TEL 0774-48-5500

6 ひまわり保育園

京都岡本記念病院内



2 伏見岡本病院

〒612-8083 京都府京都市伏見区京町9-50
TEL 075-611-1114

2 居宅介護支援事業所 ふれあい

〒612-8082 京都府京都市伏見区岡替町14-157
TEL 075-622-5539

4 訪問看護ステーション ふれあい

伏見岡本病院内
TEL 075-603-7643

5 伏見岡本デイケアセンター

伏見岡本病院内
TEL 075-603-7633

3 おかもとクリニック

〒611-0025 京都府宇治市神明石塚54-18
TEL 0774-45-4110

1 岡本介護支援センター ひまわり

おかもとクリニック内
TEL 0774-46-7831

3 訪問看護ステーション ひまわり

おかもとクリニック内
TEL 0774-46-1711

7 おかもとクリニック通所リハビリテーションセンター

おかもとクリニック内
TEL 0774-46-0011

8 宇治おかもと安心介護の家(小規模多機能型)

おかもとクリニック内
TEL 0774-46-3311

慈仁
Jijin
春の皿には苦みを盛れ

明けましておめでとうござ
います。今年こそコロナを克
服する年になりますように。
宇治おかもと安心介護の家
の利用者さんのご家族から、
おかもとクリニックの花壇に
花を植えたことのお申し出が
ありました。これを機会に何
が植えてあるのか改めて見に
行きましたら、驚いたことに
雑草に混じって野草の路が群
生していたのです。
早春、雪の下にわずかに顔
を出す路の薺は春の訪れを感
じさせる山菜の1つです。乾
燥させたものは生薬として、
呼吸器系や消化器系の民間療
法に利用されてきました。ま
た、「春の皿には苦みを盛れ」
といいますが、熊も冬眠から
目覚めて最初に路の薺を食べ
ると聞きます。路の薺の苦み
や辛みは新陳代謝を促し、冬
に溜まった老廃物を排出させ、
体を目覚めさせ活動的にさせ
るのです。苦みにこそ冬から
春への変化を乗り越えさせリ
セットさせる効能がある、こ
れは今回のコロナ禍にも示唆
的です。
近年稀な未知の新型コロナウイルス
ウィルスの驚異的蔓延に医療
も大変な危機を迎えました。
医療崩壊の可能性、情報不
足・体制の不備に拭えない不
安の中、最後に残るのは使命
感であり他者への温かさであっ
たと思います。また、医療人
でなくともマスク着用やソー
シャルディスタンス等は本人の
感染予防というのみならず周
囲への思いやりでもあります。
自粛生活は孤立した状況と
は逆に互いを思いやる優しさ
を意識させるものではないで
しょうか。コロナ禍では多く
の問題が噴出し、いまだ解決
途上ではありますが、この苦し
みを踏み台に、より活気あふれ
る優しい社会を実現する春を
迎えたいものです。ほろ苦し
みを願つて。
おかもとクリニック
院長 桑原 正喜

(表紙の人 京都岡本記念病院 (左から) 循環器内科 主任部長 赤羽目 聖史 / 心臓血管外科 部長 合志 桂太郎 / 脳神経外科 主任部長 深尾 繁治 / 放射線科 主任部長 新田 哲久 : 4~6ページに記事)

●地域とともに歩む“岡本病院”の広報誌 ステップアップ

Step Up

みんなで一歩



社会医療法人 岡本病院(財団) 広報誌「Step Up」2021年1月発行 Vol. 337 発行…社会医療法人 岡本病院(財団) 印刷…株式会社 ITP





特集
ハイブリッド手術室で広がる治療
進化し続ける医療機器
京都岡本記念病院
All Okamoto For One
スペシャルメディカルクラーク第一号
医療事務作業補助者
もっと健康 おか・もっと!
おかもとクリニック通所リハビリテーションセンター



社会医療法人 岡本病院(財団)

2021年も よろしく願いいたします



社会医療法人
岡本病院(財団) 会長
伏見岡本病院 院長
おかもと とよひろ
岡本 豊洋

地域と共に生きる

新年おめでとうございます。

昨年春に始まった新型コロナウイルス感染症との闘いは、新年を迎えて今なお気を緩めることができません。「油断大敵」を肝に銘じ状況の克服に最善を尽くしております。

さて、少子高齢化と人口減少が迫りくる中、「令和は病院経営の大きな転換の時代になる」といわれてきました。幸か不幸か、この「コロナ感染症の流行」は現下の医療体制の脆弱さのみならず、これまでの医療政策の問題点や今後の課題を教えてくれているのではないかと、前向きに受けとめています。今こそ「正しい理解と判断」が欠かせません。まさに「経営力」が問われています。動き出した「地域医療構想」に向き合い、しっかりと方向性を見定め、当法人の各施設に与えられている役割と機能を担っていかねばならないと改めて痛感しております。

「地域を支え、地域に支えられる病院」として地域と共に生き、地域に貢献できることを願っております。今年もよろしく願いいたします。



京都岡本記念病院
院長
たかぎ としたか
高木 敏貴

「安心と信頼」を提供できる病院に

新年おめでとうございます。

昨年は社会全体が新型コロナウイルス感染症対策に追われる1年でした。当院も感染拡大、蔓延の中で、いかに患者さんに安心して医療を受けていただくか、職員が安心して質の高い医療を提供できるかについて腐心し、全力で対策に取り組みました。

想定外の規模の新興感染症の急拡大を受け、京都岡本記念病院の地域における役割と、どのような状況下においても「安心と信頼」を提供できる組織作りについて根本から病院のあり方を見直しています。

新しい年はあらゆることに対応をしていける組織、診療体制をソフト、ハードの両面から作り上げ、成長していく年にしたいと考えています。これらは当然、当院単独でできることではありません。地域の住民の皆様、医療機関、介護施設が一体となって取り組んでいかなければならない大きな課題です。その中で、京都岡本記念病院の役割を見つめ直し、「地域を支え、地域に支えられる病院」として貢献してまいりたいと思っています。

新しい年は、社会にとって、人々にとって本当に良い年になって行くスタートの年となることを切に願っております。今年も何とぞよろしく願いいたします。



社会医療法人
岡本病院(財団) 理事長
ふじい しんご
藤井 信吾

パンデミックの中で

あけましておめでとうございます。

昨年は未曾有の感染症が世界を覆い、病院、診療所や介護施設など医療施設は、今までに経験のない新型コロナウイルス感染症に戸惑い、その対応に苦慮する状態になりました。当法人の施設では、基本的に当院でPCR検査ができる態勢を整え、病院で働いている職員全員の定期的なPCR検査、入院予定患者さん、手術や検査前の患者さん、その他必要と思われる患者さんに積極的にPCR検査を行うことで、院内感染・施設内感染を起こさないことを目指しました。これは、医療施設が「医療崩壊」と言われる事態を防ぐための腐心でした。それと共に、一般診療が安全に行える体制を構築してきたことにより、今は病院としての日常性をかなり取り戻しつつあります。

新型コロナウイルス感染は、本年もパンデミックな状態が持続すると思っています。未知なるウイルスによるパンデミックな状態との闘いは、人類の歴史を振り返ってみますと、何度もありました。しかし、パンデミックとなりしても、通常は、いずれの感染症も2～3年の間に終息してきています。しかし、近代社会における国際的な頻繁な往来は、感染を急速に拡大させています。したがって、今回の場合でも、2～3年内には必ず終息してくるものと考えられていますが、この終息には有効なワクチンの普及が必須であると考えられています。それと共に、自粛しながら、国民一人一人が力を合わせて、感染しないことと他人に感染を移さない努力をすることが極めて大切なこととなります。

京都岡本記念病院、当法人では、このパンデミックな危機の中でも、地域医療・介護を安定して提供できるように、本年も引き続き地道な努力を継続する所存ですので、よろしく願いいたします。

第2回 慈仁賞・岡本賞が決定しました

社会医療法人 岡本病院(財団)では第2回目となる「慈仁賞・岡本賞」の受賞者を法人幹部による選定委員会と、会長・理事長らの2次にわたる厳正な審査で昨年10月に決定しました。

これは、法人の発展と地域の医療・介護を支えた方々に感謝の気持ちを伝えたいとの岡本豊洋会長と亡き夫人の思いから、法人設立65周年を記念して一昨年に創設された賞です。表彰対象は法人職員、法人に関わる業者、ボランティアなどです。

今回、慈仁賞には新型コロナウイルス感染症対策に重要な役割を果たした京都岡本記念病院 看護部 感染制御看護師 村中理奈主任が、岡本賞にはPCR検査体制の構築に貢献した京都岡本記念病院 臨床検査科 PCRチームら、3個人・チームが選ばれました。



京都岡本記念病院 表彰式



伏見岡本病院 表彰式

手術室とカテーテル室が合体！ ハイブリッド手術室で広がる治療

京都岡本記念病院では、手術台に心血管・脳血管エックス線撮影装置、CT撮影装置を組み合わせたハイブリッド手術室を2021年1月から開設します。



京都岡本記念病院

循環器内科 主任部長 あかばめ さとし
赤羽目 聖史 (写真 左)

心臓血管外科 部長 こうし けいたろう
合志 桂太郎 (写真 右)

これまで当院では、開腹・開頭手術は手術センターで、血管内の検査や治療（カテーテル検査・治療）は血管造影センターで別々に行っていました。

今回開設したハイブリッド手術室では、外科手術と血管造影カテーテルを同時に行えるようになります。手術だけでは困難な部位にカテーテルで到達でき、また逆に、カテーテルのみでは治療できない病変に手術を同時に行えます。

手術台で撮影するエックス線やCTなどの検査画像を融合させて描画するイメージングシステムが一新されますので、治療の精度がより高く、確実性が高まり、手術方法の可能性が広がります。

心臓の治療では、循環器内科と心臓血管外科がこれまで以上に連携を密にし、内科・外科の領域を超えた治療を行ってまいります。

ハイブリッド手術室は、心臓手術だけではなく、脳神経外科など、さまざまな領域で威力を発揮します。

ハイブリッド手術室で広がる治療

将来的にはTAVI（経カテーテル大動脈弁置換術）が可能になる予定です。心臓の弁膜症に対し、開胸せずにカテーテルで人工弁を留置する治療で、患者さんの体に負担が少なく、以前なら治療が困難とされた患者さんにも治療の機会が広がります。

TAVIはさまざまな条件を満たして認可を受けた施設でのみ行うことができる治療で、ハイブリッド手術室を設置していることが条件の1つとなっています。

進化し続ける 医療機器

医療は日々進化し、医療機器によって治療が広がる例も多くあります。京都岡本記念病院でも昨年から今年にかけて、さまざまな機器を更新・導入しています。主なものを紹介します。

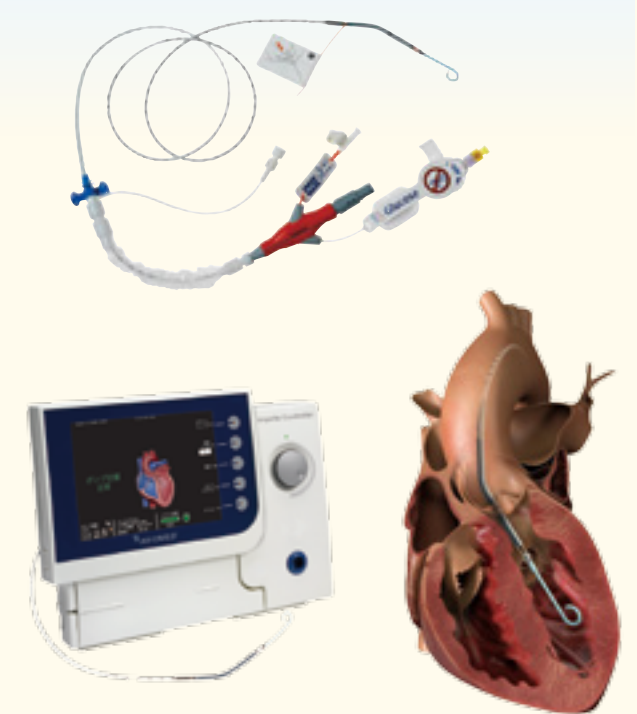
補助人工心臓インペラで救命率アップを

インペラ（IMPELLA）は小さなポンプが装着されたカテーテル（管）を、左心室の中に入れることで、動かなくなった心臓のかわりに全身に血液を送ることができる補助人工心臓です。海外では10年以上前から使用されていましたが、日本では2017年から導入が開始されました。

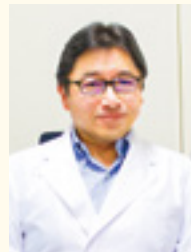
急性心筋梗塞や劇症型心筋炎など、急激な心機能の低下に伴う心原性ショックに対し循環補助のために使用します。開胸することなく治療ができるので、患者さんへの負担が小さくなります。

これまでの循環補助装置では、必ずしも救命率が高くない状態も見られましたが、インペラの使用で救命率が改善する可能性があります。

インペラ導入で、心原性ショックの救命率の上昇を目指します。



写真はイメージです



320列CTで撮影が低被ばくに

京都岡本記念病院 放射線科
主任部長 のりひさ
新田 哲久



320列エリアディテクターCTを導入しました。従来の64列CTでは約4cm弱のセンサーが撮影を行うので、4cmを超える臓器は何巡か回転をしての撮影でしたが、320列CTは16cmのセンサーなので、心臓や脳など16cm以下の臓器は1回転で瞬時に撮影ができます。これまでカテーテル検査が主流だった心臓検査にもCT検査で代用できる可能性が広がりました。

また本装置の最大の特徴は、人工知能技術を駆使して、患者さんへの被ばく量や造影剤の量が大幅に低減され、かつ、今まで以上の高精細な画質を得られるところです。半年に一度や年に一度CTを受けられる患者さんにとって、また小児の患者さんにも、被ばく低減は大きなメリットです。

さらに、CTで患部の細胞を採取するCT下生検や膿瘍の治療に、最新のCT透視技術で安全・迅速に施行が可能となります。これまで以上に安心してCT検査を受けていただくことができます。



オーアームで脊椎手術がより正確に

京都岡本記念病院 脳神経外科
主任部長 ふか お
深尾 繁治



オーアーム（O-arm）は、エックス線を用いた高精細な透視画像と、3Dの断層画像を手術中に撮影できる機械です。アルファベットの『O（オー）』の形をしており、その輪のなかに手術台が入り360°方向からCTスキャンが行えます。

これまででは、手術に先立ってエックス線やCTを撮影していましたが、オーアームは手術中に撮影をするので、非常に高い精度で手術を行うことができます。

脊椎や脊髄のハイリスクな手術が安全、正確に実施可能となり、合併症なども軽減されます。



☒ 受診するには **まずはかかりつけ医に**

京都岡本記念病院は地域医療支援病院です

普段の診療は地域のかかりつけ医の先生にお願いし、救急医療・専門外来・精密検査・入院などを担います。

京都岡本記念病院での診察・手術をご希望の方は、まずはかかりつけ医にご相談ください。かかりつけ医からの紹介状をお持ちいただくと初診時選定療養費(5,500円)が不要です。

各診療科の診療時間や外来受診の方法はホームページをご確認ください。

TEL 0774-48-5500 (代)
京都岡本記念病院



All Okamoto For One

All For One(みんなは一人のために)。現代の医療現場では多様な技能・技術を持つプロフェッショナルがチームを組み、患者さんの治療に当たっています。

今回は厚生労働省が推進する「医師の働き方改革」を支える、医療事務作業補助者を紹介します。

スペシャルメディカルクラーク 第一号

医療事務作業補助者

京都岡本記念病院 診療事務課 課長
おお た たえ こ
大田 妙子



10年余り前、娘がまだ小学生だったこともあり「15時で帰れるならと気軽に始めたパートだったのに」と笑う。気が付けば、病院独自資格「スペシャルメディカルクラーク」第一期合格者3人のうちの1人として、総勢31人を率いる部署の課長に。

医療事務作業補助者は、医師が行う業務のうち、診断書作成、電子カルテ入力などの事務作業をサポートする。その呼称は医療秘書、医療クラーク、メディカルアシスタントなど病院によってさまざまで、民間資格が数種存在する。慢性化している医師の残業削減への貢献が期待され、厚生労働省が推進する「医師の働き方改革」の鍵を握る職種だ。

京都岡本記念病院では昨年の9月まで17人だった部署に、10月以降大幅な増員をした。専門職としての地位を確立できるよう、教育体制と評価の仕組みも整え独自資格も創設した。「国家資格のない職種なので、他院では非常勤雇用も多く待遇もまちまち。そのなかで当院は理事長、院長の理解と支援をいただき感謝しています。その半面責任の重さを感じています」

自身が仕事を始めた頃は、マニュアルもなく同職種の先輩もなく、医療用語も分からずに周囲に迷惑をかける事も多かった。医師の指示には専門用語と略語が飛び交い、英語、ドイツ語、ラテン語がいりまじる。「なにくそ」と分かりたい一心で、多職種に質問をし、勉強を繰り返したある日、医師が資料のコ

ピーを机の上に置いてくれていた事があった。涙が出るほどうれしかった。

現在は、希望して増員に応じた後輩たちに向け、主任たちが「分かりやすい教科書」作りに励み、熱心に指導している。

この仕事に大事なことは何かと聞いたら「向上心と医療に関する知識。それとコミュニケーション能力」。自分たちには治療はできないけれど、仕事の向こうには必ず患者が居る。どんなに小さな事でも医師や多職種への確認が重要となる。相手が話し下手な医師だったとしても、ひるまずキャッチボールを怠らないことが患者を守ると信じている。

患者を助けるため、医師は日々奮闘している。医師が患者と向き合える時間を少しでも多く作れるよう、部署の全員が「スペシャル」を目指して前進している。



熱気あふれる新体制での第1回会議を感染に配慮し開催

【スペシャルメディカルクラーク】

医師が行う事務作業を医師の指示のもとに代行する。社会医療法人 岡本病院(財団)では、法人独自の昇格試験によって職能レベルを1～5まで設定し、レベル4以上に「スペシャルメディカルクラーク」の呼称を認める制度を、昨年11月から導入した。「スペシャルメディカルクラーク」になるには、民間資格3種いずれかの取得、院内独自の評価表による評価と実技模擬審査の合格が条件となっている。

リハビリに集中したい人にぴったり 「おかもとクリニック通所リハビリテーションセンター」

おかもとクリニック
通所リハビリテーションセンター
おむらのりゆき
所長 小村 訓之

このコーナーは、医療福祉の新しいサービス、健康づくりに役立つ情報を紹介します。今回はおかもとクリニック内に昨年4月にオープンした「おかもとクリニック通所リハビリテーションセンター」について紹介します。



Q 通所リハビリテーションってどんなサービス?

A 介護保険を使ってご自宅などから通いで利用するリハビリに特化したサービスです。理学療法士による個別リハビリや、マシンを使ってのリハビリができます。



Q どんな特色がありますか?

A 当事業所では、食事や入浴、レクリエーションなどは行いません。マシンを使った筋力測定や、運動機能の評価、体組成(体重、筋肉量など)を測るなどご利用者の状態を定期的に把握してリハビリを行います。

下記のような方におすすめです。

- 入浴、食事、レクリエーションなどは不要。リハビリを重視したい。
- 病院の外来(医療保険)でのリハビリが終了したが、もっとリハビリを続けたい。
- 理学療法士の専門的なリハビリを希望。
- 長時間の利用は負担。リハビリに集中して短時間で帰りたい。

Q どのような人が利用できますか?

A 介護保険による要支援・要介護認定を受けている方(要支援1～要介護2の方が多数ご利用中)が対象となります。

Q 利用するにはどうすればよいですか?

A まずは、ケアマネジャーに相談ください。お住まいの地域や、身心の状態により、サービス提供が可能かどうか、ケアマネジャーを通じて相談できます。



おかもとクリニック 通所リハビリテーションセンター

〒611-0025
京都府宇治市神明石塚54-18
おかもとクリニック内

☎ 0774-46-0011
FAX 0774-46-0012



からだ
カラダ

～自宅で介護 アドバイス～

身体介助やリハビリなど「身体」に関わる専門職ならではの知識や技術を、わかりやすくお伝えします。

今回のテーマ

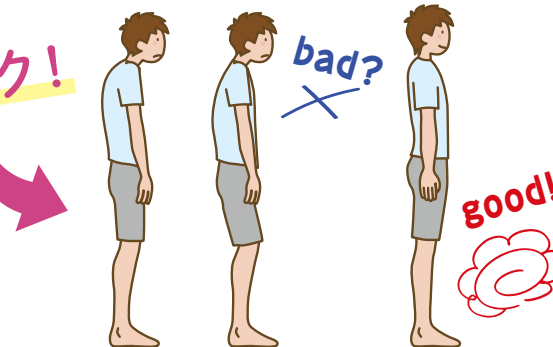
意識しよう!「良い姿勢」

伏見岡本病院 リハビリテーション科 上村 拓矢 (理学療法士)



まずは…
姿勢チェック!

視線は前方に、
楽な姿勢で



こんな姿勢になっていませんか?

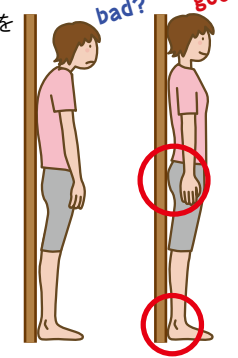
「良い姿勢」

「良い姿勢」は転倒しにくい、若く見えるなどたくさんのメリットがあります。しかし、「悪い姿勢」は腰痛や転倒の原因となり、手が挙げづらくなったりさまざまなことに影響を及ぼします。ここでは「良い姿勢」になるためのチェック方法やトレーニングを紹介します。

姿勢テスト!

✓ 後頭部-壁あてテスト

かかととおしりを壁につけて、後頭部を壁につけることができますか?



✓ 背筋伸ばして両手バンザイテスト

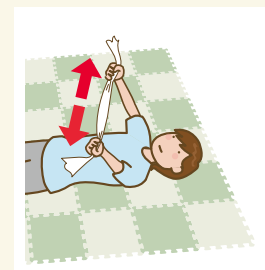
「良い姿勢」を維持して両手バンザイできますか?



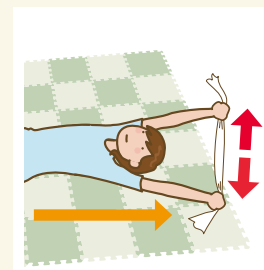
できない

できない

トレーニング 01



寝ころんで、タオルを横に引っ張る(肩が痛い方はこれだけでもOK)

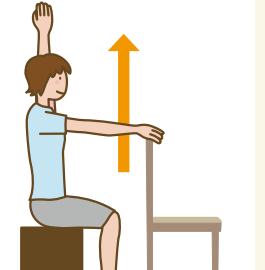


引っ張りながらバンザイ ↑

トレーニング 02



椅子に手を置いて背筋を伸ばす



背筋伸ばして片手バンザイ左右繰り返す

～注意点～

- 肩が痛い方は無理しないようにしましょう!
- 日頃から「良い姿勢」を意識するようにしましょう!

研修医 **たないま** 奮闘中！ 京都岡本記念病院は臨床研修指定病院です

「神の手」と言われる医師も、大きな病院の院長も、みんな最初は研修医でした。

京都岡本記念病院は、医師免許を取得して1年目・2年目の初期研修医を教育する病院として、厚生労働省から認定を受けています。



未来を担う医師たちです

臨床研修プログラム責任者

みやた まさとし
宮田 正年
(消化器内科主任部長)

京都岡本記念病院は、研修医を教育する施設となっています。医師であっても社会人1年目です。手技の未熟さや、コミュニケーション不足により、患者さんにご迷惑をお掛けすること多いかもしれませんが、未来の人材育成のため、温かく見守っていただければ幸いです。

1年目
研修医

ふるむろ たいせい
古室 太誠



京都岡本記念病院では日々経験を積みながら、患者さんの目線に立って寄り添えるような医師に成長していきたいと考えています。積極的に患者さんと関わりたいので、院内で見かけた際にはお気軽にお声がけいただくと幸いです。よろしくお願いいたします。



2020年度は12名の1年目初期研修医が当院で働いています。

新着任医師

2020年10月1日入職

きむら ひでき
木村 英希

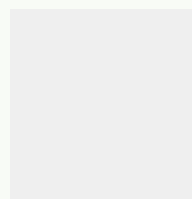
京都岡本記念病院
循環器内科／専攻医
京都府立医科大学卒(H29年)
患者さまへ 何かあればいつでも声をかけてください。



2020年11月1日入職

でぐち たくと
出口 琢人

京都岡本記念病院
救急科／専攻医
久留米大学卒(H28年)
患者さまへ よろしくお願ひいたします。



養生三宝「白菜」

京都岡本記念病院 栄養管理科
ふるたに じゅんこ
古谷 順子 (管理栄養士)



大根・豆腐と共に「養生三宝」と呼ばれ貴重な食材とされている白菜。最もおいしい季節はちょうど鍋がおいしくなる11月～2月頃になります。

しっかり上が閉じていてずっしりと重たく、葉がみずみずしい物を選びましょう。白菜は切ってからでも成長を続け、時間とともに断面が膨らんでくるので、カットされている物は断面が平らな物を選びます。「ゴマ症」という黒い斑点がある場合、正体はポリフェノールと言われており食べても問題ありません。

丸ごとの場合、新聞紙などでくるみ冷

暗所で保存。カットした物は切り口部分までしっかり包んで冷蔵庫の野菜室へ。どちらにしても縦にして置くと日持ちが良くなります。

約9割は水分ですが、ビタミンC、カリウム、マグネシウムなどのミネラル類を含んでおり食物繊維も豊富です。また甘味が少ない分、低カロリー食材とも言えます。

クセがなくどの料理にも馴染む白菜。これからの季節、お鍋や相性のよい豚肉との組み合わせはいかがでしょう。



京都岡本記念病院

集団教室のご案内

開催場所 **京都岡本記念病院**
3階 おかもとホール

※新型コロナウイルス感染拡大状況により、中止や延期となる場合がございます。

○糖尿病バイキングは食事付きになりますので、**事前予約が必要**です。

○バイキングは外来の方のみ食事代有料です。栄養管理科までお申込みください。

**その他の教室は
申し込み不要・参加費無料です。**

注)都合によりテーマや担当者、場所が変更となる場合がございますので予めご了承ください。

お問い合わせ・お申し込み

栄養管理科 (TEL 0774-48-5586)

	開催日	開始時間	教室名	テーマ・内容
1月	4日 月	15時	腎臓病教室	加工品や調味料の隠れ塩分ってどれくらい?／慢性腎臓病(CKD)ってどんな病気?
	7日 木	14時	糖尿病教室	フットケア
	8日 金	11時半	糖尿病バイキング	食品交換表について・食事会
	14日 木	14時	糖尿病教室	分類を間違いやすい食品を知ろう
	16日 土	14時	食生活教室	高血圧症について～少ない塩分でも美味しく食べる工夫～
	21日 木	14時	糖尿病教室	糖尿病治療について
	22日 金	11時半	糖尿病バイキング	食品交換表について・食事会
2月	28日 木	14時	糖尿病教室	運動療法
	1日 月	15時	腎臓病教室	からだに負担をかけないカリウムのとり方／正しい血圧の測り方とは?
	4日 木	14時	糖尿病教室	フットケア
	12日 金	11時半	糖尿病バイキング	食品交換表について・食事会
	18日 木	14時	糖尿病教室	糖尿病治療について
	20日 土	14時	食生活教室	高齢者のための食事の工夫
	25日 木	14時	糖尿病教室	糖尿病と薬／検査のお話
3月	26日 金	11時半	糖尿病バイキング	食品交換表について・食事会
	1日 月	15時	腎臓病教室	外食で減塩はどうやるの?／腎臓病の薬と市販薬で気を付けたいこと
	4日 木	14時	糖尿病教室	フットケア
	11日 木	14時	糖尿病教室	油を減らす調理の工夫
	12日 金	11時半	糖尿病バイキング	食品交換表について・食事会
	18日 木	14時	糖尿病教室	糖尿病治療について
	25日 木	14時	糖尿病教室	糖尿病の日常生活
	26日 金	11時半	糖尿病バイキング	食品交換表について・食事会