

樹良会便り

第11号



平成25年10月発行

高亀医院 (内科・整形外科・リハビリテーション科)

健康・介護教室

毎月第3金曜日の13時15分～14時まで
高亀医院外来待合室にて「健康・介護教室」を
開催しています。毎月違った内容の話になっております
ので、興味のある方は是非聞きに来て下さい。
平成25年9月20日(金)第38回は、「転倒予防教室」
～転ばない為の5つの心得～と題して、理学療法士より話が
ありました。



転倒する要因として、【①筋力・関節機能の低下、②バランス能力
の低下、③視覚・聴覚機能の低下、④薬の副作用】など4つの内的
要因と【室内・室外の環境や服装・靴】など1つの外的要因があるこ
との説明や予防・対策として実際の運動方法の説明などを行いました。



次回 第39回健康・介護教室

題 「年はとっても蛋白質は必要」
～新型栄養失調で寝たきり・要介護リスクが高まる～
日時：平成25年10月25日(金)13:15～14:00
場所：高亀医院外来待合室



【靴外来】

当院では「靴外来」を行っております。お困りの方は当院整形外科でご相談下さい。

次回予定 日時 平成25年11月4日(月) 9:00～



介護老人保健施設くぼ 敬老会

平成25年9月12日(木)に介護老人保健施設くぼと
高亀医院通所リハビリテーション合同で敬老会を
行いました。

今年はボランティアの辻さんによるクラリネット
演奏会が行われました。素晴らしい音色に利用者の
皆様もうっとりされていました。

いつも
ありがとう



9月12日(木)は敬老の日の行事食でした。



(高亀医院・老健くぼ)

【献立】

- ・祝い寿司
- ・海鮮天ぷら
- ・炊き合わせ
- ・白和え
- ・吸い物

<10月の行事予定>

- ・老健くぼ大運動会
- 10月21日以降で開催予定



9月19日(木)は十五夜のため、それに因んだ昼食とおやつでした。



- ・ごはん
- ・スコッチエッグ
- ・菊花和え
- ・具沢山里芋汁
- ・フルーツ



十五夜デザート

発行
医療法人社団 樹良会
高亀医院・介護老人保健施設くぼ
介護保険サービスセンターくぼ
〒722-0062
広島県尾道市久保二丁目24番17号
TEL 0845-37-3102 FAX 0845-37-7845
高亀医院ホームページ
<http://www.kougane.jp/pc/>

編集者 山本・小田