

2024 年
7・8月号

42

医療法人一祐会
藤本病院グループ
広報誌『ポンず』

Pon's

CONTENTS

- 3 新着任医師の紹介 半田 医師
- 4 リハビリテーション科の健康体操
- 6 藤本病院グループ 地域交流イベント
- ・ フジフェス 2024
- 17
- 18 藤本病院グループ施設紹介
- 19 藤本病院で健康チェック！
- 19 ポンちゃんニュース！

広報誌『ポんず』は

寝屋川市に暮らす皆さんの健康促進を目的に、医療・介護をはじめとするヘルスケアに関する情報を発信するとともに、藤本病院グループ施設「藤本病院」「介護老人保健施設 ハーモニイ」「サービス付き高齢者向け住宅 シンフォニー」「藤本病院訪問看護ステーション」「藤本病院居宅介護支援事業所」の情報を掲載いたします。



ポんちゃん

『ポんず』というタイトルは、藤本病院受付にいるスッポンの「ポんちゃん」から名付けられました。ポんちゃんがキャラクターとなり、当広報誌をご案内します。

CONTENTS

- 3 新着任医師の紹介 半田 剛士 医師
- 4 藤本病院リハビリテーション科の 健康体操
- 6 藤本病院グループ 地域交流イベント
フジフェス 2024
 - ・フジフェス 2024 ご案内
 - ・コンサートのプログラム
 - ・ロビーイベントご案内
 - ・YouTube にて同時配信！
 - ・フジフェス 2024 のテーマ
 - ・テーマ作品の紹介
 - ・出演者インタビュー
- 18 藤本病院グループ施設紹介
- 19 藤本病院で健康チェック！
- 19 ポんちゃんニュース！

新着任医師の紹介



半田医師からのメッセージ

このたび、5月1日より藤本病院に入職しました半田剛士と申します。整形外科を担当します。よろしくお願いします。

出身はお隣の枚方市です。2013年に名古屋市内にある藤田医科大学を卒業しました。その後は、関西医科大学、明治橋病院、香里ヶ丘有恵会病院と大阪の病院で勤務しました。

整形外科の分野は、骨・関節・靱帯・筋肉・神経と人の運動器に関わるもので、事故やスポーツによる骨折や外傷の他、先天的疾患や加齢による疾患（骨粗しょう症、関節リウマチ、痛風など）と種類は多岐にわたります。

私が得意としている手術は骨折一般です。転倒やスポーツによるケガなど、気になることがあれば、すぐに受診し

◇ 整形外科

半田 剛士 医師

(はんだ たけひと)

プロフィール

- 藤田医科大学 (2013 年) 卒業
- 専門：骨折、リハビリ、リウマチ、スポーツ整形
- 資格：日本整形外科学会 整形外科専門医
※その他の資格は藤本病院ホームページに掲載しています。
- 趣味：子どもと遊ぶこと、音楽鑑賞（洋楽ロック）
- 健康のためにやっていること：

エスカレーターやエレベーターがあっても、できるだけ階段を使うようにしています。

てください。

寝屋川市は65歳以上の人口が3割を超え「超高齢社会」と言われています。年齢を重ねるとホルモンバランスの影響などで、自然と骨密度が低下し骨折の可能性も高くなります。「バランスの取れた食事、運動、日光を浴びる」といった習慣を日頃から心掛けてください。予防していても骨は折れますが、日頃から気を付けることで、転倒の予防になったり、折れても大きな手術にならないなど、大事を防ぐことができます。



健康体操

年齢を重ねたり、座っている時間が長いと足の筋肉が衰えてきます。筋力の低下は身体機能や代謝機能の低下につながり、血行不良を起したり、疲れやすい身体になります。

また、脂肪がたまりやすくなり、肥満に結びつき多くの疾患リスクが高まります。座ったままで出来る体操を紹介します。無理のない範囲で、適度に身体を動かしましょう。

解説 嶋地克信
理学療法士

体操モデル

- ・村元 翔汰
- ・塩見 一成
- ・嶋地克信
- ・石橋 碧乃

1. 首の運動

左右5回ずつ



左右にゆっくり首を倒します。首、肩の筋肉が伸びているのを感じましょう。

まずは深呼吸



空気を鼻から吸って、口から吐きましょう。

3. 手と頭を使った運動

10回



前に出した右手はパーに、胸の前で構える左手はグーに。左右の手を入れ替えます。

10回ずつ

2. 肩を回す運動



両手で肩を持つようにし、前から後ろへ、肘で円を描くように回します。反対回しもやりましょう。



8. 足首の運動

つま先を上げて、次にかかとを上げます。交互に行いましょう。



6. ひざを伸ばす運動

背筋を伸ばし、片足の膝を伸ばし切ります。ゆっくり下ろしましょう。交互に行います。



4. 体幹を回す運動

胸の前で手を交差します。そのまま右隣を見るように上半身をひねります。反対もやりましょう。



7. 足を開く運動

両足をそろえる。ひざを横に大きく開いて、元に戻す。この動作を繰り返します。



5. もも上げの運動

体幹を鍛え
転倒予防に

背筋を伸ばし、歩くように片足ずつ足を上げます。上げた足はゆっくり下ろしましょう。

深呼吸で終わります

藤本病院グループ
地域交流イベント

フジフェス 2024

パッション!～人生に彩りも～

2024年

7/13 土 開催

会場：アルカスホール

Page

- ▶ 7 フジフェス 2024 ご案内
- ▶ 8 コンサートのプログラム
- ▶ 9 YouTube にて同時配信！
ロビーイベントご案内

- ▶ 10 フジフェス 2024 のテーマ
テーマ作品の紹介
- ◆ 出演者インタビュー
- ▶ 11 大東ウインドオーケストラ
- ▶ 12 KWK HOUSE

- ▶ 13 寝屋川市立第一中学校
吹奏楽部
- ▶ 14 SAKURA アンサンブル
- ▶ 15 Sparkle
- ▶ 16 藤本病院グループからの出演

フジフェス 2024 ご案内

開催日時／会場

2024年7月13日(土) 13:30～18:30

アルカスホール(寝屋川市早子町12-21)

コンサート 15:00～18:30

開演…15:00(開場 14:30)

***入場無料**

会場…アルカスホール(メインホール) **(お申し込み不要)**

※コンサートの様子はYouTube 配信いたします。

…… 出演者 ……

- | | |
|---------------|------------------|
| ♪大東ウインドオーケストラ | ♪寝屋川市立第一中学校 吹奏楽部 |
| ×町空ひばり×小寺 修平 | ♪岩井 洋輔 医師 |
| ♪SAKURAアンサンブル | ♪KWK HOUSE |
| ♪Sparkle | ♪ヨハン・セバスチャン・フジモト |

ロビーイベント 13:30～16:50

アルカスホール館内にて展示や疑似体験、相談ブース、健康測定を行います。お気軽にお立ち寄りください。

※ロビーイベントのみのご来場も可能です(無料)。

主催：医療法人一祐会 藤本病院グループ 後援：アドバンスロード商店会

フジフェスとは「地域住民の皆さんに癒しの空間を届けたい」との想いから始まった一祐会・藤本病院グループの地域交流イベントです。

2013年、藤本病院駐車場で開催した「藤本まつり」を前身に、2018年に会場をアルカスホールへと移し、名前を「フジフェス」と変えて再スタート。当法人による地域交流イベントとしては今回で8回目の開催となります。

▶恒例となった、大東ウインドオーケストラと藤本病院グループ職員のコラボ演奏



◀リハビリテーション科の新人職員による健康体操。座った姿勢で出来る運動を紹介。筋肉をほぐします。



コンサートのプログラム



第一部 (15時00分～16時30分)



15:00

大東ウインドオーケストラ
× 町空ひばり × 小寺修平

♪ 多世代で構成される市民楽団と藤本病院
グループ職員による歌唱コラボ



15:55

SAKURA アンサンブル

♪ 革島 洋志 医師、石山 愛、ヨハン・セバスチャン・フジモト
による三重奏



16:10

Sparkle

♪ キッズチアダンス



16:30

休憩

- ・ 藤本病院グループ施設紹介
- ・ リハビリテーション科による健康体操

休憩

第二部 (16時50分～18時30分)



16:50

寝屋川市立第一中学校 吹奏楽部

♪ 吹奏楽



17:10

岩井 洋輔 医師

♪ ピアノソロ



17:35

KWK HOUSE

♪ ヴォーカルバンド



18:05

ヨハン・セバスチャン・フジモト

♪ ピアノソロ

18:25 閉会挨拶 病院長 程 修司医師

YouTubeにて同時配信！

ユーチューブ

パソコン、スマホがあれば
お家でフジフェスが楽しめる



▶ 見るには

お持ちのスマホやパソコンで
「藤本病院グループ フジフェス
2024」と動画を検索してください。
YouTube 配信サイトでフジフェス
が楽しめます。

● 配信スタート
7月13日 (土) 15:00 ~



▲
QRコードからも
視聴可能です。

ロビーイベントご案内

日時：2024年7月13日 (土) 13:30 ~ 16:50

場所：アルカスホール1階、2階ロビー

医療・介護に関するブースや展示を行います！

疑似体験コーナー

年齢を重ねたとき、ケガをしたとき、どんなことに不自由を感じるか体験してみましょう。体験を通して、いろいろな立場の人を理解し、思いやりのある社会となることを目指します。



相談コーナー

- 健康相談
- リハビリ相談
- 介護相談



専門知識を持つ、看護師、理学療法士、ケアマネジャーが対応します。

健康測定コーナー

- 骨密度測定 (簡易)
- 血圧測定
- 体脂肪測定



気軽に測って、気になることを相談ブースで聞いてみましょう。

展示「パッション～人生に彩りを」

今年のテーマに合わせ、藤本病院グループ内のパッション (情熱) に着目し、仕事や部活動、働く職員を紹介する展示を行います。

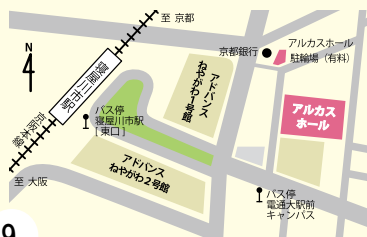


※全て無料です。

ロビーイベントのみので参加も可能です。
お気軽にお立ち寄りください。

会場アクセス

アルカスホール (寝屋川市早子町 12-21)



京阪「寝屋川駅」から徒歩3分



専用駐車場はございません。電車・バスをご利用ください。

フジフェス 2024 テーマ作品の紹介



「とりじま」
今川 元裕

フジフェスのテーマは「一祐会 絵画部」の今川元裕さんの作品「とりじま」からインスピレーションを得て生まれました。今川さんは「一祐会 絵画部」の家族部員です。月2回行われる活動に家族と一緒に参加しています。作品は、チラシや今号の表紙にもなっています。

◆作者のコメント◆

この作品は、僕が小学2年生のときに絵画部で初めて描いた絵です。家からもって行った動物園の本をみて、先生にいろいろと教えてもらって描きました。絵の鳥は『ヒムネオオハシ』と『コンゴウインコ』で色と形がきれいなので選びました。気に入っているのは、ヒムネオオハシの口ばしと目ん玉です。今、好きなのはサメで、将来の夢はイラストレーターです。

フジフェス2024のテーマ

パッション～人生に彩りを～

夢中になる姿が楽しそうで
わたしも何か初めてみようかと思う
一生懸命な姿に感化され
「自分もがんばろう」と前向きな気持ちになる
一人の情熱が伝わり
周りの人生も豊かに彩っていく

好きなことや仕事に対する情熱は自然と周りに元気を与えます。フジフェス2024は、子どもから大人まで、皆が集まり互いに元気をもらえる場所となることを目指して、音楽演奏やダンスパフォーマンスの他、医療・介護に関するイベントを行います。フジフェスの情熱で地域に住む皆さんに癒しと元気を届けていきます。



たいとう

大東ウインド オーケストラ

●プロフィール

小学生から大人まで多世代が所属する、大東市で生まれた市民吹奏楽団。年1回の定期演奏会「スイートコンサート」の他に、演奏会や地域イベントなどの依頼を受け演奏を行う。聴く人が喜んでくれる音楽を演奏する。

大東ウインドオーケストラは、フジフェスの前身である「藤本まつり」のときから、すべての回へご出演いただいています。代表の石沢裕之さんにお話を伺いました。

— 大東ウインドオーケストラの今までの演奏会で心に残る場面はございましたか。

観衆の皆さんが、演奏を聴いて帰られる時の笑顔の表情です。そして「ありがとう」というお声をいただくのと何よりも嬉しいです。「ふるさと」を毎年、演奏していますが、観衆の皆さんも一緒に歌っていただき、大きな声で涙を流

しながら歌っていただく様子を見ると、音楽をやっているのが良かったと思います。

— 団員の方はお仕事を持ちながら、練習に励んでいるかと思いますが、何かご苦労されたことなどはありますか。

むしろ逆といえるでしょう。普段は仕事をして大変なことがあったり、生活のなかでしんどいと思うことが日常であると思うのです。1週間に1回でも好きな音楽を演奏することでストレス発散になります。

音楽の練習が大変ではなくて、音楽のおかげで大変なことも乗り越えられる。音楽に支えられています。

当団は団員の子どもはメンバーとして演奏できます。小学校2、3年のころに団員として入団し、音楽が好きなようになって今は東京藝術大学で勉強をしている団員もいます。

— フジフェスの今回のテーマは「パッション～人生に彩りを～」ですが、今、情熱を傾けていること、これから情熱を傾けたいと思っていることはございますか。

明日、老人施設の慰問に行くのですが、施設では音楽を聴きたいと思っていても聴けない人が大勢います。施設で聴くフルバンドの生演奏の音楽が入所者さんにとって人生最後の音楽になるかもしれない、生演奏が初めての視聴であれば、最初で最後の演奏をお届けすることになる。本当に良い音楽をお届けしたいと思います。

サクラ SAKURAアンサンブル



SAKURA アンサンブルは革島クリニック（寝屋川市高柳）の理事長兼院長の革島洋志医師と、藤本病院グループの理事長 藤本明久医師、常務理事の石山愛の3人で結成されたグループです。

革島医師がチェロ、石山理事がヴァイオリン、そして、藤本理事長がピアノを担当してパッヘルベルの「カノン」を演奏します。

このたび SAKURA アンサンブルを代表して、革島医師にお話を伺いました



▶ 右から革島 洋志 医師、常務理事 石山 愛、理事長 藤本明久

— 革島クリニックでは、年に4回「クリニックコンサート」を開催していると聞きました。コロナの期間は中断されていましたが、再開後は、患者さんの反応はいかがですか？

去年の11月にコンサートを再開しました。患者さんの反応は良く、多くの方が大変喜んでくださいました。コロナの期間も患者さんのリハビリ中に、月に1回はピアノ演奏を続けていました。生の演奏は患者さんにとってリラックス効果もあり、これからも続けていきたいと思っています。

— SAKURA アンサンブルの演奏を通して人々に伝えたいことはありますか。

音楽でも病診連携をとり、それを患者さんにお届けできたらいいなと思います。当院の患者さんの中には、藤本病院に縁がある方もいます。「フジフェスを見てきましたよ」と、お話をくださる方もいます。

— 今回のフジフェスのテーマは「パッション～人生に彩りを～」ですが、今、もしくは、これから情熱を傾けたいと思っていることは何ですか？

今、一番はサイクリング。クロスバイクに乗っています。ヒルクライムといって生駒山の清滝峠を走ったりしています。淡路島の日帰り1周を目標に頑張っています。



子どもたちが笑顔で習い事ができるって凄く良い



Sparkle は 3 歳から小学生の子どもたちのキッズチアダンススクールです。地元、四條畷のスポーツチームの応援に多数参加しています。また、KIDS CheerDance CUP 2023(主催:大阪スポーツみどり財団)では、金賞を受賞しました。Sparkle を運営する代表の柴垣礼子さんにお話を伺いました。

— Sparkle のコンセプトはありますか？

チアスピリットは、いつも笑顔で頑張っている人を応援し続けることです。子どもたちが笑顔で人を応援することで、応援された人、見ている人が幸せを感じてくれたら良いなと思っています。

— 柴垣さんが子どもチアダンスをしようと思ったきっかけ

は何ですか？

高校生の時に甲子園でチアを見て、暑い中、ずっと笑顔でチアをしていて本当にすごいと思いました。

私自身は子どもの頃からずっと笑っている子でした。ソフトボールをしていたのですが、そこでは笑うなど指摘されることもありましたが、でも、チアは笑顔を見せないといけな。楽しみながら笑顔で習い事ができるってすごく良いなと思ってチアの勉強をして、その後、子どもたちの教室を開きました。

— 柴垣さん、もしくは Sparkle が、今、情熱を傾けていること、これから情熱を傾けたいと思っていることはありますか？

コロナを経験して、手を取り、笑いながら、大きな声でチアをすることが当たり前ではないということが分かりました。

コロナの頃は、講師にオンライン指導をお願いしたり、みんなで屋外で練習をしたりと、子どもたちの練習が途切れることがないように試行錯誤しました。継続をしていくことが難しい時期もあったので、コロナの時期を乗り越えて残ってくれた子どもたちには、継続の大切さを伝えていきたいと思っています。

フジフェス 2024 のように、子どもたちが人前で踊れる機会があることがとても嬉しいです。みなさんに笑顔を届けられるよう全力で挑みます。

～寝屋川市の誇れる吹奏楽部～

寝屋川市立 第一中学校 吹奏楽部

寝屋川市立第一中学校（寝屋川市高宮新町）の吹奏楽部は、大阪府吹奏楽コンクール北地区大会において 2023 年は金賞を受賞、数々のコンクールで演奏をして受賞を重ねています。今回は大畑博之顧問にお話を伺いました。

— 寝屋川市立第一中学校吹奏楽部の皆さんは、今回は初めてフジフェスに出演くださることになりました。どのような気持ちでフジフェスに臨みたいとお考えですか？

「聴く人に楽しんでもらうこと、それが一番大事だよ」と生徒たちには、いつも話しています。

生徒たちは、フジフェス当日に皆さんに楽しんでいただけるようにいろいろと工夫をしているようです。

— 吹奏楽部は多くの部員が共に演奏する取り組みである

と思います。常日頃から部員と共に大切にされていることはありますか？

部員は今、27 名ですが、20 年程前は 70 名ほどいました。その頃は、大変なこともありました。

今は本当に皆で助け合っていないと一つの演奏として成り立っていかないので、上級生はすごくやさしく丁寧に下級生に教えています。学年によっては、大人しい学年、アクティブな学年、やることをきっちりしている学年と、学年ごとに魅力があります。

— フジフェスの今回のテーマは「パッション～人生に彩りを～」ですが、御校で、いま、情熱を傾けていること、もしくはこれから情熱を傾けたいと思っていることはありますか？

去年は、北地区大会において金賞を受賞して、今年も去年と同じ気持ちを味わえたらいいねと、部員を励ましています。私自身も寝屋川市で演奏活動をしていて、生徒たちから刺激をもらっています。それが私自身の励みになっています。

これから先、生徒たちの人生において、いろいろと迷うことが起きると思います。そんな時、音楽をやっていて良かった、と思えるようになっていってくれたらと思います。



KWK HOUSE（ケーダブリューケーハウス）は、2019年2月「魅力的な声と楽器の重なり」をテーマに結成されたヴォーカルバンドです。メンバーそれぞれがソロ活動しつつも、シンガーのRICEさんを中心に“KWKハウス”に集まり活躍されています。TikTokで3万6千人のフォロワーを集めるなど、YouTubeでも魅力的に活躍中です。テレビでも一度、紹介されました。

— RICEさんがヴォーカルバンドを結成しようと思ったきっかけは何ですか？

いろいろな所でディナーショーをフルバンドでしていた時にドラムのDAIJU、キーボードのAKKEY、ヴォーカルのTAKUYAと一緒に団結をしてグループを作ろうということになりました。

— KWK HOUSEの名前の由来を教えてください。

私たちが音楽制作やボイストレーニングに利用しているぼろぼろの家「壊れかけハウス」の頭文字をとってKWK HOUSEとしました。

— 今回のフジフェスのテーマは「パッション～人生に彩りを～」ですが、これから情熱を傾けたいと思っていることは何ですか？

RICEさん：中学3年の時に寝屋川市市民会館で初めてライブをさせていただいて、今は自分の好きな音楽を仕事としてやっています。今後の展望としては、大阪でKWK HOUSEを知らない人はいないほどに知ってもらうことが目標です。

TAKUYAさん：僕がいなくなった後も名前を残したい。音楽で歴史に名前を刻みたい。音楽で次の世代に貢献できたら、という夢があります。

DAIJUさん：僕はドラムやパーカッションをしています。身体の不自由な方にもワークショップで楽器に触れていたでいて皆で楽しく過ごすという活動もしています。

AKKEYさん：僕たちの音楽で人生の後押しができればと思っています。僕らの音楽を聴いてくれた人が少しでも前向きになってもらえたらと願っています。

歌唱

介護老人保健施設
ハーモニー

こてら しゅうへい

小寺 修平



大東ウインドオーケストラとコラボして歌う小寺修平
介護福祉士は藤本病院グループの介護老人保健施設ハー
モニーに勤務しています。

— 大学では声楽を専攻していたと聞きました。介護福祉
士になった理由を教えてください。

私は祖父母が大好きな子どもでした。声楽で舞台に出演
する中で、人に感動してもらえることの素晴らしさを感じ、
歌や演劇を通して、高齢者の方にも感動して元気になって
もらえたと思ったのがきっかけです。

— 介護現場ではどのように声楽を生かしていますか？

認知症予防の目的で利用者さんと共に歌を唄いながら
体操をしています。また、利用者さんに「歌って！」とリ
クエストされて歌うこともあります。

— 今、情熱を傾けることは何ですか？

仕事ではデイケアに通う方や地域の方がいつまでも笑顔
で自分らしく生きるお手伝いが出来ればと日々励んでいます。

自分ごとですが、大きくなったら芸術家になりたいと言っ
ている娘と一緒に、絵を描いたり、歌を唄う時間を大事に
していきたいと思っています。

歌唱

藤本病院
地域連携・退院支援課

まちぞら

町空 ひばり



町空ひばりを演じるのは地域連携・退院支援課 課長
町田恒一です。突飛なメイク、派手な衣装で毎回フジフェ
スを盛り上げています。

— 町空ひばりを演じるようになって、変化はありますか？

リウマチの患者さんが、町空ひばりの唄と演技を見て、
その時間だけは痛みが和らいだとおっしゃってくださ
いました。そのようなお話を伺うと嬉しく思います。

またある時、市内のコンビニで、“町空ひばりさんです
よね”とお声かけいただきました。化粧も何もしていな
い普段着でしたが、よく分かったなあと驚きました。

他にも、自治会や地域のカラオケ大会などに呼ばれたこ
ともあり地域の方に喜んでいただけたことは嬉しい気持
ちになりました。

— 今、情熱を傾けていることは何ですか？

当院の地域連携の責任者として、患者さんが安心して
サービスが受けられるよう、近隣の病院、診療所、そして
介護施設等と円滑に連携し、患者さんの療養や介護が途切
れることなく進むよう努めています。

出演者
インタビュー

藤本病院グループからの出演



ピアノ演奏

医療法人一祐会 理事長
兼 藤本病院 外科医師

ヨハン・ セバスチャン・フジモト

生来のヨハン・セバスティアン・バッハのファン。手先が器用になるためにと始めたピアノは今年で45年目になります。ピアノ演奏の他に絵画制作に取り組むなど芸術・文化活動に力を入れています。「こうしたイベントでは、職員や地域の方と普段とは違った関係が生まれます。病院・介護施設から飛び出して地域の方と関わり、皆様に喜んでもらえる場を作りたい」と語ります。



ヴァイオリン演奏

医療法人一祐会 常務理事

いしやま めぐみ

石山 愛

幼少期にヴァイオリンを始めたが長らく演奏せずにいました。2022年のフジフェスで初舞台に挑戦。今年で3回目の出演です。
「今回は、みなさんに聴き馴染みのある曲『カノン』に挑戦します。韓国のグループのアレンジャーで、ピアノ、チェロ、ヴァイオリンのメインパートがあります。各楽器を楽しんでいただけたと思います。有名な曲のため『失敗できないな』と大変緊張しますが、しばし日々の忙しさを忘れて楽しんでいただきたいです」と語ります。



ピアノ演奏

藤本病院 麻酔科

いわい ようすけ

岩井 洋輔 医師

2020年から藤本病院に勤務する麻酔科医師。3歳から始めたピアノは中学受験で一度離れましたが、大学音楽サークルで再び演奏するようになりました。フジフェス出演は4回目となります。
今回は、ロマン派音楽を代表するポーランドの作曲家フレデリック・ショパンと、ハンガリー王国出身のフランツ・リストの19世紀を代表する2人の曲を演奏します。

医療法人一祐会

寝屋川・藤本病院 グループ施設紹介

藤本病院



寝屋川と共に歩み、今年で64年目を迎える病院。産婦人科からスタートし、地域のニーズに合わせて診療科やサービスを増やしてまいりました。地域に必要とされる病院を目指します。

●産婦人科、内科、消化器内科、循環器内科、外科、消化器外科、整形外科、泌尿器科、麻酔科（岩井洋輔）、リハビリテーション科

●急患24時間対応

●各種健診・人間ドック

●寝屋川市八坂町2番3号

（京阪）「寝屋川市駅」から徒歩4分
☎072182411212

サービス付き高齢者向け住宅

シンフォニー



定員34名のサービス付き高齢者向け住宅。入居者さんとゆつくり関わるサービス姿勢が特徴です。

●藤本病院と、藤本病院訪問看護ステーションが医療面をバックアップ。

●寝屋川市太秦桜が丘32番36号

（京阪バス「三井楽団地」から徒歩3分）
☎072139619088

介護老人保健施設

ハーモニイ



入所定員100名、通所リハビリテーション35名の介護老人保健施設。在宅復帰をサポートするリハビリテーションを実践しております。

●寝屋川市寝屋2丁目14番9号

（JＲ学研都市線「星田駅」から徒歩4分）
☎072182412090

藤本病院

訪問看護ステーション



訪問看護、訪問リハビリを提供する看護ステーションです。看護師、理学療法士がご自宅・施設へお伺いし在宅療養をお手伝いします。寝屋川市とその周辺の地域へ訪問します。

●寝屋川市八坂町13番18号

（京阪）「寝屋川市駅」から徒歩4分
☎072182413232

藤本病院

居宅介護支援事業所



介護が必要となった際の、介護認定の申請手続き、ケアプランの作成、事業者の選定等、満足いく在宅介護をお手伝いいたします。

●寝屋川市八坂町13番19号

（京阪）「寝屋川市駅」から徒歩4分
☎072181117010

ポンちゃんニュース！

当法人内の生き物たちの情報をポンちゃんが紹介します。



藤本病院が「キワメテ！水族館」より取材を受けました



アクアリウムの世界を、さまざまな視点で情報発信しているウェブマガジン「キワメテ！水族館」より藤本病院 水槽部が取材を受けました。

病院にいる水生生物の他、それにまつわる当院のストーリーなど、さまざまな部分に視点を当て、魅力を発掘していただきました。水槽部員やキャラクター「ポンちゃん」の生みの親も登場しています。

投稿は7月5日（金）、12日（金）の2回に分けて公開される予定です。（正午ごろ予定）お楽しみに♪



キワメテ！
水族館

藤本病院 で健康チェック！

1 人間ドック

充実した検査項目で身体の隅々までチェックし、がんや生活習慣病を早期に発見。お得に受けられる「差額ドック」や寝屋川ドックⅢ」もあります。

3 特定健診

国民健康保険に加入している40歳～74歳を対象にした健康診断です。生活習慣病の早期発見・早期対策に結びつけることが目的です。75歳以上の方向けの後期高齢者健康診査も行っています。

5 乳がん検診・子宮がん検診

乳がん、子宮がんの早期発見、早期治療を目的とした検診です。症状がなくても定期的な検査をお勧めします。

2 生活習慣病予防健診

協会けんぽ（全国健康保険協会 管掌健康保険）に加入している35歳以上の被保険者が受診できる健康診断です。生活習慣病の早期発見・早期予防が目的です。

4 大腸がん検診

検便による潜血の有無で大腸がんの可能性をチェック。異常時は当院で「精密検査（大腸カメラ）」も対応可能。症状がなくても年1回の検査を推奨。

6 胃がん検診（胃カメラ）

2024年度から始まった、寝屋川市の胃がん検診の取り扱い医療機関です。早期の胃がんは自覚症状がありません。早期検査をお勧めします。

藤本病院 健診事業部

大阪府寝屋川市八坂町2番3号

☎ 072-823-7606

● 人間ドック

● 生活習慣病予防健診

● 定期健診

● 特定健診

● 大腸がん検診

● 乳がん検診

● 子宮がん検診

● 胃がん検診



便で知る消化器の健康状態

普段、私たちは、お腹の中を見ることはできませんが、便を見ることで、中の健康状態を知ることができます。色、やわらかさ、におい、頻度など毎日の便をチェックし状態を把握しておきましょう。

健康な便



- ▶ 色は、黄土色～茶色
- ▶ バナナ状のやわらかさ
- ▶ いきまなくても出る
- ▶ 1日1～2回、1週間に3回くらいが正常範囲
- ▶ においはぬか漬けくらい

こんな色の便に注意！

白い便



乳白色の便はロタウイルスなどの腸炎の可能性と黄疸を伴う肝機能障害（胆のう炎や胆管がん等）の場合があります。

赤い便



血便は大腸からの出血を意味し、痔出血、憩室出血、大腸がん、大腸ポリープから出血している可能性があります。レンガ色の便は潰瘍性大腸炎の可能性もあります。

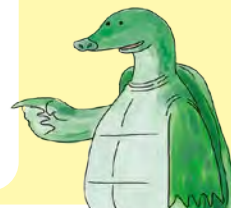
黒い便



真っ黒い便は「タール便」といって、食道や胃、十二指腸の出血を意味します。胃潰瘍や胃がんの可能性があるので、すぐに病院へ。

異常が続く場合は、消化器内科を受診してください。

藤本病院では、内視鏡カメラで胃や大腸の内部をチェックすることができますよ。



ありがとう おかげさま 嬉しい縁を 医療でつなぐ

医療法人 一祐会

PON'S 2024 年 7・8 月号

通巻 42 号

発行人 / 藤本明久

取材・編集 / 医療法人一祐会

法人広報企画部

企画 / 一祐会広報会議

寝屋川・藤本病院グループ

医療法人一祐会

〒 572-0838

大阪府寝屋川市八坂町 2 番 3 号