

PON'S

PON'S
2026 年

51

医療法人一祐会
藤本病院グループ
広報誌『ポンず』

CONTENTS

- | | | | | | |
|----|--|----|-------------------------|----|-------------------|
| 3 | 知っておきたいお金の話
～医療編②医療費控除～ | 14 | 地域包括ケアのための人材育成 | 21 | 【公募】PON'S 表紙作品を募集 |
| 8 | 医療・介護の連携強化で地域の
暮らしを支える | 16 | 一祐会ニュース | 22 | ボンちゃんニュース！ |
| 12 | 『西遊記』の舞台へ！
楽しみながら取り組む
ハーモニーのリハビリ | 18 | 子宮がん検診 金曜夕方枠を
新設しました | 22 | 藤本病院グループ施設紹介 |
| | | 19 | イベントご案内 | | |
| | | 20 | 表紙作品の紹介 | | |

広報誌『ポンず』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 ハーモニィ」「サービスピッキ高齢者向け住宅 シンフォニィ」「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。



ポンちゃん

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

- 3 知っておきたいお金の話
～医療編②医療費控除～
- 8 医療・介護の連携強化で地域の暮らしを支える
～まずは「顔の見える関係づくり」から～
- 12 『西遊記』の舞台へ！
楽しみながら取り組むハーモニィのリハビリ
- 14 地域包括ケアのための人材育成
介護老人保健施設ハーモニィが
「認知症サポーター養成講座」を企画・開催！
- 16 一祐会ニュース
： ・「インドネシアの集い」が開催されました（一祐会）
： ・夏祭り開催（シンフォニィ）
：
- 18 子宮がん検診 金曜夕方枠を新設しました
- 19 イベントご案内
： ・ちょっと役立つ、暮らしと健康のヒント よってこハーモニィ
：
- 20 表紙作品の紹介
- 21 【公募】PON'S 表紙作品を募集
- 22 ポンちゃんニュース！
- 22 藤本病院グループ施設紹介

知っておきたいお金の話

医療編②医療費控除

医療費がたくさん

かかった年は、税金が少し
軽くなるかもしれません

病気やケガをすると、診察代や薬代など、いろいろなお金がかかります。「今年は病院に行くことが多くて、医療費がかなりかかったな……」そんなときに知っておきたいのが、「医療費控除」です。

医療費控除とは、1年間に支払った医療費が一定額を超えた場合に、確定申告をすると、税金の負担を軽くできる制度です。制度を使うには、必ず自分で申請手続きが必要となります。

**自分だけでなく家族のために
支払った医療費も対象**

医療費控除は、自分の医療費だけが対象ではありません。「生計を（いっ）にする」家族のために支払った医療費も対象になります。

「生計を一にする」とは、生活費を同じ家計から出していたり、継続して生活費などを援助していたりする関係のことです。必ずしも同じ家に住んで

医療費控除？



いる必要はありません。進学や仕事、療養などの理由で別々に暮らしていても、生活費や学費、療養費などを継続して負担している場合などは、「生計を一にする」に当てはまります。

例えば、進学のために一人暮らしをしている子どもに生活費を送っている場合や、離れて暮らす親の生活費や療養費を継続して負担している場合です。

対象となるのは、その年の1月1日から12月31日までに支払った医療費です。

「生計を一にする」家族の1年間の医療費から、保険金などで戻ってきた金額を差し引いた額が10万円（※所得が200万円未満の方は所得の5%）を超えた場合は、医療費控除を受けら

れます。控除の対象となる条件をしつかり見ていきましょう。

病院で払ったお金だけじゃない！ 意外と広い医療費控除の対象

医療費控除という名前から、「病院の窓口で支払った治療費だけが対象」と思いかもしれません。しかし、**通院のための電車・バス代や、治療のためにドラッグストアで購入した市販薬なども対象になります。**ポイントは、「**病**気や**けがの治療・療養のために必要な費用**だったか」ということです。

例えば、風邪を治すために購入した風邪薬は対象になりますが、健康のために飲むビタミン剤などは対象になりません。入院中に病院から出される食事の代金は対象になります。



対象となるもの

- 病院や診療所、歯科診療所の診察・治療費
- 治療のために必要な義手や松葉杖、医師の指示で使用する一定の眼鏡などの購入費用
- 病院などで処方された薬の代金
- 風邪などの治療のために購入した市販薬
- 入院中に病院から出される食事の費用
- 通院のために使った電車・バス代
- 電車やバスなどの公共交通機関を利用できない場合のタクシー代

対象とならないもの

- ✕ 健康診断や人間ドックへ病気が見つかり、その後、その病気の治療を受けた場合は対象になることがあります
- ✕ 健康のために飲むビタミン剤など
- ✕ 入院中に自分で注文した出前や外食
- ✕ 本人や家族の希望で個室を利用した場合の追加料金（差額ベッド代）
- ✕ パジャマや洗面用品などの日用品
- ✕ 自家用車のガソリン代・駐車場代

健康診断や人間ドックの費用は、原則として対象外です。ただし、検査で病気が見つかり、その後、その病気の治療を受けた場合は、健康診断や人間ドックの費用も医療費控除の対象になることがあります。

妊娠・出産にかかった費用や、介護保険サービスの自己負担額の中にも、医療費控除の対象になるものがあります。出産や介護については、今後の特集で詳しく紹介します。

給付金などで戻ってきたお金
(補てんされた金額)は差し引
きます。

医療費控除額の計算方法は、次の「計
算式」のようになります。

計算式

- ① 1年間に支払った医療費の総額
－ ② 保険などで「補てんされる金額」
－ ③ 10万円
＝ ④ 医療費控除額

例

- ① 30万円－② 5万円－③ 10万円＝④ 15万円

※③は、総所得金額等が200万円未満の場合は、「10万円」
ではなく、原則として総所得金額等の5%を差し引い
て計算します。

「補てんされる金額」とは、医療費
を支払ったあとに戻ってくるお金のこ
とです。例えば、高額療養費や民間の
医療保険から受け取る入院給付金、出
産育児一時金などがあります。

例えば、1年間に医療費を30万円支
払い、あとから医療保険などで5万円
が戻ってきた場合、実際に負担した金
額は25万円になります。ここから原則
10万円を差し引くため、医療費控除額

は15万円となります。税金を計算する
ときは、この15万円を所得から差し引
きます。

※医療費控除額の上
限は、200万円
です。

※民間の医療保険な
どから受け取った
給付金が、その給
付の対象となった
医療費より多かつ
た場合でも、余つ
た分を別の医療費
から差し引く必
要はありません。

医療費控除を受けるには、
自営業の人も、会社勤めの人も
「確定申告」が必要です！

「確定申告」とは、1年間にどのく
らいのお金を得て、納める税金はいく
らになるかを自分で計算して、税務署
に知らせる手続きです。医療費控除を
使うと、税金を計算するときに、医療
費控除の分だけ負担を軽くすることが
できます。

会社勤めの人の多くは、会社が「年
末調整」という手続きをして、毎月の
給料から納めた税金を調整してくれま
す。ただし、医療費控除は、年末調整
では受けられません。医療費控除を受

医療費A 10万円
Aを対象にした給付金 15万円
医療費B 6万円
余った5万円を差し引く
Aの給付金之余っても
Bの医療費から引く必要はない。

けたい場合は、会社勤めの人も自分で確定申告をする必要があります。

■申告の時期は？

自営業・フリーランスなど、普段から確定申告をしている人は、原則として、翌年の2月16日から3月15日までの**確定申告期間に申告**します。

会社勤務やアルバイトなど、普段は確定申告をしていない人は、**翌年1月1日から5年間**、申告することができます。

申告するときに、高額療養費や入院給付金などの「補てんされる金額」がまだ決まっていない場合は、見込み額で申告します。後で実際の金額が確定した際に、必要に応じて申告内容を訂正します。

■申告先とその方法は？

申告先は、住んでいる地域を担当する税務署です。

申告方法は、国税庁の「確定申告書等作成コーナー」を使うと、画面の内容にしたがって確定申告書を作ることができます。作成した申告書は、e Taxを使ってインターネットから送るか、印刷して税務署に提出します。

国税庁ホームページ

「医療費を支払ったとき」



詳しくは国税庁のホームページの「医療費を支払ったとき」をご覧ください。
電車やバスなどの通院交通費は、領収書が出ないこともあります。その場合は、通院した日、病院名、利用した交通機関、金額をメモしておき、記入しましょう。

■領収書は捨てないで！

医療費の領収書を、すべて確定申告書と一緒に提出する必要はありません。ただし、あとで税務署から確認を求められることがあるため、原則として確定申告期限等から5年間保存しておく必要があります。

病院や薬局の領収書は、すぐに捨てず、まとめて保管しておきましょう。

市販薬をよく買う人は

「セルフメディケーション税制」も

医療費に関する税金の制度には、もうひとつ知っておきたいものがあります。それが「セルフメディケーション税制」です。

セルフメディケーション税制は、自分や「生計を一緒にする」家族のために、1年間で



1万2千円を超える金額を対象医薬品の購入に使用した場合、一定の条件を満たすと受けられる制度です。

例えば、対象となる医薬品を1年間に5万円購入した場合、5万円から1万2千円を引いた3万8千円となり、3万8千円を所得から差し引くことができます。

注意点は、通常の医療費控除と、セルフメディケーション税制を、同じ年に両方使うことはできません。

また、セルフメディケーション税制を利用するには、申告する本人が、健康診断や予防接種など、健康のための「一定の取り組み」を1つ以上行っている必要があります。例えば、定期健康診断や予防接種、市区町村行う、がん検診などです。

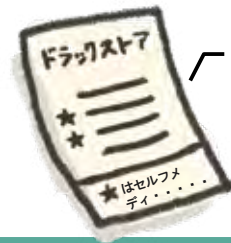
※「生計を一にする」家族が、この取り組みを行っていないとよい。

■対象の医薬品とは？

薬局やドラッグストアなどで購入できる医薬品のうち、**国が定めたもの**が対象です。すべての市販薬が対象になるわけではありません。対象となる医薬品は、厚生労働省のホームページにある「セルフメディケーション税制対

象品目一覧」で確認できます。

また、購入したときのレシートにも、対象商品であることが分かる用に表記されています。



★で表記していない場合もあります。

■申告方法は？

確定申告のときに、「セルフメディケーション税制の明細書」を提出します。控除額の上限は、8万8千円です。

医療費控除には、さまざまな条件やルールがあるため、「分かりにくい」と感じるかもしれません。

まずは、「今年、自分や家族のために医療費をどのくらい支払っただろう?」と確認するところから始めてみてください。

医療費控除の申告に備えて、病院や薬局の領収書、医療費のお知らせなどを、日頃からまとめておくとう便利です。

※制度の内容や金額などは変更される場合があります。実際に申告するときは、国税庁や厚生労働省の最新情報をご確認ください。

厚生労働省ホームページ
「セルフメディケーション
税制について」



◆医療・介護の連携強化で地域の暮らしを支える◆

「まずは『顔の見える関係づくり』から」

2026年6月13日、寝屋川市や周辺の27の介護施設に「参加いただき、病院と介護施設の連携強化のための『病介連携 縁結びの会2026 Jun』を藤本病院で開催しました。

なぜ病院と介護施設の連携が

必要なのか？

現在、日本では65歳以上の高齢者が人口の約29%を占めています。年齢を重ねると、病気やけがなどで医療を受ける機会が増えていきます。しかし、病気やけがの治療が終わったからといって、すぐに元の生活に戻れるとは限りません。

退院後



例えば、骨折の治療を終えて退院できる状態になっても、「一人で歩けない」「お風呂に入るのが難しい」「食事の準備ができない」など、生活するうえでの困りごとが残ることがあります。そのようなときに大切になるのが、病院と介護の連携で

す。退院後に介護が必要な方を、介護施設や介護サービスへスムーズにつなぐことで、その人が住み慣れた地域で生活続けることができます。

また、連携は病院から介護施設への一方だけではありません。介護施設で生活している際に体調が悪くなったときには、介護施設から病院へ状態を伝え、診察や入院につながることも必要です。病院と介護施設が日頃から情報を共有し、相談しやすい関係をつくっておくことは、地域で暮らす人たちの安心につながります。

似ているようで異なる

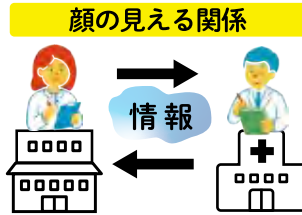
「医療」と「介護」

医療と介護はよく、「医療・介護」と一緒に語られることが多いですが、その役割には違いがあります。医療は、病気やけがを「治療すること」が大きい

藤本病院
地域連携・退院支援課
水戸
(介護福祉士)

な役割です。一方、介護は、食事や入浴、移動など、その人の「生活を支えること」が大きな役割です。そのため、病院と介護施設では、使う言葉や必要とする情報、仕事の進め方などに違いがあります。

こうした違いをお互いに知らないまま連携すると、「伝えたつもりだった」「必要な情報が届いていなかった」といった、行き違いが起ることがあります。だからこそ、医療と介護がお互いの役割や考え方を知り、普段から相談できる関係をつくっておくことが大切なのです。



連携の第一歩は 「顔の見える関係づくり」

こうした医療と介護の壁を少しでもなくし、地域でより良い連携をつくっていくと企画されたのが、今回の「病介連携 縁結びの会2026 Jun」です。

企画・運営を担当した地域連携・退院支援課後方支援担当の水戸さん（社会福祉士）に、開催のきっかけや今後について聞きました。

▼「病介連携 縁結びの会2026 Jun」を開催しようと思っ たきっかけは何ですか？

水戸…私は以前、介護福祉士として介護施設で働いていました。その頃から、「病院と介護施設が、もっと上手に連携できないだろうか」と感じていました。その後、ご縁があり、藤本病院の地域連携・退院支援課で働くことになりました。私の役割りは、当院と地域の介護施設の連携を強化することです。

仕事の中で介護施設を訪問する機会も多く、その際には、「まず相手の施設が困っていることを聞く」「患者さん・利用者さんにとって一番良い方法を一緒に考える」ということを大切にしてきました。

地域の高齢化が進む中、医療と介護の連携はこれまで以上に重要になっています。しかし、病院と介護施設がお互いの役割や考え方について、直接話し合う機会は意外と多くありません。

そこで、まずはお互いを知り、気軽に相談できる「顔の見える関係」をつくりたいと考えました。そして、病院と介護施設が一緒になって、「地域の人にとって一番良い連携とは何か」を考える機会として、今回の会を企画し



ました。

交流を通して

「顔の見える関係」へ

▼会を開くにあたって、大切にしたいことを教えてください。

水戸…今回は初めての開催ということもあり、「交流すること」を一番大切にしました。

当日は、長年当院と連携している、寝屋川十字の園(社会福祉法人栄光会)の奥野欣至理事長から、「病院との連携で大切なこと」や「現在感じている課題」についてお話しいただきました。その中では、

- ① 治療方針や看取りについての考え方を共有すること
- ② 介護施設で行っているケアの内容を病院と共有すること
- ③ 入院・退院時の調整や、救急時のルールを決めておくこと

などの大切さについてお話しいただきました。

続いて、当院の地域連携・退院支援課の田中課長から、病院の仕組みや取り組みについて紹介しました。

後半には、病院スタッフと、参加した介護施設の皆さんが6人程度のグループに分かれ、「病院と介護施設の認識のずれ」をテーマに意見を交換しました。

病院から一方的に説明する会ではなく、お互いの考えや困りごとを知る時間にしたと考え、グループで話し合う時間を多く設けました。初対面でも話しやすく、参加者同士が自然に会話できるよう、席の配置や進行方法も工夫しました。

初めての開催だったためプレッシャーもありましたが、「どうすれば病院と介護施設の双方にとって有意義な時間になるか」を何度も検討しました。

また、多くの施設に参加していただけるよう、開催の目的や内容について丁寧に説明しました。院内でもさまざまな職種のスタッフが意見を出し合い、協力して準備を進めました。無事に開催できてほっとすると同時に、今回がゴールではなく、地域の連携をさらに深めていくスタートだと感じています。

「顔が見えたことで

相談しやすくなった」

▼会を振り返って、いかがでしたか？



▲寝屋川十字の園 奥野理事長による講演

水戸…想像していた以上に活発な意見交換が行われ、会場全体がとても温かい雰囲気になったことが印象的でした。病院と参加した介護施設の双方のスタッフから、「開催して良かった」「参加して良かった」「また参加したい」という声を多くいただきました。

参加者からの声

「ほかの施設の考え方を知ることができた」

「さまざまな職種や病院スタッフと直接話す機会が貴重だった」

「顔が見えたことで相談しやすくなった」

「今後も継続して開催してほしい」

病院スタッフからの声

「病院と介護施設の具体的な違いを知ることができた」

「お互いの困りごとや必要なことを一緒に探りながら形にしていきたい」

「お互いの仕事内容を理解することが大切だと感じた」

地域で安心して

暮らし続けるために

▼今回の成果と、今後の目標を教えてください。

水戸…今回の一番の成果は、「顔の見える関係づくり」の第一歩を踏み出せたことです。

一方で、もっと多くの職種や施設に参加していただきたいことや、意見交換の時間をさらに充実させたいという課題も見えてきました。

今後も「病介連携の会」を継続し、地域の医療・介護関係者が気軽に相談し合える関係づくりを進めていきたいと考えています。参加者の声も取り入れながら、地域に根付いた連携の場へと育てていきたいと思っています。

病気になったとき、退院するとき、介護が必要になったとき――。

医療と介護が切れ目なくつながっていることは、高齢の方だけでなく、そのご家族にとっても大きな安心につながります。

これから地域の病院や介護施設が互いに顔の見える関係を築き、地域の皆さんが住み慣れた場所で安心して暮らし続けられるよう、連携の輪を広げていきます。



▲グルーブディスカッションの様子

『西遊記』の舞台へ！

楽しみながら取り組む

ハーモニイのリハビリ

5月19日・20日の2日間、介護老人保健施設ハーモニイで、通所リハビリテーション（以下デイケアと略）の利用者さんとスタッフによる演劇『西遊記』が上演されました。出演したのはスタッフ15名と利用者さん2名。19日は90歳のーさんと利用者さん2名。20日は84歳のNさんが舞台に立ち、スタッフと共に演じました。当日の様子はインスタグラムでもライブ配信され、ご家族やお孫さんにもご覧いただきました。

演劇の舞台は、どのようにして実現したのでしょうか。上演までの様子を、通所リハビリテーション科 科長の小寺介護福祉士に聞きました。

▼通所リハビリテーション（デイケア）とは

自宅から施設に通い、リハビリや昼食、入浴などのサービスを受けることができます。ハーモニイでは、1日最大40名の方がご利用いただけます。

「楽しいイベントをしてほしい」という声を受けて7年ぶりの上演

▼演劇は久しぶりの上演と聞きました。

小寺：はい。ハーモニイ

で演劇を上演するのは、実に7年ぶりです。以前は『西遊記』『桃太郎』『ハーモニイ新喜劇』などを、年1回ほど上演していました



が、コロナ禍を機に途絶えていました。

再開のきっかけは、利用者さんへの満足度調査で寄せられた「楽しいイベントをしてほしい」という声でした。

特に、以前、演劇に出演された利用者さんのご家族から寄せられた「演劇に出演したときは、とても生き生きしてやりがいになっていた」という声が、大きな後押しになりました。

「舞台に立つ」を目標に、ボイストレーニングにも力が入る

▼出演者はどのように決まったのでしょうか？

小寺：ハーモニイでは、デイケアのリハビリプログラムの一つとして、ボイストレーニング部があります。担当者、参加している利用者さんに「演劇に挑戦してみませんか！」と声をかけたことがきっかけでした。舞台に立つという目標ができたことで、





本番に向けたボイス
トレーニングや台本
を読む練習にも、自
然と力が入るように
なりました。

▼リハビリにボイス
トレーニングがあ
るのですね。

小寺…はい。年齢
を重ねると、全身の
筋肉と同じように、声を出したり、食べ
物を飲み込む筋肉が弱くなります。ボイ
ストレーニングでは、声を出す練習を通
して、こうした力を保ったり、改善した
りすることを目指します。

また、食べ物や飲み物が誤って気管に
入る「誤嚥」(ごえん)を防ぐことにも
つながりますし、しっかりと声が出せるよ
うになることで、相手に言葉が伝わりや
すくなり、人との会話もしやすくなりま
す。

公演に出演したお二人は、初めは「演
劇に出演したことなんてない」と緊張し
ていましたが、本番が近づくにつれて
ボイストレーニングや台本を読む練習に
も力が入るようになりました。そして本
番では、しっかりと声で堂々と演じ、
無事に舞台を終えました。

20日に出演したNさんは、公演後、「楽
しかった」と笑顔で感想を話してくれま

した。

演劇は、スタッフの チームワークづくりにも

▼多職種で作り上げた企画だといま
した。

小寺…演劇にはスタッフ同士のチーム
ワークを高める効果もあると考えてい
ます。上演のために、さまざまな職種の
スタッフが一緒になって作り上げます。

ハーマニーでは、医師や看護師、介
護職、リハビリの専門職、管理栄養士な
ど、さまざまな職種のスタッフが利用者
さんを支えています。日々の仕事では、
年齢や役職の違いから、どうしても遠慮
してしまったり、意見を伝えにくくなっ
たりすることもあります。演劇と一緒に
作り上げたことで、以前よりも気軽に声
をかけ合える関係性が生まれ、普段の仕
事にも生かされているように感じます。

演劇という一つの目標に向かって、利用
者さんとスタッフが一緒になって取り組む
ハーマニー。そこには、「リハビリだから
頑張る」だけではなく、「楽しいからやっ
てみたい」「舞台に立つてみたい」という
気持ちも、自然にリハビリにつながる工
夫があります。

今回の『西遊記』をきっかけに、これか
らハーマニーならではの楽しい挑戦が
続いていきます。



介護老人保健施設ハーモニイが 「認知症サポーター養成講座」を企画・開催！



“高齢化”という

地域課題に向き合う

医療法人一祐会が拠点を置く大阪府寝屋川市の高齢化率は、全国平均約29%に対して約30%（令和6年度）とやや高くなっています。そのうち、85歳以上の高齢者の3〜4人に1人が認知症であるとされています。

日本では、「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」を目指し、2005年より、認知症について正しく理解し、当事者やその家族を温かく見守り、支援する「認知症サポーター」の養成が始まりました。

去年の2025年は、日本で最も出生数の高かった1947年（1949年生まれの世代（団塊の世代）が全員、後期高齢者（75歳以上）の年齢になる、いわゆる「2025年問題」の年でした。

高齢者の人口増加に加え、出生数の低下により日本の高齢化が深刻化し、その問題へさまざまな対策が必要とされています。

現在、寝屋川市の認知症サポーターは14,727人（寝屋川市民15人に1人）。ハーモニイでも、職員の専門性の深化はもちろん、さらに地域全体へ認知症の理解促進を図っていく人材育成のため、養成講座の開講に至りました。

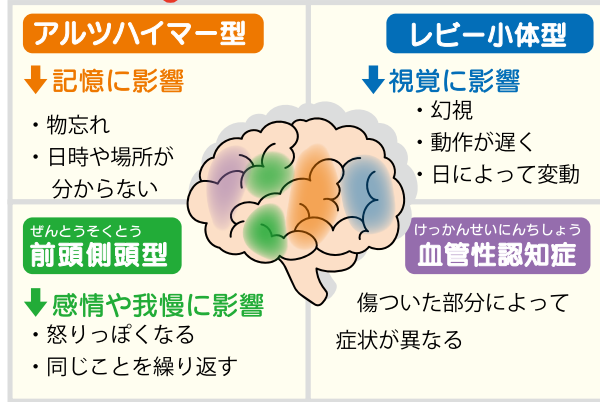
医学的・介護福祉的 エビデンスに基づくアプローチ

本講座は7月13日に介護老人保健施設ハーモニイ施設内で行われました。当日はハーモニイのスタッフ10名を中心に、グループ内施設「サービス付き高齢者向け住宅シンフォニー」のスタッフ2名、法人支援本部から4名の計16名が受講し、「認知症サポーター」となりました。

本講座で特に注力したのは、認知症

を「一括りの状態」として捉えるのではなく、「アルツハイマー型」「レビー小体型」「脳血管性認知症」「前頭側頭型」といった原因疾患に応じた多様なアプローチを理解することです。

認知症の4大タイプの特徴と代表的な症状



例えば、代表的な症状である「もの取られ妄想」一つをとっても、「記憶欠落」による勘違いなのか、見えない人が見える「幻視」によるものなのかによって、適切な声掛けや実施するケアの内容が異なります。講義では、こうした個別の疾患特性に即した、科学的根拠に基づくケアについて理解を深めました。

「認知症の人」ではなく
「その人」について知るために

後半には、受講したスタッフが4人

1組となり、『認知症の人』ではなく、『その人』として理解するために、どのような情報が必要か」というテーマで15分間のグループディスカッションを行いました。

現場を担うハーモニイのスタッフからは、これまでの仕事や長年の生活習慣、趣味嗜好、町内での役割といった「歩んできた人生」（人物像）、拒否行動がある場合のその心理的な理由や、これまで受けてきたケアの内容や医療連携に必要な服薬情報、家族構成など、さまざまな意見が飛び交いました。

ディスカッションの中で「情報はあればあるだけよい」という意見に集約されたように、目の前の症状だけに囚われず、その方の「個性」や「人生の背景」を徹底的に深く知ろうとする意識が大切であると改めて共有される時間となりました。

次なるステップへ 地域ケアを牽引する

リーダーの育成

後日、認知症サポーターとなったハーモニイスタッフ10名のうち、6名が「キャラバン・メイト」の研修を修了。今後は、認知症になってもその人らしく暮らせる「まち」の実現を目指し、6名がキャラバン・メイトとして、法人内部や市民の方に向けて養成講座の開講など広く認知症についての理解を深められる活動をする予定です。

7月

医療法人 一祐会

「インドネシアの集い」が 開催されました



司会のファトゥル
さん、ナイラさんの
挨拶で始まり、藤本
病院の杉本副
病院長が来賓

として挨拶をしました。

続いて、3カ月前から練習

してきたというピアノ、ギター

の演奏や民族衣装「ケバヤ」を着用し

たインドネシアの伝統音楽による踊り

を披露しました。



■伝統的なお菓子を食べながら グループ交流会

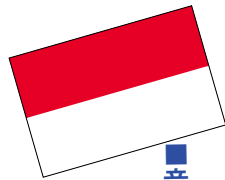
会の後半には、1グループ6人に分
かれてグループディスカッション。食
料品や衣類の購入、休日に出かける場
所など話題は多岐にわたりました。参
加者には、インドネシアのデザートが
ふるまわれました。

■「インドネシアの集い」が 目指すところ。

会には日本人も合わせて19名が参加。
企画・運営は介護品質管理課と、介護
老人保健施設ハーモニーで働く7人
のインドネシア人が担当しました。

■音楽や伝統舞踊を通して インドネシア文化を紹介

国は、2008年から、日本の介護
を学び、いずれは自国に戻って介護に
携わってもらえるよう、EPA（経済
連携協定）や、技能実習制度等で外国
籍の人材を受け入れてきました。最初
に提携したのはインドネシアであり、
18年を経て、医療・介護の分野に限る





と約1万人が来日しています(2025年度推計)。

この会を企画した
介護品質管理課の谷
頭課長は、

「今後、介護福祉士



の資格を取得し、在留資格を得る人も増えていくと思います。
『介護』で在留資格を得れば、他の地域の施設へ転職も可能となることから、このようなイベントを通じて、寝屋川市に住み続けてもらうきっかけを作りたいと思います」と、話しました。

7月

夏祭り開催

サービス付き高齢者向け住宅シンフォニー

7月23日、サービス付き高齢者向け住宅シンフォニーにおいて、恒例の「夏祭り」が開催されました。

■企画テーマは「童心に帰る」

今年の夏祭りのテーマは「童心に帰る」でした。行事委員が5月から企画を練り、準備を進めてきました。そして実行された企画が「水鉄砲」と「魚釣り」や「綿あめ」などです。

「水鉄砲」は、シンフォニーの玄

関先に並べられた、ペットボトルで作られた標的を水鉄砲で倒すゲームです。入居者さん全員に体験してもらうよう、職員が順番にご案内しました。

「魚釣り」では、建物の中に、家庭用ビニールプールが準備され、魚の形に切り抜かれたイラストが泳いでいます。イラストには、鉄片が仕込まれており、入居者さんが磁石のついた釣り糸で、「魚釣り」を楽しむというものです。釣り竿を使つての釣りは、簡単そうで意外と難しく、皆熱心に釣りを楽しみました。

夏祭りを振り返り、田中施設長は、「行事委員が丁寧な準備を行い、入居者さんに喜んでもらうことができました。今後も入居者さんの暮らしに彩りをもってもらえる行事を続けていきたい」と、話していました。



子宮がん検診 金曜夕方枠を新設しました

日中の受診が難しい方へ
金曜夕方も受診いただけるようになりました



ご予約について



予約方法

健診受付（藤本病院 1 階）
へ直接、または お電話にて



予約受付時間

月～土 11:00～16:00
※日・祝・年末年始除く



予約期限

検診日の **3** 営業日前まで
※日・祝・年末年始は営業日数に含み
ません

午前枠

月曜日～土曜日

 **9:00～**
※受付時間 8:40

定員最大 8 名 検診は 1 人
※曜日により変動 10 分程度

NEW

金曜夕方枠

金曜日

 **18:00～19:00**
※受付は 18 時までにお済ませください



対象者

寝屋川市・交野市にお住まいで、市の子宮がん検診をご利用の方



実施日 検診内容

毎週金曜日 ^{けい}子宮頸部細胞診検査 + 経膈エコー検査



検診当日 の時間

受付 17:00～18:00 検診実施時間 18:00～19:00
※検診は 1 人 10 分程度



費用

市によって異なります。お住まいの市の子宮がん検診をご確認ください



ご予約
お問い合わせ

藤本病院 健診事業部 072-823-7606

大阪府寝屋川市八坂町 2 番 3 号

月～土 11:00～16:00

ちょっと役立つ、暮らしと健康のヒント



気になるテーマを、気軽に楽しく学べます

測って備える！

骨と筋肉の健康チェックDAY

第3回は！！
京都女子大学
家政学部食物栄養学科
米浪研究室

9.16 水 10:30 ~ 11:30
参加無料！どなたでも参加可能

丈夫な骨を保っているのか確認！

骨密度測定

あなたは肥満？やせ型？筋肉質型？

体組成測定

かかたに
超音波をあてて
骨の強さを
チェック！



「よってこハーモニー」は、ちょっと役立つ暮らしと健康のヒントを気軽に楽しく学べる公開講座です。

第3回目となる9月の開催は、骨密度と筋肉量を図って健康状態のチェックをします。

- **テーマ**：「測って備える！骨と筋肉の健康チェック DAY」
- **講師**：京都女子大学 家政学部食物栄養学科 米浪研究室
- **日時**：2026年9月16日(水) 10:30 ~ 11:30
- **対象**：どなたでも(お子様の同伴歓迎です)
- **場所**：介護老人保健施設ハーモニー 1F
(大阪府寝屋川市寝屋2丁目14番9号)
- **内容**：健康のお話をした後に測定会を行います。
※途中参加・途中退出可能
- **参加費**： 無料 ※予約不要
- **注意事項**：裸足で測定するため、着脱しやすい靴・靴下でおこなください。
- **問い合わせ**：介護老人保健施設ハーモニー

072-824-2090(担当:たけとし、えさか)

● **アクセス**

- ▶ JR学研都市線「星田」駅下車 大阪方面へ徒歩3分
- ▶ 無料巡回
往路 寝屋川市駅発 9:55 ➡ 藤本病院 9:58 ➡ シンフォニー 10:10
➡ ハーモニー 10:20 着
帰路 ハーモニー 12:05 発
※寝屋川市駅にはいきません



表紙作品の紹介



● 作者ペンネーム… シャンシャン
● 普段の活動…
30年ぶりに筆を取りました。久しぶりで筆の扱いも忘れていましたが、楽しかったです。また、描きたくまりました。

広報誌『PONS』はこれまで、表紙は職員で構成する絵画部の作品で彩ってまいりました。今号の51号は、絵画部以外の方にも、広く公募しました。

51号の表紙を飾るのは、ペンネーム シャンシャンさんの作品「夏の思い出」です。作品への想いやテーマ選定についてお話を伺いました。



「夏の思い出」
シャンシャン

◆ 作者のコメント ◆

子どもの頃、夏休みになると父の実家がある鳥取を訪れていました。

鳥取では、お盆の時期に「しゃんしゃん祭り」が開催されます。鈴と金色のテープが付いた傘を持ち、大勢の人が踊るお祭りです。毎年浴衣を着せてもらい、夜の大通りへ見に行ったことを覚えていています。

夏休みが終わり京都の家に戻ってから、姉と二人で雨傘を手に、しゃんしゃん祭りの踊りをまねしていました。

そんな遠い夏の記憶を思い出しながら、今回の絵を描きました。だんだん日が暮れ、これからお祭りが始まる、そんなワクワクする瞬間を描いています。

次は、新年に発行する広報誌の表紙作品を募集します！

ご興味のある方はご応募お待ちしております♪

公募

広報誌PONS53号（1・2月発行）の表紙となる絵画作品を募集します!!

いつも当法人の広報誌をご愛読いただきありがとうございます。これまで本誌の表紙は職員で構成する絵画部の作品で彩ってまいりました。51号より、広く地域の皆さまから作品を公募致することといたしました。あなたの感性あふれる作品で、表紙を飾ってみませんか？

たくさんのご応募お待ちしております。もちろん一祐会職員でも応募可能です。

■募集テーマ：新年や冬の風景

風景、日常のひとつコマ、抽象画などを描いた作品。油絵、水彩画、デジタルなど技法は問いません。

■応募資格

寝屋川市民の方、寝屋川市や一祐会に縁のある方で、作者紹介のために直接または電話にて取材対応をいただける方。採用後に作品の写真撮影のために当法人（寝屋川市八坂町）へ直接お持ち込みいただくか、印刷に適した高解像度データ（350dpi、A4サイズ）を提供いただける方に限ります。

■作品規定・使用条件

作品はA5サイズ以上。また、表紙サイズに合わせて撮影した画像データをA5横向き（縦148mm、横210mm）にカットして使用し、作品上にロゴや文字が重なるデザインとなります。レイアウトについては、一任いただける方のみご応募をお願いいたします。



■応募方法・締切

2026年11月30日（月）必着で「応募必要事項」をメールにてお送りください。3日以内に、「応募を受け付けました」という、メールを返信いたします。

■応募時の記入事項

メール (kouhou@ichiyukai.jp) に次の情報をお送りください。

- ① お名前（ペンネームOK）
 - ② 作品タイトル
 - ③ 作品コメント（1500字〜3000字程度。作品に込めた想いや制作秘話など）
 - ④ 連絡先（電話番号・メールアドレス）
 - ⑤ 作品の全体像がわかる写真データ
 - ⑥ お住まいの市
- 担当者：経営企画部 出口

■選定後の流れ

採用結果は2026年12月9日（水）までにご本人に連絡します。後日、作品撮影と合わせて、制作背景などのインタビュー取材（対面または、電話）をさせていただきます。採用作品は「53号」の表紙として掲載し、記念品を贈呈いたします。

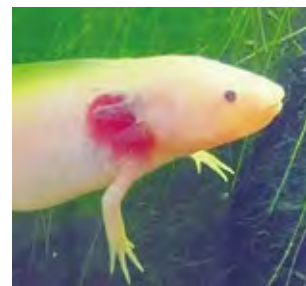
▼下記QRコードからも応募可能です。



ウーパールーパーお名前投票結果発表



わんたん
名前は「雲吞」に決定しました！

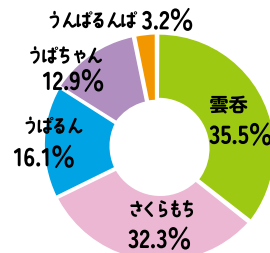


- わんたん
- 1位 雲吞**
- 2位 さくらもち
- 3位 うぱるん
- 4位 うぱちゃん
- 5位 うんぱるんば

2026年春に藤本病院の新しい仲間となったウーパールーパー（正式名称：メキシコサンショウウオ）。

その名前を、広報誌『PON'S』の読者の皆さんの投票で決定しました。投票数は31票、1番多かったのは、「雲吞」（ワンタン）で、2番目は僅差で「さくらもち」となり、「雲吞」に決定いたしました。

このたびは、ご投票ありがとうございました。すっかり大きくなった「雲吞」ですが、これからもよろしく願いいたします。



医療法人一祐会
寝屋川・藤本病院
グループ施設紹介



寝屋川と共に歩み、今年で66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、循環器内科、消化器内科、外科、消化器外科、整形外科、泌尿器科、リハビリテーション科



ホームページ



Instagram
リハビリ
テーション科



Facebook
産婦人科

●急患24時間対応
●各種健診・人間ドック
●寝屋川市八坂町2-1-3
（京阪「寝屋川市駅」から徒歩4分）
☎072-1824-1212

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40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2-14-9

📞 072-824-2090
(JR学研都市線「星田駅」から徒歩4分)



ホームページ



Instagram

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13-18

📞 072-822-3232
(京阪「寝屋川市駅」から徒歩4分)

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、事業者の選定など、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13-19

📞 072-811-7010
(京阪「寝屋川市駅」から徒歩4分)

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32-36

📞 072-396-9088
(京阪バス「三井泰団地」から徒歩3分)



ホームページ

医療法人一祐会

1961年設立。藤本病院をはじめ6事業を行い、寝屋川で地域のケアサイクルの充実を図る。

🏠 寝屋川市八坂町2-3

📞 072-824-11212



医療法人一祐会



若草保育所



医療法人一祐会



「まだ元気」だからこそ介護の相談を

- ☒ 歩く力が落ちてきた
- ☐ 最近ものの忘れが増えた
- ☐ 退院後の生活に不安がある
- ☐ 家族だけで介護できるか心配

など、日々の生活で小さな変化や、不安を感じることはありませんか。



ちょっと
気になるぐらい
かな…



●介護保険の認定申請やサービスの利用は、手続きや準備に**時間がかかる**場合があります。気になることがあれば、**介護が必要になる前でも相談**しておくことが大切です。

※寝屋川市では、認定申請から結果通知書が届くまで約1カ月が目安です。

●お住まいの地域の**地域包括支援センター**では、介護保険や利用できるサービスについて相談できます。「まだ早いかな」「相談するほどではないかも」と思う段階でも大丈夫です。気軽な一歩が、これからの暮らしを支える備えになります。

困った時は
お住まいの地域の
地域包括支援センターへ

まずは相談！



寝屋川市地域
包括支援センター



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

発行：2026年9月

通巻 51 号

企画・取材・編集 / 医療法人一祐会
法人経営企画部

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