



## 放射線部に新たな検査装置が導入されました

### <16列 CT 装置を新たに導入>

2月13日(火)より放射線部に16列CT装置(日立 Supria Advance)が新たに導入されました。

5つのメリットをご紹介します。

1. 低被爆と安全性
2. 検査空間が広いので、検査時の負担が軽減
3. 速い撮影スピードと高画質の両立
4. 平野区で検査が行えるので、患者様、ご家族様の移動の負担が軽減
5. 完全予約制ですので、待ち時間が少ない。



また、このCTは平野区の診療所、クリニックにも幅広く利用していただくことにより、地域医療への貢献をしていきたいと考えております。

### <骨密度の測定装置を導入>

骨粗しょう症による《いつのまにか骨折》を防ぐために、日頃から自分の骨の状態を知ることは大切です。骨粗しょう症の検査後、結果がすぐに分かる骨密度の測定装置を導入しました。

詳しくは主治医にお尋ねください。



放射線部  
宇川主任

レントゲンの撮影台も上下できるようになったので、患者様やスタッフの負担も軽減できます。



## 第8回健康教室を5月24日(木)に開催

第8回 医療法人 育生会 三好病院

### 健康教室のお知らせ 骨粗しょう症

参加費 無料

講座について

「骨粗しょう症に大切な食事とは」  
管理栄養士 坂元 朋恵

「骨粗しょう症に対するリハビリ ~運動から予防できる~」  
理学療法士 鈴木 美優 / 山岡 奈央

2018年5月24日(木) 漫才 ヒロ&トモ  
13時30分~14時30分  
理学療法士 忠田 浩樹 / 松尾 知幸

三好病院4階  
通所リハビリテーションにて  
電話か事務所で直接お申し込みください  
医療法人 育生会 三好病院  
☎(06) 6709-3455

理学療法士漫才コンビ ヒロ&トモ

どうもー!!

三好病院が生んだ笑いのスペシャリスト。理学療法士漫才コンビ「ヒロ&トモ」です!

みなさん最近笑っていますか?

笑うってことは、本当に大切なことなんですよ!(裏面を読んでくださいね)

当院で初めて漫才を披露します。

我々の漫才は爆笑間違いなし!

腹筋痛、筋肉痛注意ですよ!!

聞きに来ないと本当に損!

心よりお待ちしております!

理学療法士漫才コンビ ヒロ&トモ

## 平成 30 年度肺炎球菌ワクチン接種について

肺炎球菌ワクチンの接種により、高齢者の死因第 3 位である肺炎を予防でき、かかっても軽い症状ですむ効果が期待できます。接種を希望される方は、かかりつけ医にご相談ください。

期間：平成 30 年 4 月 1 日～平成 31 年 3 月 31 日

自己負担額 7000 円 /公費の助成対象者 4400 円  
\* 30 年度助成対象者は、65 歳、70 歳、75 歳、80 歳、  
85 歳、90 歳、95 歳、100 歳、101 歳以上の方

## 平成 30 年度特定健診のお知らせ

当院では、毎週火曜日・金曜日 9:00～11:00 に特定健診を実施しております。予約は不要です。直接受付までお越しください。

### ●対象者

1. 40～74 歳の大阪市国民健康保険加入者

(75 歳になられる方は誕生日の前日までが有効期限)

2. 75 歳以上の後期高齢者医療保険加入者

### ●受診に必要なもの

1. 保険証 2. 受診券 3. 個人票 (お持ちの方)

### ●費用 無料

## 平成 30 年度診療報酬・介護報酬改正について

6 年ぶりに診療報酬と介護報酬が同時改定となりました。団塊の世代が 75 歳以上となる 2025 年以降の社会経済の変化に対応すべく、今回の改正により、質が高く効率的な医療・介護の提供ができるよう整備するとともに、新しいニーズに対応できる医療・介護の実現を目指しています。当院においても医療・介護の切れ目のないサービス提供が行えるよう連携強化に努めてまいります。この改正にあたり、それぞれの医療・介護サービ

スに対する自己負担額が変更する場合があります。詳しくは各担当者もしくは医事部にお問い合わせください。

## 在宅医療介護ステッカーをご存知ですか？

みなさんは、「在宅医療・介護ステッカー」をご存知ですか？これは平野区内の医療機関/薬局/介護サービス事業所など約 130 箇所で



使用されています。このステッカーが貼ってある施設は、「住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるまちづくりを推進する為、区民の方が在宅医療や介護サービスが必要になった場合に、気軽に相談できる窓口」です。もちろん三好病院にも貼ってあります。医療・介護についてのお困りごとがあれば、気軽にお声かけください。

三好病院の患者様、通所リハビリテーション利用者様、ご家族様のステキな作品をご紹介します。

## はぐくみギャラリー



### 「ビーズブレスレット」



深井由美作

通所リハの同じ曜日の利用者様にビーズブレスレットをプレゼントして、大変喜ばれました。

また踊りボランティア寿  
永会による新春の踊りを  
観て、お正月気分を満喫  
しました。



### ◆ クリスマス会 ◆



12月26日(火)～28  
日(木)恒例のクリスマ  
ス会が開かれました。職

員によるハンドベル演奏や  
利用者サンタからの素敵な  
プレゼント、自分だけのカ  
ップケーキづくりを楽しみ  
ました。



### ◆ 節分会 ◆

2月6日(火)～8日(木)節分会を開きまし  
た。鬼的(おに)に思いっきりボールを投げて、邪気  
を払いました。またちぎり絵でオリジナルの鬼  
の面を作成しました。



### ◆ 新春のお楽しみ ◆



平成30年の年明けは、書き初めや  
福笑い、坊主めくりなど小学校以  
来の楽しい遊びをしました。

### ◆ お雑まつり ◆

永遠のお雑様とお内裏様  
で記念撮影しました。



## 医療と健康コラム 「お笑い認知症」

笑いには、幸せの笑い、おかしみの笑い、社交上の笑いがあります。幸せの笑いは、満腹など本能の充足の結果から生まれ、おかしみの笑いは、漫才・落語などの場面や会話の緊張と緩和のギャップから生じ、腹を抱えて笑います。社交上の笑いは、皆と協調して失礼のないように軽く笑みを浮かべるものです。幸せの笑いは、本能・感情の中枢である視床下部・辺縁系が、おかしみの笑い・社交上の笑いは、大脳皮質が担当し、脳内の物質は、ドーパミン、エンドルフィン、セロトニンが関係しています。また、おかしみの笑いが生まれる仕組みを、桂枝雀師匠が「緊張の緩和理論」として研究されています。関心のある方は、ご一読ください。

正常の認知機能の集団比較において、笑わない人は、笑う人と比較して約2.6倍認知機能低下のリスクが高まるといわれています。また健康な方には、適切な運動が認知症予防に効果があるとされています。軽度の物忘れ(軽度認知障害の状態)を認める方にも、笑いの介入試験が施行されていますが、抑うつ気分の改善がみられるものの、認知機能改善の十分な証明はなされていません。認知症の方に笑っていただくと、抑うつ、不安など行動・心理症状が軽減するといわれていますが、記憶力の改善は証明されていません。また、健康な方に対して、インドから伝わった「笑いヨガ」が注目されています。インストラクターのもと、おかしくなくても、とにかく30秒間、声を出して笑う体操を継続すると、認知症予防に効果があるといわれています。

私見ですが、健康な方が認知機能低下をきたさないためには、日頃から積極的に、余暇活動を通じて笑いの環境に身を置くことが大切であると思います。できれば、失礼のない範囲で、自ら他の人に笑いをもたらす工夫をすることが、認知機能や遂行機能の維持に貢献すると思います。