

年に1度、
健診を受けましょう！



「ちらし寿司」

(卵、鮭フレーク、いくら、のり、三つ葉)



「菜花とコーンのにんにく炒め」

管理栄養士からのお知らせ



春色ごはん

もうすぐ春が訪れます。春の色は、自然の美しさや新たな始まりを象徴する重要な要素です。これらの色を日常生活に取り入れて、春の訪れを感じてみてはいかがでしょうか。食事でも、いつもの食事に色を加えるだけで美味しく見えますし、ちらし寿司でプチ贅沢気分を味わうのも良いと思います。一人分酢飯と春色食材をご紹介します。

酢飯：御飯 200g、酢 大さじ 2、砂糖 大さじ 1/2、塩 小さじ 1/4

緑：菜っ葉類、ブロッコリー、枝豆、きゅうり、大葉など

黄：卵、コーン、黄パプリカ、南瓜、人参など

ピンク：桜でんぶ、鮭、まぐろ、ハム、えびなど

新生児の予防接種から在宅看取りまで

2026年1月より
外来診療の医師・時間帯を変更いたしました。

あいち診療所 野並

	月	火	水	木	金	土
午前	野村	畑	野村	亀井	野村	第1,3,5週 岡崎 第2,4週 野村
午後	岡崎	野村		畑	岡崎	

診療時間 午前9:00~12:00
午後4:00~7:00
(水・土の午後、日・祝は休診)

※木曜日午後は夜7時までに変更しております。

予約制 もの忘れ相談外来

※野村医師の外来の予約をしてください。

あいち診療所 滝の水

	月	火	水	木	金	土
午前	岡崎		岡崎		岡崎	

診療時間 月水 午前9:00~12:00
金 午前9:00~10:30
(火・木・土・日・祝は休診)

◆事前にお電話をお願いいたします

感染対策のために、発熱・咳・下痢など感染症症状のある方は受診前に事前のお電話をお願いいたします。

救命救急講習会

野並通所リハビリテーションでは、利用者様はもちろん自分たちの安全を守り、安心して日々の生活ができる環境づくりを行うため、利用者様と職員合同で一次救命処置について学ぶ講習会を受講しました。突然の心肺機能停止の原因ってご存じですか？

心肺機能停止の原因は多岐にわたりますが、成人では急な病気によるものが多く、心室細動や心筋梗塞、急性大動脈解離などの心臓・大血管の病気などが挙げられます。一方、子どもは心肺機能停止の原因は、異物の誤飲・窒息や溺水などが挙げられます。心肺機能停止が起きたとき、3分以内になんらかの処置が必要なのです。それに対し、救急車が到着するまで平均8分かかると言われています。救急隊が到着するまでの間に現場に居合わせた一般市民がいち早く一次救命処置（心肺蘇生やAEDの使用）をすることで、救命率や社会復帰率が向上します。

実践訓練

ダミー人形を用いて、AEDの操作や胸部圧迫（心臓マッサージ）を実践しました。



第一発見者が「119番通報をする人」

「AEDを取ってくる人」を指名して、胸部圧迫（心臓マッサージ）をし、胸の真ん中が5cm沈むくらいの力で、1分間に100回のペースを全身の体重をかけて行います。これが予想以上にとても体力が要ります。職員で何度も交代しながら行い、胸骨圧迫が止まらないように、周りの人と息を合わせて1・2・3・はいっ！で交代する訓練も同時に行いました。力が入らなくなってきたら交代しないと、有効な心臓マッサージが行えないのです。AEDは、電源を入れれば音声が使えない方を全て丁寧に

指示してくれます。間違えて必要のない人に電気ショックを与えてしまったらどうしよう：と心配する職員もいましたが、電気ショックが必要かどうかでもAEDが自動で判断してくれるため安心です。心室細動が治まらないかぎりは、2度目3度目とAEDでの処置は続くことになるため、落ち着いて正しい操作をすることが重要です。一番大切なことは、緊急の場面に遭遇し混乱した状況においても、失敗や間違いをおそれず、とにかくやってみるという行動だと学びました。

救命救急講習会は毎回新しい気づきがあり、何回も繰り返すことで身体が動きを覚えていくのがわかります。知識の確認や技術を身体に叩き込むことも大切ですが、繰り返し訓練を行いそれ以上に自信をつけることが重要だと実感しました。

考えたくはないですが自身の周りでもいつ何が起こるかわかりません。正しい救命方法を理解し、もしもの時に大切な命を救急隊へ「救命のリレー」をつなげていきたいと思えます。(文責藤村)



あいち診療所 野並	TEL 052-895-6637
あいち診療所 滝の水	TEL 052-878-1212
のなみ居宅介護支援事業所	TEL 0120-890-709
のなみ訪問看護ステーション	TEL 052-895-5806
滝の水 憩いの学校	TEL 052-838-8878

医療法人 あいち診療会 TEL 052-895-6637
〒468-0049 名古屋市天白区福池 2-330-2

あいち診療会

検索



私が大切にしていること

あいち診療所野並
医事課 又場 まゆみ

私が大切にしている事は『話しかけやすさ』です。
テレビ、雑誌等で見聞きし、気になる事も多々あると思います。

「詳しく聞きたいけど誰に聞けば良いのだろう？」
と思った時は是非お声かけください。

明るく話しかけやすい診療所でありたいと思っておりますので世間話でも、たわいもない話でも大丈夫です。気軽に話しかけていただき、時間のある時はゆっくりお話し出来ればと思っております。

マイナンバーカードでの受付は簡単です。まだまだチャレンジされていない方は一緒にやってみましょう。忙しそうにしている時は声をかけにくいかもしれませんが遠慮なく声をかけてください。お待ちしております。



のなみ居宅介護支援事業所
ケアマネージャー
田岡 麻貴

ケアマネジャーは話をお聴きすることが多い仕事です。笑って楽しくお聞きできる内容から、言葉選びに迷い声をかけることを躊躇する内容、ただそこに居て聴くことしかできない内容と様々です。

担当させていただく利用者さんやご家族との話が一段落し「間」ができた時、こちらの話で埋めようとしないうちに努めています。ひと呼吸おき、余白や沈黙から生まれる話題がとても重要なものとなることもあるからです。

ケアマネジャーとしては目まぐるしく流れていく情報を追いかけることが必要な時もあります。向き合う時間」を大切にしています。

できるかぎりアンテナを高く張り続けるため、自分のメンテナンスとして心や身体と向き合う時間を持つように心がけています。みなさんも時には少し立ち止まり、短い時間でもゆっくり深く呼吸をし、自分との対話・余白の時間を持つてみてはいかがでしょうか。



あいち診療所野並
通所リハビリテーション
渡邊 美至

私が大切にしていることは、思いやりの心です。

相手の気持ちを考えて行動することで、優しく接することができ、心が穏やかになります。

通所リハビリテーションで過ごすなかでも、体調が優れない人や不安を感じている人に気づき声をかけることで安心してもらえると思います。

「思いやりは小さな気配りの積み重ね」だと思っております。

これからも周りの人たちを大切に、思いやりの心を忘れず接していきたいです。



遠足 憩いの学校

刈谷ハイウェイオアシスへ観覧車に乗りに行ってきました～



わあ～！高い！

初詣

熊野神社へいってきました。良い年になりますように



節分



鬼は～外！福

クリスマス会



なにができるのかな？



なにが入っているのかな～？

ビンゴ大会



スタッフの出し物は赤鼻のトナカイ



何がでるかな～？



野並通所リハ イベント



ジャンボカルタ大会 盛り上がっています！



ハンドマッサージを実施しました♪



新年の壁画を作成されています！今年も午年♪



美容しくでマニキュアを塗りました♪



目の前で焼いたお好み焼きを召し上がっています！



クリスマスツリーの飾り付けをされています！



クリスマス会特別メニューを堪能中♪！



サンタや雪ダルマと記念撮影♪



歌詞を見ながら冬ソングを歌われています☆シ



花を生けられてあります！！