

みなさんの声を聞かせて下さい ～「かわら版」のテーマ

富田町病院は、地域みなさんに医療や介護、健康に関する情報を発信しようと、2019年に「健康講座」を始めました。コロナ禍で講座に集まっていただくことができなくなったので、紙面で情報をお届けしようと、この「かなえ かわら版」を、2020年5月から発行してきました。以来、6年。今号で62号となり、様々な内容を取り上げてきました。

これからも続けます！

こうした情報発信は、地域の病院の大切な役割と考え、今後も続けていきます（「健康講座」も2023年から再開しています）。

そこで、みなさんがどういうことに興味があり、どういう情報を必要と考えているのか、「みなさんに聞いてみよう」と考えました。

裏面に、これまで「かわら版」で取り上げたテーマを並べてみました。みなさんが関心ある、“もう一回取り上げて欲しい”と思うテーマ（内容）を、お聞かせください。

やり方は、2とおりあります

①「シール投票」

裏面と同じ内容を記載した「シール投票」のボードを用意しました。「関心ある」という内容の欄に、シールを貼ってください。

これからも有効な情報を発信していくために、みなさんの声をお聞かせください。約2か月間、10月下旬まで続ける予定ですので、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

（複数回答OKです）

②「投票用紙」に記入

裏面と同じ内容のA4大の「投票用紙」に、「関心ある」内容の欄にチェックを入れて、設置の「投票箱」に入れてください。

（「投票用紙」には、自由筆記欄もありますので、一覧にないテーマは、そちらにご記入ください）



場所は、3カ所にあります！

- ①富田町病院の玄関、
- ②富田町病院別館（旧木村クリニック）の1階（玄関入って左手の壁面）
- ③たんぼぼ富田薬局、
の3カ所に、シール投票のボード、投票用紙、投票箱を置いています。



「かわら版」“リクエスト投票”用紙

関心あるテーマに○を。複数回答可。

■ 疾病など	
・インフルエンザ	
・糖尿病	
■ 骨粗鬆症の予防	
・骨粗鬆症の予防① ～食事	
・骨粗鬆症の予防② ～運動	
・骨粗鬆症の予防③ ～検査	
■ 認知症関係	
・軽度認知機能障害（MCI）	
・認知症の方との接し方	
・もの忘れと認知症	
■ 健康診断	
■ 熱中症予防	
■ よい睡眠について	
■ 乾燥への対策	
■ 栄養・レシピ等	
・免疫力をあげる食事	
・身体を温める食事	
・栄養と水分をしっかり摂ろう	
・夏野菜をおいしくいただく	
・ごはんのチカラ	
・お米以外を主食にする工夫	
■ 食中毒の予防	
■ 体操関連	
・マスク下でできる口の体操	
・筋力低下を防ぐ腕・足の運動	
・簡単な「脳トレ」	
・元気に歩ける身体づくり	
・タオルを使った体操	
・喉の力(飲み込む力)を鍛える	
・ストレッチ	
・続けやすい運動	

■ ウォーキング	
・ウォーキングの効能など	
・お散歩の参考地図	
■ 薬局について	
・薬局を上手に使ってください	
・「かかりつけ薬局」について	
・「健康座ポート薬局」について	
■ 保険制度など	
・後期高齢者医療保険	
・はじめての介護保険	
■ 詐欺などの注意喚起	
■ 趣味、その他	
・手作りのゴキブリ駆除剤	
・手作り味噌	
■ そのほか（未分類）	
・免疫力を高める「腸活」	
・「ヒートショック」予防	
・「自律神経の乱れ」とは	
・「冷え」を防ぐ	
・「フレイル」予防	
・「糖化」を防ぐ	
・新型コロナの5類移行後の注意	
・怒りを上手にコントロール	
・大人も絵本(絵本の“効能”)	
・「人生会議」について	
・「幸福寿命」を延ばす	
・「噛む」ことの大切さ	
・「リハビリ」について	
・「時々入院、ほぼ在宅」 ～地域包括ケア病床	
・転倒予防	

■印は分類、・印は個別テーマ。どちらも「投票」可。

【自由筆記欄】（上記以外のとりあげて欲しいテーマをお書きください）