



第5号

2018年12月15日発行

大道クリニック・めばえ会

「かるしお」ってなに？

国立循環器病研究センターが推奨する「塩をかるく使って美味しさを引き出す」減塩の新しい考え方です。食事や循環器病の予防や治療の一環と考え、栄養バランスを兼ね備えつつ食塩を控えた美味しい病院食を提供するとともに、家庭でも同じような減塩食が食べられるように「かるしおレシピ本」を発行している。

また、かるしお認定基準に基づいて、商品の審査を実施し、美味しさと栄養バランスを兼ね備えた商品に対して【かるしお認定マーク】の表示を認めている。醤油・味噌・だし・カップ麺など認定数はすでに100件を超えている。

第6回S・W・C 11月11日(日)「赤目四十八滝」 参加者：9名

ここ2回は、台風の影響・天候不順などで中止になったが、今回は晴天でウォーキング日和になった。「見ごろ」には少し早かったが、所々紅葉も見られ滝とのコラボが素晴らしい。当日は、行楽客が多く、臨時バスも出て、ウォーキングコースは行列のようだった。

当初は、岩窟滝(約3.3km先でUターン)の予定であったが、帰りのバス時刻のことや「思っていたよりキツイね!」という言葉もあり、三分の二のあたりで昼食(12:20頃)をとり、休憩後Uターンし赤目滝(バス停)に引き返す。16時すぎに八尾駅に到着。



第44回 NPO大腎協定期大会

11月4日(日)、大阪国際会議場で開催され、会員424名の参加がありました。大道クリニックからは3名が参加。西本会長の基調報告では「会員数・請願署名数の減少」に伴う「国・自治体の透析医療に対する自己負担額の増加」を懸念する話がありました。

セミナーでは江里口雅裕先生より「透析患者におこる血管の病気」～末梢動脈疾患など～について講演があり、アトラクションとして落語・太神楽曲芸の演芸がありました。長期透析者表彰式では10年～40年の方の表彰があり、大道クリニックからはK.Tさん(40年)をはじめ7名の方が表彰されました。

【大腎協定期大会に参加して】 A.Sさん

寒さがひとしお身にしみる頃です。私73歳、透析1年目の患者です、先日の大腎協定期大会に出席致しました。皆様の活動のおかげで透析にかかる費用が自費でないのは本当に助かります。長期透析者表彰で透析歴10年～40年の方に記念品の贈呈がありました。人生百年の今の時代、40年もと思うと驚きとともに心が凍りました。透析後の身体の「だるさ」「おもさ」がいつになれば慣れるのだろうと・・・頭では分かっていますが、週3回、1回4時間の透析、これからも続くと思うと心が暗くなるのです。私だけでしょか？

大腎協の活動のおかげで金銭面の心配がないのですが、心が折れてしまう気持ちは止めることは出来ません。これからの私の人生に少しでも光が当たることがあるのでしょうか。まだまだ先人にお聞きしたい事が山のようにあります、色々とお教え頂きたいと思います。

続々・学習会

足の痛み・乾燥・しびれ・冷感などでお悩みではないでしょうか。そのような方は是非お試しください。

- ◆炭酸浴 ◆レインボーライト

私も、2か月ほど前から炭酸浴を行っていますが、足の疲れが取れやすいように感じています。(個人の感想)詳しくはスタッフの方にお聞きください。



TRYなコトバ

「現状を見てNOと言うのか、可能性にかけてYESと言うのか。視点をどこに置くかでバリアー(障壁)は克服できる。」
朝日新聞・ことばのたまゆら より

つなぐ・ひろめる・まなぶ

会員募集中

めばえ会

合同親睦会 平成30年12月2日(日) サンヒル柏原

当日は、暖かい小春日和の中、「クリニック・めばえ会合同親睦会」が患者(家族)とスタッフ(家族)、総員84名が出席し開催されました。

大道理事長の挨拶・乾杯で開宴され、美味しい食事をしながら「お楽しみビンゴゲーム」「長期透析者表彰」「カラオケ」「歌体操」などで大いに盛り上がりました。又、日頃お目にかかることが少ない厨房の方々を紹介し、いつも美味しい透析食を作って頂いているお礼を言い、ダンスを披露してもらいました。

最後に、めばえ会の歌「月大きな道のクリニック」にフリをつけて、みんなで歌って終了しました。

【お楽しみビンゴゲーム】今回は「野菜ビンゴ」で、各自9個の野菜をマス目に書きビンゴ表を作る。縦・横・斜め3個でビンゴ!!豪華賞品?が当たる。

【歌体操】会長の紹介で、寺島先生ほか2名の方々にお越しいただき、深呼吸や指体操などを歌とともに健康法をご指導いただきました。

【長期透析者表彰】表彰者をご招待して行われました。透析歴40年のK.Tさんはじめ8名の方が表彰され、大道会長の「和歌」を添えて、クリニックより記念品が贈呈されました。又、会員様には大腎協・めばえ会からもそれぞれ記念品を贈呈。

★平成30年度 長期透析者表彰者★

★10年表彰者(2008/1/1~12/31)

- 月～金 N.I 様
- 火～土 K.R 様
- 火～土 I.S 様

★20年表彰者(1998/1/1~12/31)

- 月～金 S.M 様
- 月～金 N.M 様
- 月～金 M.Y 様
- 火～土 I.K 様

★40年表彰者(1978/1/1~12/31)

- 火～土 K.T 様

♡おめでとうございませう♡

いつまでもお元気で!!♡



長期透析者表彰式



スタッフによるカラオケ

