

メディケアプラザ中央通り 広報誌

あ お ぞ ら

2026. 8月

Vol. 08



<内容>

- ・熱中症を予防しよう
- ・みんなの本棚始めました
- ・Staff コラム よこがお No. 3 クリニック 事務 菅原 由季
- ・最期の願い（連載小説） 北の文学85号掲載小説
- ・食と栄養だより ～今が旬！夏バテにはトマト!!～

クリニック公式X →



メディケアプラザ中央通り

〒020-0021 岩手県盛岡市中央通り3丁目16-23

TEL : 019-654-3782 FAX : 019-654-3783

ホームページ <https://www.mpcyuo.jp> E-mail : mccyuo@tsunagi-hp.net

熱中症を予防しよう

熱中症とは高温多湿な環境で長時間過ごしたり、大量の汗をかいたりすることで体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節がうまくできず、体内に熱がこもった状態になることです。

暑さを避ける、身を守る

室内では

- ・扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
- ・遮光カーテン、すだれを利用



屋外では

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- ・天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える



体の蓄熱を避けるために

- ・通気性の良い、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やす



こまめに水分を補給する

室内でも、屋外でも、のどの渴きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給しましょう



暑さに強い「からだづくり」

暑さに負けない体にするため、暑くなる前の時期から、ウォーキングなどの汗をかく運動を継続して行いましょう



！高齢者は特に注意が必要です

1 体内の水分が不足しがちです

高齢者は若年者よりも体内の水分量が少ない上、体の老廃物を排出する際にたくさんの尿を必要とします。

2 暑さに対する感覚機能が低下しています

加齢により、暑さやのどの渴きに対する感覚が鈍くなります。

3 暑さに対する体の調節機能が低下します

高齢者は体に熱がたまりやすく、暑い時には若年者よりも循環器系への負担が大きくなります。

※心臓や腎臓の悪い方や持病をお持ちの方は、かかりつけの医師にご相談下さい。

●東京都23区における熱中症死亡者の状況(令和3年夏)

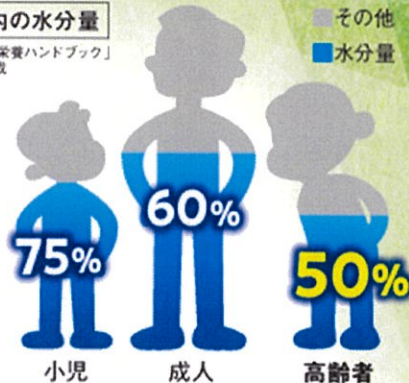
※計39人(速報値)のうち

約8割は65歳以上の高齢者

屋内での死亡者のうち約9割は
エアコンを使用していなかった

体内の水分量

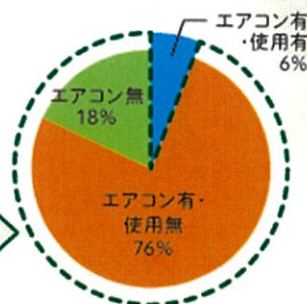
「輸液・栄養ハンドブック」より作成



エアコン設置有無・使用状況別

出典：東京都監察医務院

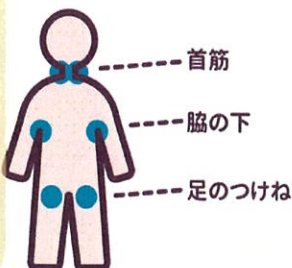
■エアコン有・使用有
■エアコン有・使用無
■エアコン無



どこを冷やす？

効率よく体温を下げるには、皮膚のすぐ下を太い動脈が通っている場所を冷やすことが重要です。具体的には右の図の3か所です。

氷のうや保冷剤をタオルで包んだものをあてたり、氷がなければ濡らしたタオルで全身を拭き、うちわや扇風機で風を送るだけでも、気化熱によって体温を下げられます。



日傘を使おう！

環境省によると、日傘の熱中症予防効果として

- ・暑さ指数が1～3℃低下
- ・発汗量が帽子のみと比較して約17%減少
- ・頭部の体感温度が4～9℃、全身で1～2℃低下

と報告されています。さらには紫外線の防護効果もあり、日差しの強い夏には、一本は持っていたいアイテムですね。



熱中症かもと思ったら……適切な判断をとろう

熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……。落ち着いて、状況を確認してから対処しましょう。最初の措置が肝心です。

チェック1 熱中症を疑う症状がありますか？

(めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温)

はい

チェック2 呼びかけに応えますか？

いいえ

救急車を呼ぶ

はい

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

チェック3 水分を自力で摂取できますか？

いいえ

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

はい

水分・塩分を補給する

チェック4 症状がよくなりましたか？

いいえ

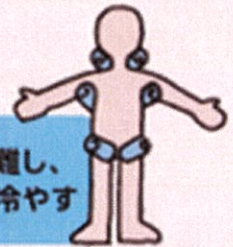
すみやかに医療機関へ

はい

そのまま安静にして十分に休息をとり、回復したら帰宅しましょう



救急車が到着するまでの間に応急処置を始めましょう。呼びかけへの反応が悪い場合には無理に水を飲ませてはいけません



氷のう等があれば、首、脇の下、足のつけ根を集中的に冷やしましょう



本人が倒れたときの状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を伝えましょう



大量に汗をかいている場合は、塩分の入ったスポーツドリンクや経口補水液、食塩水がよいでしょう

水分・電解質の補給

意識が正常な場合には、スポーツドリンクなどで水分と塩分を補給します。

症状が改善しないときは、

速やかに医療機関を受診しましょう



みんなの本棚

始めました

あなたのオススメの本を、ぜひ本棚に加えませんか？

施設内に設置した本だなに自由に本を置いたり、借りて家に持ち帰ることができます。



設置場所 : 本棚① 1階通所リハビリ側入口付近
本棚② 2階共有スペース

ルール : 貸出・返却は自由です。
貸出冊数は自由です。
貸出期限は2週間です。
貸出ノートに名前を記載してください。
本は大切に扱いましょう。

お問い合わせ : メディケアプラザ中央通り 担当 中村
TEL 019-654-3782



笑顔からはじめよう

メディケアプラザ中央通りクリニック
事務 菅原 由季



今回、スタッフコラムを担当させていただきました。私は二〇〇八年四月より盛岡つなぎ温泉病院にて勤め始め、二〇二四年一月よりメディケアプラザ中央通りクリニックの事務を担当しております。前職で「医療事務」を経験させていただきましたが、知識が全くないところからのスタートでした。まずは各種医療保険制度を覚えるところから始まり、それから医療費算定方法や検査内容などの知識習得と、順を追って学び、その知識を持って盛岡つなぎ温泉病院に入職させていただきました。

盛岡つなぎ温泉病院とメディケアプラザ中央通りクリニックの違い

私がメディケアプラザ中央通りクリニックへ異動した時にまず初めに感じたこと、それは患者さんのイメージの違いでした。つなぎ温泉病院は地元とか地域に密着した、というローカル感が強く感じられました。盛岡市の西側に位置しており、雫石町・滝沢市が隣接しているのです。患者さんも多くいらっしゃる一方で、お年寄りの方の受診が多く、患者さん同士のお知り合いもみられます。また、西和賀町からいらっしゃる方もおり、自家用車を運転してくるか、バス等の公共機関を使って来院してくださいます。バスでいらっしゃる場合は、ほぼ半日以上を通院のための時間として費やしていると伺ったことがあります。

また、つなぎ温泉病院では独自に送迎バスを運行しているのも特徴です。運行経路は決まっておりますが、バス停などはありません。運行時間に合わせそのルート上に立つて待っていると乗せてもらえるという、つなぎ独自のルールで運行しています。

つなぎ温泉病院は地域に根付いた病院であり、二次救急も担っておりどんな患者さんでも受け入れる体制を整えています。地域全体で、地元企業全体で、病院全体で、みんなで協力し合い助け合い支えあっている、地元には欠かせない病院です。

す。

そして、今私が勤務させていただいているメディケアプラザ中央通りクリニックについてです。こちらはと言うと、「町なかのクリニック」という印象が強いですが、自家用車で来院される方も多いですが、徒歩や自転車にきてくれる方もいます。また、体調がすぐれなく、「具合悪いの・・・」と会社員の方や近隣の学生さんも多く来院します。前もって先に電話をしていただける患者さんであったり、突然受診される方であったり様々ではありますが、「あつ」と思ったときに「ばつ」と来院できるのがクリニックの魅力だと感じます。

私の役割

病院勤めをする上で私が一番に気にかけていること、それは患者さんみなさんを不安にさせず、**笑顔でおうちに戻っていただくこと**です。「病院」って響きだけで、好きな場所にはなりませんよね。どちらかというとできればお世話になりたくない場所であり、一回受診して「良くなりませんでした」、調子が悪い中で何度か通院を繰り返して「治りました」というのが、理想的です。

でも、継続治療が必要な方も多くいます。習慣病を患い定期的な治療が必要な方も数多くいます。定期的に薬を処方し、検査などを通して身体面の管理を行います。会計時に、「はい、次は四週後ですね」とか「次は八週後になります」と予約を確認しお帰りになっていただきますが、その時に心がけていることが笑顔で対応し患者さんを送り出すことです。

「また次回、元気な姿を見せてください。お互いに元氣確認しましょう」

そんな思いをもつて対応しております。ちょっとしたお話をしたり笑顔で受け答えすること、患者さんの不安が少しでも軽くなったり少しでもパワーを与えられたり、みなさんのビタミン剤になれればな、と思っています。

ばな、と思っています。

当クリニックは一人体制で受付業務を行っております。受付と電話が重なってしまうこと、お待たせしてしまう場面が多々あり、「迷惑をおかけしていると思います。それでも患者さんみなさんよりいつもあたたかく見守っていただいております。みなさんからのお願いに感謝しつつ、明るく元気に笑顔で皆さんを迎え入れ、安心したお顔でお待ち帰られるよう、思いやりの気持ち忘れずに接してまいります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

最後にひびく

私ことではございますが、私には三人の息子がおります。

長男はもう成人し他県で暮らしています。次男・三男はまだまだ学生で一緒にすごしておりますが母の印象を聞いてみました。

《次男》

いつも厳しく口うるさいですが家族のことを考えていると思います。僕はテニスをやっている毎日練習への送りをしてくれます。練習開始時間ギリギリですがそれくらい仕事を頑張ってくれているんだと感じ、感謝しています。

《三男》

僕のお母さんはテニスの送り迎えや家事をしてくれ、それを毎日こなしているのです。ゴイです。家に帰ると動きっぱなしでパワフルお母さんです。

こんな機会があれば子どもたちの気持ちも知ることができなかつたので感謝ですね。

まだまだ頑張れそうです！



最期の願い

中村 均

前号からの続き



「気に入ってくれた?」

「はい。とても」

「ならよかった」

東海林さんはやせこけ、くぼんだ目元に皺を刻ませていた。

あのとときの微笑みが脳裏によみがえってきて、胸の奥が痛みに震えた。私はカルテを持ってナースステーションに戻るなり、そこにいた美樹さんに、事の顛末を話した。

「あの野郎、最低だな」

美樹さんは四十代半ばの看護師だ。二度の離婚歴があり、それぞれ父親が異なる二人の娘を持つシングルマザーである。内面は優しいのだが、口の悪さで彼女の右に出るものはいない。だがその口の悪さが、今回だけは私にも幾分かの爽快感をもたらしてくれた。

「あいつはよつぽど休みたいのか、訪問診療に消極的だよな」

美樹さんが呆れ顔で言う。

うちの病院では、在宅医療に移行しても、入院中主治医であった先生がそのまま訪問診療をすることになっている。だから東海林さんが家に帰ったら、訪問診療は当然乾先生がすることになる。訪問診療の時間枠は先生ごとに決まっていて、乾先生なら水曜の午後だ。この時間にもし訪問診療が入っていないれば、先生はまるまるその時間は休めることになる。

「そんな理由だったら許せないですね」

「医者なんてそんなもんだろ。期待するだけ無駄。最初から期待しないことだ」

美樹さんはそう言うつと、点滴バッグを持って、点滴の交換へと向かった。

「困ったよね」と、隣に来てほしいのは相談員の宮間さんだ。

「今日だって、奥さん、わざわざ相談室に来たのよ。いつ頃家に帰れますかって。今日カンファレンスがあるから、そこで大体の目途が出ると思うからって言ったばかりなのに」

残された時間はそう長くはないと、奥さんも焦っているのだ。

「あーあ。絶対、相談室の前で待ってるよ。何て言おう」

天を仰ぐ彼女に私は何のアドバイスも浮かんでこなかった。

翌日も綾は休みをとった。その他にも休まざるを得ないスタッフが二人いて、今日も日勤帯はいつも三人少ない体制となった。

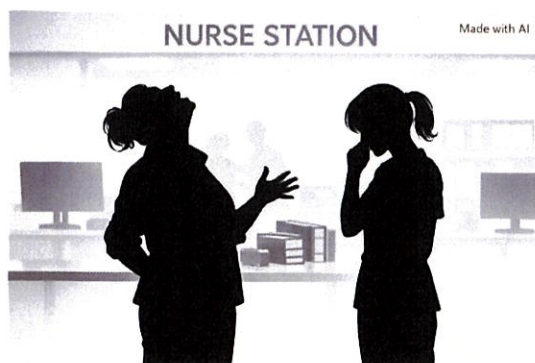
「こつちがうつになりそう」

「子どもどもって言えば、何でも許されるからいいわよね。マジ不公平」

「いっそ」口々に雇ってしばらく休みたい

「雇るのは嫌よ。濃厚接触者になって休みたい」

口々に好き勝手言っている。口に出さない人たちもピンと張りつめた空気をまとっていて、内心穏やかでないのが伝わってくる。私も朝起きた時から体が重かった。連日、いつもの倍近く走り回っているからだ。これが今日も続くのかと思うと、気が滅入る。



そこへ相談員の宮間さんがやってきて愚痴り始める。やはり奥さんは相談室の前で待ち受けていたようだ。

「どうなりましたかって訊くから、まだ退院日までは決まらなかったと言ったら、なんですって詰め寄られて、もう言っちゃったよ。乾先生が様子を見ようって決めたからだった」

話しているうちに記憶がよみがえり、興奮してきたようで、早口になる。

「そしたら、皆さんは納得したんですかって言ってきた、してませんって正直に言ったんだけど、言ったら言ったで、じゃあなんで引き下がったのかって、痛いところ突かれてさあ。会議があるんでって、もうしどろもどろになつて逃げてきちゃった」

愚痴を聞かされた後は、忙しい午前中が待っていた。動き回っているうちに昼が来て、やっと昼休みだと喜んだのも束の間、記録をつけていないことを思い出し、私はナースステーションで椅子に座ってカルテを書き始めた。

そのときだった。「キヤッ」という悲鳴にも似た声がどこから聞こえた。周辺にいたスタッフたちと顔を見合わせた。一瞬の静寂の後だった。

「誰か来てー」

私は瞬時に声のした方へと走った。ただ事でない予感がした。その声を聞いた数人の看護師たちが二百十七号室に入っていく。

「東海林さん、喀血してる!」

急いで病室へ向かうと、床には血が水たまりのようにできていて、床に手をつき俯きながら、苦しそうに肩で息をする、東海林さんの姿があった。

「東海林さん!」

駆け寄って顔をのぞく。顔色は白く、呼吸も荒い。口の周りだけが鮮血で真っ赤だった。

誰かがすぐ連絡したのだろう。乾先生が駆けつけてきた。先生の指示で、いったん車いすに乗せてナースステーションに近い処置室に移動させた。自力では動けなくなった東海林さんをベッドに寝かせ、口腔内の血を吸引し、血で染まった服を着替えさせる。

Made with AI



血圧や心拍数、心電図などを記録するモニターを装着させ、酸素マスクも装着すると、止血剤の点滴を開始した。

少しずつ落ちてきてきたようで、血圧や心拍数が正常に戻っていく。苦しい顔を歪めていた東海林さんは、目を瞑り静かに眠り始めた。

一時間後、奥さんが家から駆けつけてきた。面談室で乾先生が状況を説明した。

「肺に転移したがん細胞が悪さをしたのでしよう。血を吐き出しました。量としてはショック状態になるような量ではありませんでしたので、輸血はしておりません。止血剤を点滴して様子を見ています。今はだいが落ち着き、状態は安定しています。ですが、いつ先ほどみたいなことが起こるか分かりません」

奥さんは怯えたような表情を見せている。乾先生は話を続ける。

「今のうちに、もし会わせたい人がいるなら連絡して会わせてあげた方がいいでしょう。どなたかいらつしゃいますか」

「娘が東京にいるんです。間に合いますか」

「状態が落ち着いたので、今すぐに何かあるとは考えにくい状況です。ですが、それは可能性の問題なので、早いうちに来られるのであれば来ていただいた方がいいでしょう」



奥さんは硬い表情で頷いた。

乾先生は「それではこれで」と言いつて立ち上がる。奥さんが弾かれたように顔を上げ、「先生」と言いつて呼び止めた。

「何か」

「あの、主人を、家で看取することはできないのでしようか」

乾先生は呆れるように鼻を鳴らした。

「難しいです。この状態ですよ。かえつて寿命を縮めかねません」

「でも……」

「でも？」

乾先生の語気が強くなった。奥さんは息を大きく吸い込み、力のこもった眼差しを返した。

「最期は家で、というのが主人の希望……というか願ひなんです」

すると振り返り半身になつていた先生が、完全に向きなおし、能面のような顔で言った。

「願望は願望であつて、向き合うべきは現実です」

気圧されるように奥さんが口ごもると、乾先生は颯爽と部屋を出て行つた。奥さんは俯いたまま手を膝に乗せ、固く結んでいた。たまらず私は奥さんに声をかけた。

「家に連れて帰りたいですよ」

奥さんは救いを求めるように顔を上げたかと思つと、首を横に振つた。

「連れて帰りたいんじゃない、主人の願いを叶えてあげたいだけなんです」

そつか。あくまでも主体は東海林さんなのだ。奥さんの願ひは東海林さんの願ひそのものなのだ。

数日前、やせ細つた東海林さんの背中を清拭しながら、家に帰つたら何がしたいかを訊いたことを思い出した。あのとき、東海林さんは庭に植えて十五年以上になる桃の木の話をしてくれた。

「娘が桃が大好きで、じゃあ家で採れたら最高だなつてことで、買つてきて植えたんだ。でも、木は大きくなるんだけど、なぜか花はたつたの一度も咲かせたことがなかつたんだ。それがなんと、今年の春、初めて花を咲かせたんだ。今、実をつけて色づいてきているらしいんだけど、入院してるから見れてないんだよね。十五年以上待たせたんだから、家で一日中桃の木を眺めながら、画でも描ければいいなつて思うんだよね」

叶えてあげたい。私は早速でナースステーションに戻ると、カルテに記載している乾先生に背後から声をかけた。先生は、「こちらを向くこともせず、不機嫌そうな声で「何」と言つた。」

「東海林さん、家へ帰らせてあげましょう。帰るのをすごく楽しみにしてたんです」「無理だつて言つたら。何度も言わすなよ」「納得できません。どうして駄目なんですか」

「だから、その方がいいんだよ。状態が安定してないし、急変しても入院していた方がすぐに対応できる」

「でも、希望しているのは在宅です」

乾先生は持つていたペンを机に叩きつけるように置き、鋭い視線を向けてきた。

「だから何だ。誰だつて病院にいるより家の方がいいに決まつている。でも医療をよく知つているのは俺だ。その俺がどちらがベストかを判断してるんだ」

脳がしびれて押しつぶされそうになり、私は頭を小さく振つた。

「お言葉ですが、どちらがベストかを判断するのは、先生ではなく本人や家族ではないですか」

「きれいごとだよ。知識もないのにどうやって判断するんだ？ 在宅医療の知識があつてこそ、最適な判断ができるんだろ」

蔑むような目を向けられ、私は全身が無意識に震えた。

「じゃあ、何？」

「先生は、どれほど在宅医療の知識があるつていうんですか」

「何？」

乾先生が血走つた眼を向け、私を睨んだ。

「おい和葉」

背後から腕をつかまれ、後ろに引つ張られた美樹さんだつた。こつちへ来いと、ナースステーションの奥へと連れていかれた。

「どうしたんだよ、あんなに突っかけて。お前らしくもない」

美樹さんの顔を見たら、急に体の力が抜け、とめどなく涙が流れてきた。

「何泣いてるんだよ」

そつ言われても、私には分からなかつた。あふれてくる涙を必死にぬぐつた。

「和葉の言いたいことも分かるけどさ、限度があるだろ。あんなに乾を怒らせて、働きづらくするのはこつちだろ。いいことないつて」

「最後は自宅で過したやつて言つてるのに、なぜ希望を汲み取つてあげないのか、私には理解できません」

「だから、その気持ちは分かる。分かるけど、乾が折れないんだから、突つ走つてもいいことはない」

「じゃあどうすればいいんですか」

「そつだな。それが分かれば、苦労しないんだけどな」

私は唇をかみ、こぶしを作り力いっぱい握つた。美樹さんが表情を崩し、私の頭を軽く叩く。

「和葉、疲れてるんだよ。最近忙しいから、ストレッチもたまつてるんだろ。落ち着いたら、綾に焼き鳥とビール、たんまりおごつてもらおうな」

やつと、少しだけ笑つてくれた。



その日の夕方に、早くも東海林さんの娘の佳奈さんが東京から駆けつけてきた。細身で背が高く、黒のストレートパンツが足の長さを際立たせている。歳は三十代半ばくらいだろう。東海林さんそっくりの下がり目の眉は、優しい雰囲気感を漂わせている。病棟のロビーで奥さんと合流し、病室へと案内した。コロナ禍では原則、面会は禁止であつたが、死期が迫つた患者の面会だけは許可されてた。

個室に移つた東海林さんは静かに眠つてた。佳奈さんは部屋に入るなり、目を見張りわずかに後ずさつた。無理はない。点滴や尿の管（くだ）、心電図モニター、そして酸素マスクなど、体のいたるところからラインが伸びている。佳奈さんの記憶にある父の姿からは、かなり変わり果てた姿になつていくに違いない。

それでも佳奈さんはゆつくりと耳元まで進み、「お父さん」と声をかけた。

「佳奈だよ。分かる？」

東海林さんの右まぶたが微かに動き、わずかに目が開いた。黒目が確かに佳奈さんの方へと向いた。その目はすぐに閉じられたが、深く吐いた息が酸素マスクを曇らせた。「分かるなら握り返して」

そつ言つて、佳奈さんは東海林さんの手を握つた。東海林さんの表情は変わらなかつたが、「あつ、今、私の手をギュッて……」と、佳奈さんが声を上げた。

そこにノックして入つてきたのは、東海林さんのリハビリを担当している、理学療法士の小原君だつた。

リハビリスタッフの中で主に、座る、立つ、歩くなどの身体的機能の回復を担うのが理学療法士だ。食べたり入浴したりなどといった、「作業」の回復を担う作業療法士とともに、リハビリの専門職である。

小原君は入職してまだ数年の若いスタッフだ。何度か同じ患者を担当したことがあり、仕事に熱心で患者にも受けがよく、爽やかな好青年という印象を持っていた。

「ご家族に話したいことがあつてきました」

次号へと続く

※この内容は岩手日報社の許諾を得て、北の文学第85号より転載しています。



食と栄養だより

2026年8月

盛岡つなぎ温泉病院 栄養管理室



今が旬！夏バテにはトマト！！



トマトは、18世紀頃までその真っ赤な見た目から毒があると信じられ、花と同じく見て楽しむものとされていました。日本には江戸時代に「唐柿」として伝わりましたが、食用となったのは明治以降です。

どんな栄養素があるの？

リコペン …赤い色素。有害な活性酸素の働きを抑える強い抗酸化作用があり、**ガンや動脈硬化の予防効果**が期待されています。B-カロテンやビタミンC、Eなど、他の抗酸化成分も豊富です。

クエン酸…酸味成分。疲労物質である乳酸を分解するため、**疲労回復**に役立ちます。

グルタミン酸・アスパラギン酸…うま味成分。日本の味噌・醤油と同じように、トマトにはうま味成分が豊富です。欧州では、うま味のもととして料理のベースに使われています。

オススメレシピ【丸ごとトマトのだし浸し】



トマトの自然な甘みと旨味が、めんつゆの風味と絶妙に調和し、さっぱりとした味わいを楽しめます♪

材料：トマト 2個
A めんつゆ(3倍濃縮) 大さじ2
A 水 200ml
B しょうがすりおろし 適量
B 小ねぎ(小口切り) 適量

作り方：①トマトは湯むきをする。
②保存袋に①とAを入れ、冷蔵庫で2時間ほど漬ける
③②を器に盛りつけBをかけたら、完成！

① 湯むき



② 湯むき



③ マリネする



④ 完成



おいしいトマトの見分け方



- 1, 形が丸いものは、中の果肉がしっかり詰まっています。形が悪いと空洞やゼリー室が多くなっている場合が多いのでご注意ください。
- 2, トマトの先端部分で、放射状に中の果肉が透けて見えるものは甘みが強いです。
- 3, ヘタの緑色が濃いトマトは、新鮮な証拠です。
- 4, トマトを水に入れると、沈むものと浮くものがあります。沈んだもののほうが糖度が高く甘いです。

◆ 編集後記 ◆

▶今月号は熱中症を取り上げました。熱中症で亡くなったのは人間だけではなく。動物園のライオンが、暑さと日本特有の湿気に体調を崩し亡くなったというニュースには驚かされました。異常な暑さといいますが、異常が通常になっているように思えます。▶とはいっても、四季の中で、夏ほど思い出が色鮮やかな季節はないのではないのでしょうか。元気をくれる黄色いヒマワリ、夜空に咲いた色とりどりの花火、縁側に座って食べた真っ赤なスイカ、モクモクと立ちのぼる真っ白な入道雲、陽を浴びて光り輝く青い海、セミの声に震える緑の木々。色鮮やかな記憶が残る美しい夏が、これからも次世代に続いていくよう願うばかりです。(中村)

メディケアプラザ中央通り

〒020-0021 岩手県盛岡市中央通り3丁目16-23

◆ クリニック TEL: 019-654-3781 FAX: 019-653-1355

◆ 介護事業 居宅介護支援事業所・通所リハビリテーション・訪問リハビリテーション

TEL: 019-654-3782 FAX: 019-654-3783

<https://www.mpcyuo.jp>

