

## 新生いわき市医療センター

12月25日、待望の「いわき市医療センター」が開院します。いわき市はもとより浜通りの地域医療の中核的存在として、私たちの命を守ってくれてきた「総合磐城共立病院」が、さらに機能を充実させて新しく生まれ変わります。

誕生を目前に控えた「いわき市医療センター」の概要を、La・暮らしでは一足早くご紹介します!



◆**これまで、これから**

いわき市はもとより浜通り地域の中核病院として使命を果たしてきた同病院ですが、老朽化等に伴い新病院の建設が進められました。新病院は既存の診療科を充実させて総合的な診療体制を継続しながら、これまで以上に横断的診療体制・チーム医療を推進。さらにがん医療、脳血管疾患・心疾患医療、救急医療などを強化します。

機能面はもろろんのこと「患者さん中心の病院づくり」を基本方針の1つに掲げ、サービス向上に配慮した施設整備が図られます。

私たち市民の命綱はさらに太く力強くなって、間もなく生まれ変わります!

◆**共立病院の歩み**

まず、今まで私たち市民の健康と生命、命を守ってくれた「総合磐城共立病院」に感謝を込めて、その歴史を振り返りましょう。

「共立病院」の愛称で親しまれてきた「総合磐城共立病院」は、いわき市が誕生する前の昭和25年に「磐城共立病院」として開院しました。旧平市と石城郡の29町村の組合立病院として生まれたのが始まりです。昭和41年の市町村合併(いわき市誕生)でいわき市立となりましたが、「磐城共立病院」の名前は残され現在まで親しまれてきたのです。

### 今月の特集テーマ

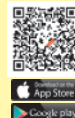
### 新生いわき市医療センター

#### index

- P1~4 待望の新病院の概要を徹底取材&院長インタビュー
- P5 健康カレンダー／ハッピー・レシビ 献血バススケジュール
- P6 ライフチャンネル いわき准看護学校で学ぶ②
- P7 読者プレゼント／NEWS&TOPICS スタッフおすすめ

たった1分で準備完了!!

### 動く紙面を今すぐ体験



左のQRか、アプリストアからAR再生用無料アプリCOCOAR2をダウンロード!

アプリを起動して、「かざす」マークのあるワク内にカメラを向けると紙面が動き出します!!



【編集・発行】  
La・暮らし編集室  
〒972-8321 福島県いわき市常磐湯本町日渡74番地の7  
TEL.0120-803-177 FAX.0246-43-0710  
lakurasu1@gmail.com

LINE@ Facebook

お得な情報を随時公開中!

**広告掲載店募集**

この広告枠は、追加料金なしでARがつけられます!

掲載希望・詳細は「La暮らし編集室」までお問合せください。

☎0120-803-177

**12月31日まで限定!!**

## 授業料特別無料実施中!!

無料受講条件

- ①リラックスグループ店で働ける方
- ②週2日土日専門又は平日4日以上働ける方
- ③男女・年齢・学歴問わず
- ④面接重視(毎日実施・30分程度)

**授業料 0円**

働く場所は14店舗あります!!

<http://seitai-sogo.com>

株式会社リラックスグループ **整体総合学院** いわき校 いわき市鹿島町御代字柿境6-2

お気軽にお問合せください **TEL.0246-58-6838** 携帯.090-2886-9914 担当:箱崎優子

## ポイント②

## 救急医療・災害時医療

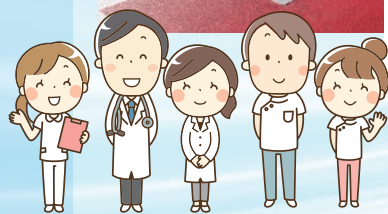
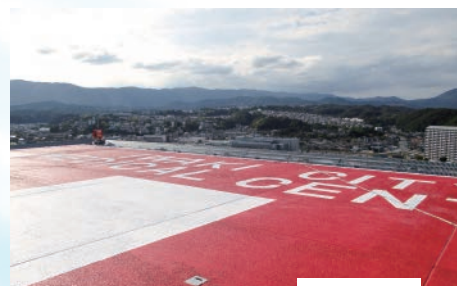
同病院は重篤な症状に対応する、浜通り唯一の第3次救急医療機関という使命があります。新病院には屋上ヘリポートが整備され、広域搬送の対応を向上させます。

治療体制も強化します。初療室の拡充や専用手術室を新設。また、各エリアの動線も意識して配され、救急の患者さんへの素早い対応を目指します。

救急ワークステーションには救急車と救急救命士が常駐する予定で、消防との連携も深めます。

災害時は、ライフラインが遮断されても72時間以上の医療活動が可能な貯水槽や自家発電設備等のインフラを整備。トリアージスペースを想定した講堂も確保しました。

(※トリアージスペース…大事故・災害などで同時に多数の負傷者が出たとき、負傷者を重症度・緊急度によって分類し、治療や搬送優先順位を決めるためのスペース)



## ポイント③

## 患者さん中心の病院づくり

## 患者サポートセンター

地域医療連携・医療福祉相談・入退院支援など、これまで個別にに応じていた業務をワンストップで提供する「患者サポートセンター」が誕生します。各分野の専門家が連携して患者さんや家族をサポートしてくれるそうです。病気になると、さまざまな面で不安が生じます。支援窓口は助かりますね。

## 入院機能

入院機能をみてみましょう。個室ニーズの高まりから、車いす可能なトイレを備えた個室を258床に増やします。

各フロアにはサテライト薬局や医事業務コーナーが設けられ、入院患者さんをサポート。

ICカードによる入退室管理を行い、病棟の防犯を強化します。

## 会計

これまで1カ所だった医療費計算窓口を、1・2階の外来フロアに5カ所設置。会計待ち時間の短縮が図られます。クレジットカードも使え、利便性が増しますね。



## 外来診療機能

診療待ち時間の負担軽減に向け、外来診療案内システムを導入します。受付時に交付される番号で、診療順番を確認。番号表示モニターがラウンジやレストラン、カフェなどにもあり、ゆったりと順番を待てます。また、呼び出しも番号で行い、プライバシー保護を図ります。



## カフェ・コンビニ

コーヒーショップ「タリーズコーヒー」がいわき初出店！おいしいコーヒーでほっとできますね♪

また24時間営業で「ローソン」も開店。衛生用品も取り扱っています。

内科・胃腸科・循環器科・呼吸器科

## 長瀬内科胃腸科

院長 長瀬克彦 副院長 長瀬慶一郎 医師 長瀬紀子

診療時間 月～金曜日 午前 8:00～12:00  
午後 1:30～5:30  
土曜日 午前 8:00～12:00  
午後 1:30～3:00  
休診日 日曜・祝日



胃・大腸内視鏡検査、禁煙外来を行っています

四倉町上仁井田字北畑田 6-1 (6号国道沿い)

☎32-3125

http://www.nagase-naika.net/

## 山内クリニック

理事長 山内俊明

いわき市平谷川瀬字三十九町19-3 TEL.25-8181

ホームページ http://iwakikai.sakura.ne.jp/

内科・循環器科 ■診療時間 午前 8:30～12:00  
午後 2:30～5:15  
■休診日 日曜・祝日・木曜午後  
土曜午後

医和生会 居宅介護支援事業所 ☎21-5596

通所サービス  
・通所リハビリテーション  
・やがせデイサービス  
・きらくデイサービス  
・まこころデイサービス

お泊まりサービス

・ショートステイ

総合窓口

地域連携室

☎21-5633

## SOEDA CLINIC 医療法人 そえだ医院

理事長 医学博士 添田 仁一

内科・外科・小児科・アレルギー科・皮膚科

|             | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 8:30～12:30  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | △ |
| 14:30～18:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

休診日：日曜・祝日・第4土曜・第5土曜



☎68-6155

いわき市常磐湯本町吹谷55-1

http://www.soeda-clinic.jp

## 12月のイベント情報

AM10:00～PM4:00(雨天決行)

1+2 完成見学会

いわき市小浜野田

8+9 完成見学会

いわき市小川町

22+23 建売現地説明会

いわき市平下神谷

お気軽にご来場ください

ご予約・お問い合わせはこちら

J-1 HOUSE

常磐開発グループ・株式会社ジェイ・ケイ・リアルタイム

福島県いわき市常磐水野台町南171番地

ようこそね よい い え

0120(46)4118



## 村田耳鼻咽喉科

院長 佐藤 かおる

■診療時間(受付時間は診療開始の15分前から)

月・水・金曜日 9:00～12:30

14:00～17:00

火・木曜日 9:00～12:30

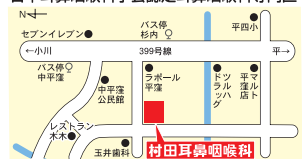
土曜日(月1回のみ) 9:00～12:00

※土曜日は月に1回9:00～12:00まで診療。

詳しくはお問合せ下さい。

■休診日 土曜・日曜・祝祭日

日本耳鼻咽喉科学会認定耳鼻咽喉科専門医



往診のご相談も承ります

いわき市平谷中平窪細田町3-2

☎(22)0010

「朝、起きると腰が痛い」と、お悩みの方へ

「腰がラクでスッキリ  
起きられる」

東京西川の整圧敷きふとん

▶寝装・インテリア・ギフト

東京西川チェーン

やわや寝具

鹿島 S.C エプリア店

☎0246-46-0557

すべては快適な目覚めの為に

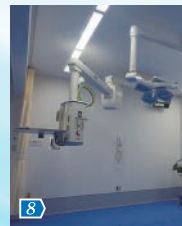






【フロア構成図】

|      |                                                                  |
|------|------------------------------------------------------------------|
| 管理   | 【PHF（屋上）】ヘリポート                                                   |
|      | 【13F】電気室・機械室                                                     |
| 病棟   | 【12F】一般病棟（38床）・結核病棟（15床）・感染症病棟（6床）                               |
|      | 【7F～11F】<br>一般病棟（92床）・一般病棟（90床）・一般病棟（92床）<br>一般病棟（90床）・一般病棟（92床） |
|      | 【6F】一般病棟（46床）・緩和ケア病棟（20床）                                        |
|      | 【5F】新生児特定集中治療室（NICU/6床）・新生児治療回復室（GCU/12床）・産科病棟（30床）・小児病棟（29床）    |
| 病棟診療 | 【4F】特定集中治療室（ICU/10床）・高度治療室（HC U/12床）・救命救急室（E-ICU/20床）・血管造影・手術    |
| 管理   | 【3F】管理・医局・薬局・中央材料・栄養給食・病理検査                                      |
| 診療   | 【2F】外来・化学療法・中央処置・人工透析・リハビリ・生理検査・検体検査・食堂                          |
|      | 【1F】玄関ホール・総合受付・外来・救急・画像診断・内視鏡・放射線治療・講堂・コンビニ・カフェ/ラウンジ             |



充実の最新医療機器(イメージパスも含まれます)

① ICU ② がんサロン ③ 磁気共鳴画像診断装置 ④ 血管造影撮影装置  
⑤ 320列CT撮影装置 ⑥ 放射線治療装置 ⑦ ハイブリッド手術室 ⑧ 救命初療室

地域の中核病院にふさわしい施設づくりを目指し①機能的で使いやすい病院②災害に強い病院③患者さん中心の病院④働く人にとって魅力ある病院の4つのコンセプトをもとに整備されてきたいわき市医療センター』にはたくさんの新しい機能的な病棟があり、医療の充実、向上が図られています。ここでは、注目ポイントをご紹介します。



医療法人 清風会

# 吉成内科

YSHEKANI CLINIC

理事長・院長 吉成 毅

日本ヘリコバクター学会認定医

診療科目 内／科・消化器科・呼吸器科



〒972-8322  
いわき市常磐上湯長谷町堀ノ内72-5

### ■診療時間

月・火・木・金

AM 8:30～12:00  
PM 1:30～ 6:00

水・土

AM 8:30～12:00  
午後休診

■休診日/日曜日・祭休日

TEL. 42-2250 FAX. 42-2250

<http://www.5.plala.or.jp/yo-naika>

保険調剤・在宅医療を  
バックアップ！



TARO  
PHARMACY

薬や在宅介護に関することは何でもご相談ください。  
ケアプランの作成も承っております。

**薬局タロファーマシー**

いわき市平谷川瀬一丁目17-6

**☎25-3600 FAX.25-3655**

[illegible]

医療法人 博玲会

# はたの眼科

院長 葉田野 孝



**初診・再診  
完全予約制**



|          |                                                                                                |                            |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 診療<br>時間 | 月・水・金曜日                                                                                        | 午前9時00分～正午<br>午後2時30分～午後6時 |
|          | 火・土曜日                                                                                          | 午前9時00分～正午                 |
|          | <ul style="list-style-type: none"> <li>●火曜日午後/手術のみ(診療なし)</li> <li>●木曜日全日/手術のみ(診療なし)</li> </ul> |                            |
|          | 休診日 日曜日・祝日                                                                                     |                            |

いわき市常盤開船町上関111(開船上関バス停前)



## 42-2040

平成31年度

**看護学生**

# 募集

〒570-0854  
大阪府堺市東区  
大宮1-1-1  
いわき准看護学校

● **一般選抜入試**

|                     |                                                                                                                                                               |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>第1期募集</b></p> | <p>応募期間 平成30年11月19日(月)から<br/>平成30年12月14日(金)まで</p> <p>試験日 平成31年1月6日(日)</p> <p>【学科(国語・数学)・作文・面接】</p> <p>※特待生制度あり(第1期の受験者で、成績優秀な上位3名に初年度1学期分の授業料が給付(免除)されます)</p> |
| <p><b>第2期募集</b></p> | <p>応募期間 平成31年1月4日(金)から<br/>平成31年1月18日(金)まで</p> <p>試験日 平成31年2月3日(日)</p> <p>【学科(国語・数学)・作文・面接】</p>                                                               |



一般社団法人 いわき市医師会附属  
**いわき准看護学校**

※ほんたうの笑顔とやさしさを持っている人がいる



●A選抜入試

応募期間 平成31年1月21日(月)から  
平成31年2月15日(金)まで

試験日 平成31年2月24日(日)

- ・平成31年3月中学校卒業見込みの方
- ・中学校を卒業した方、または中学校卒業と同等以上の学力があると認められる方
- ・高等学校又は中等教育学校、専修学校、短期大学、大学等のいずれかを卒業した方

※詳しいことは、本校にお問い合わせ下さい。

～8044 福島県いわき市中央広野4丁目7-1

**0246-38-4202 FAX.0246-38-4203**  
<http://ijk.iwaki.or.jp> [ijk@med.iwaki.or.jp](mailto:ijk@med.iwaki.or.jp)

**介護用品はアルプにまかせて安心。**

**介護福祉用品の販売、レンタル  
住宅リフォーム**

いわき市内はもちろん双葉郡・北茨城まで配達もいたします

**AP**  
ALPS  
LIFE

(有) 矢吹薬局  
**介護部 アルプ**

オフィス: いわき市佐糠町東一丁目10-9  
**TEL.0246-63-0816** FAX.0246-63-6745

●月～土曜日 / AM9:00～PM6:00  
 ●店休日 / 毎週日曜日・祝日

ショップ: いわき市東田町二丁目20-1  
**TEL.0246-63-6841**  
 FAX.0246-63-6910  
 ●月～土曜日 / AM10:00～PM5:00  
 ●店休日 / 毎週日曜日・祝日

介護保険指定事業所 福祉用具事業所番号 0770401073

## ◆慈心妙手

開院にあたり新谷史明院長にお話を伺いました。



「これまでも、これからも『慈心妙手』の理念は変わりません。『慈心妙手』を慈しみ思いやる気持ちで患者さんに接し、妙手（優れた医療技術）で診療、治療を行うことです。」

がん医療では放射線治療の機器を一新し常勤医が就きます。集学的治療ができる環境が整ってきま

した。「がん診療連携拠点病院として緩和ケア病棟の新設やがんサポーターセンターを整備することで、患者さんの治療に対する不安に当初からかわり、診断から心のケアまできめ細かに対応できればと考えています。急性期病院で在宅ケアを行うのはなかなか難しいですが、これからの社会を考えると、それも一つの道としたい。在宅支援にも取り組めればと思います。」

のフロアにしました。先生方がこれまで以上にコミュニケーションがとれる環境で、さまざまな面での向上が図られることを期待します。」



オープンまで間もなくの新病院ですが、その前には大仕事があります。病院のお引越しです！12月25日の開院に向け、医療機器の移設や、入院患者さんの受け入れ準備を集中的に行うため、12月21日から12月25日の間は、緊急な治療や手術が必要な患者さんを除き、外来診療や検査等は休止となります（三次救急や分娩は通常通り対応）。

12月25日の開院当日は入院患者さんの移送が行われるため、外来診療は12月26日から始まります。

また、駐車場は開院後も引き続き、いわき市総合保健福祉センター協の臨時駐車場を利用ようになります。シャトルバスが随時運行していきますので、不便を感じることなく通院やお見舞いに行けますよ！新しい駐車場は、旧病院の取り壊し後、段階的に整備されます。



## いわき市医療センター

〒973-8555 福島県いわき市内郷御殿町久世原16 TEL.0246(26)3151(代)

●敷地面積:73,036.14㎡ ●建築面積:13,445.33㎡(うち新病院棟1,103,876㎡) ●延床面積:65,090.92㎡(うち新病院棟62,741.46㎡) ●施設:地上13階(屋上ヘリポート) ●構造:鉄骨造(一部CFT柱)一部鉄筋コンクリート造

■診療科目/内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・神経内科・心療内科・外科・呼吸器外科・心臓血管外科・小児外科・整形外科・脳神経外科・形成外科・精神科・小児科・皮膚科・泌尿器科・産婦人科・眼科・耳鼻咽喉科・リハビリテーション科・放射線科・病理診断科・救急科・麻酔科・歯科口腔外科  
◇院内療養科/糖尿病・内分泌科・血液内科・腎臓・膠原病科(休診中)・未熟児・新生児科

**防災型エネルギーシステムを導入**  
新しいエネルギーシステムは、都市ガスを燃料に発電時に発電可能なコージェネレーションシステム(コージェネ)を核として導入。環境に配慮したクリーンな都市ガスを使用するコージェネは、電気をつくると同時に廃熱を冷房・暖房に利用します。また、防災の観点からも分散型電源であるコージェネ導入のメリットは大きいとのこと。まさに、環境保全・省エネ・防災力の強化を実現しています。  
都市ガス、電力、重油などを組み合わせ、エネルギーを多重化し、エネルギーセキュリティを強化しただけではありません。都市ガス供給をはじめ、運転管理・メンテナンス・設備管理までの全般を、地元企業共同ガス(株)と東京ガスエンジニアリングソリューションズが連携し、ワンストップサービスを提供すること、これまで以上に災害に強い病院へ生まれ変わりました。



※今後も駐車場整備などの工事を行うため、引き続きいわき市総合保健福祉センター協の臨時駐車場からシャトルバスを運行します

La・暮らし 協力医療機関の

# 年末年始お休み情報

## いわき市医療センターの病院移転に伴う診療制限

独立病院→いわき市医療センター  
移転期間

※救急、分娩、緊急の手術・検査以外は、  
12/29～1/13木、5日、6日休診

|    | ～20          | 21         | 22 | 23 | 24 | 25 | 26～ | 摘要                                   |
|----|--------------|------------|----|----|----|----|-----|--------------------------------------|
|    | 木            | 金          | 土  | 日  | 月  | 火  | 水   |                                      |
| 救急 | 三次救急         | 通常         |    |    |    |    |     | 集中治療を要する重症患者                         |
|    | 二次救急         | 通常         | 休  |    |    |    |     | 通常                                   |
| 外来 | 通常           | 休          |    |    |    |    | 通常  | 外来化学療法を含む<br>透析は24日も含め通常(月・水・金の診療)通り |
| 入院 | 調整<br>12/1から | 重症者のみ      |    |    |    |    | 通常  |                                      |
| 手術 | 調整<br>12/1から | 緊急のみ       |    |    |    |    | 通常  |                                      |
| 分娩 | 通常           |            |    |    |    |    |     |                                      |
| 検査 | 通常           | 緊急時の必要検査のみ |    |    |    |    | 通常  |                                      |

|                 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 備考               |
|-----------------|----|----|----|----|----|----|---|---|---|---|---|---|------------------|
|                 | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |                  |
| あかいけ耳鼻咽喉科クリニック  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| 泉やまのべ眼科         | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| いわきタウン形成外科クリニック | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| おおしい耳鼻咽喉科       | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| そえだ医院           | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| たらちねクリニック       | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| 長瀬内科胃腸科         | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| 中村病院            | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| はたの眼科           | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| 春山医院            | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| 村田耳鼻咽喉科         | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| 山内クリニック         | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |                  |
| 吉成内科            | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ● | ● | ● | ● | ● | ● | 12/27午後<br>小児科休診 |

# スタッフ急募!!

入社お祝い金 1万円支給!!  
会社規定による

その他の求人も 会社採用ページに掲載中!

## 新病院調理スタッフ

2月スタートのオープニングスタッフです! (事前研修あり)  
勤務地:小名浜野田 新し施設・環境でスタートしませんか!

①現場管理者/正社員

【A】病院との打ち合わせ対応  
【B】現場の動員シフト管理  
【勤務時間】8:00～17:00(変動あり)  
【募集人数】1名

月給 22万円～27万円

②調理員

☆調理師免許あれば尚可!  
【勤務時間】8:30～17:30(休憩60分)  
【月間稼働】23日程度  
【募集人数】3名

月給 1,020円

③調理補助(盛り付け)

☆両方の時間帯でできる方歓迎!  
【勤務時間】※時間選択可  
6:30～12:00(休憩なし)・13:00～19:00(休憩30分)  
【月間稼働】20日程度 【募集人数】3名

月給 970円

## ビジネス客室整備

ホテル内客室整備 [日勤]

勤務地:Q平 @湯本 健康保険・厚生年金・雇用保険対象  
ペットメイク・水回り清掃・掃除機掛け・備品セットを行います。  
【勤務時間】9:00～14:30(休憩なし)  
【休日】シフト制(月15日～OK)

月給 900円～1,000円(交通費別途支給)

総合ビルメンテナンス業 -ISO9001-ISO14001取得-

**常光サービス株式会社**

本社/〒971-8161 福島県いわき市小名浜岡町11番地1  
TEL.0246-92-0555

0120-239341

担当/総務課

電話連絡の上 履歴書(写真貼付)を 郵送下さい



## 12月健康カレンダー

▶休日当番医 2018年11月19日現在

変更となる場合がありますので、事前に当番医療機関、または消防テレホンガイドにお問い合わせ下さい。  
 症状によっては、専門外となる場合もありますので、不明な場合は、当番医療機関へお問い合わせください。  
 ▶消防テレホンガイド tel.23-0119

|       |                 |            |         |         |
|-------|-----------------|------------|---------|---------|
| 12月   | 山口医院            | 9:00~17:00 | 平作町     | 24-1811 |
|       | おちあい内科消化器科クリニック | 9:00~17:00 | 小名浜岡小名  | 73-1171 |
|       | 榎田病院            | 9:00~17:00 | 植田町     | 63-3202 |
|       | 根本内科胃腸科医院       | 9:00~17:00 | 常磐湯本町   | 43-4100 |
| 9日    | 須田医院            | 8:30~12:00 | 小島町     | 27-6060 |
|       | 中村病院            | 9:00~17:00 | 小名浜大原   | 54-3141 |
|       | こうじま慈愛病院        | 9:00~17:00 | 錦町      | 63-5141 |
|       | いわき湯本病院         | 9:00~17:00 | 常磐湯本町   | 42-3188 |
| 16日   | 山口医院            | 9:00~17:00 | 平作町     | 24-1811 |
|       | 佐々木内科胃腸科        | 9:00~17:00 | 小名浜君ヶ塚町 | 73-0345 |
|       | 呉羽総合病院          | 9:00~17:00 | 錦町      | 63-2181 |
|       | かもめクリニック        | 9:00~17:00 | 草木台     | 28-1010 |
| 23日   | 長谷川整形外科医院       | 8:30~11:30 | 平五色町    | 25-5691 |
| 天皇誕生日 | 須田医院            | 8:30~12:00 | 小島町     | 27-6060 |
|       | かしむら婦人科クリニック    | 9:00~17:00 | 泉玉露     | 56-2289 |
|       | なこそ病院           | 9:00~17:00 | 勿来町     | 65-7755 |
|       | 比佐医院            | 9:00~17:00 | 常磐湯本町   | 43-2313 |
|       | 須田医院            | 8:30~12:00 | 小島町     | 27-6060 |
| 24日   | 村田耳鼻咽喉科         | 9:00~12:00 | 平中平窪    | 22-0010 |
| 新替休日  | 高木内科医院          | 9:00~17:00 | 小名浜寺廻町  | 92-3435 |
|       | おおはらこどもクリニック    | 9:00~17:00 | 東田町     | 63-0001 |
|       | 常磐病院            | 9:00~17:00 | 常磐上湯長谷町 | 43-4175 |
|       | 須田医院            | 8:30~12:00 | 小島町     | 27-6060 |
|       | 中央台たなか眼科        | 9:00~14:00 | 中央台高久   | 29-1722 |
| 30日   | 磐城中央クリニック       | 9:00~17:00 | 小名浜南富岡  | 53-3511 |
|       | 呉羽総合病院          | 9:00~17:00 | 錦町      | 63-2181 |
|       | 緑川内科クリニック       | 9:00~17:00 | 錦町      | 68-6415 |
|       | かとう内科クリニック      | 9:00~17:00 | 常磐西郷町   | 72-0072 |
|       | 山口医院            | 9:00~11:00 | 平作町     | 24-1811 |
|       | かしま病院           | 9:00~17:00 | 鹿島町下蔵持  | 58-8010 |
| 31日   | こうじま慈愛病院        | 9:00~17:00 | 錦町      | 63-5141 |
|       | いわき南クリニック       | 9:00~17:00 | 植田町     | 77-1663 |
|       | 箱崎医院            | 9:00~17:00 | 常磐関船町   | 42-3131 |
|       | 中村病院            | 9:00~17:00 | 小名浜大原   | 53-3141 |
| 1/1日  | なこそ病院           | 9:00~17:00 | 勿来町     | 65-7755 |
| 元日    | さいとう内科クリニック     | 9:00~17:00 | 佐糠町     | 77-1001 |
|       | はたの眼科           | 9:00~17:00 | 常磐関船町   | 42-2040 |
|       | 石井脳神経外科眼科病院     | 9:00~17:00 | 小名浜林城   | 58-3121 |
|       | 矢吹医院            | 9:00~17:00 | 佐糠町     | 63-1818 |
| 2日    | いわぶちクリニック       | 9:00~17:00 | 錦町      | 63-1501 |
|       | せき整形外科クリニック     | 9:00~17:00 | 常磐西郷町   | 84-9905 |
|       | 小名浜生協病院         | 9:00~17:00 | 小名浜岡小名  | 53-4374 |
| 3日    | 榎田病院            | 9:00~17:00 | 植田町     | 63-3202 |
|       | 小松医院            | 9:00~17:00 | 遠野町上遠野  | 89-2041 |
|       | 常磐病院            | 9:00~17:00 | 常磐上湯長谷町 | 43-4175 |

▶日曜小児専門当番医 9:00~12:00

|     |              |        |         |
|-----|--------------|--------|---------|
| 2日  | おおはらこどもクリニック | 東田町    | 63-0001 |
| 9日  | ながい小児科       | 平上荒川   | 28-2535 |
| 16日 | 若松医院         | 平大町    | 22-3838 |
| 23日 | こなん子供クリニック   | 小名浜岡小名 | 73-8815 |

●休日夜間急病診療所(総合保健福祉センター隣)  
 tel.27-1208  
 [平日] 20:00~23:00  
 [土曜] 20:00~翌朝7:00  
 [日曜] 14:00~18:00 / 19:00~23:00  
 [祝日] 9:00~13:00 / 14:00~18:00 / 19:00~23:00

●県子ども救急電話相談  
 tel.024-521-3790 または #8000(プッシュ回線・携帯電話)  
 毎日 19:00~翌朝8:00  
 ●休日救急歯科診療所(総合保健福祉センター内)  
 tel.27-8620  
 日曜・祝日 9:00~12:00 / 13:00~16:00 (受付終了時間 15:30)

わずか40分で、救える命があります。

## 献血バススケジュール

※400mL献血のみ受付

400mL献血基準

○体重:男女とも50kg以上

○年齢:男性 17~69歳 / 女性 18~69歳

※都合により日程が変更になることもあります。ご了承ください。

※65歳以上の献血については、献血される方の健康を考え、60歳~64歳の間に献血経験がある方に限ります。

|       |                            |              |
|-------|----------------------------|--------------|
| 12/2日 | 10:00~11:30<br>13:00~16:30 | 鹿島ショッピングセンター |
| 9日    | 9:30~16:30                 | イオンいわき店      |
| 16日   | 11:30~16:30                | ヨークベニマル新谷川瀬店 |
| 17日   | 10:00~11:30<br>13:00~16:30 | いわき市役所       |

お問合せ 福島県赤十字血液センターいわき出張所  
 0246-29-5624

|     |             |          |
|-----|-------------|----------|
| 20日 | 9:00~11:00  | 小名浜支所    |
| 28日 | 9:00~11:00  | いわき市保健所  |
|     | 13:00~16:30 | 泉いわき合同庁舎 |

献血受付日 毎週火・木・土曜日(祝祭日含む)  
 献血受付時間 9:00~11:30/12:45~16:30 (全血献血は17:00まで)



## 正社員・パート募集

## ■ 専業社員

●配達・集金・営業・読者管理※細面談  
 ●資格・給与等、店舗により異なります

## ■ 男女配達員パート

●就労時間・時給等、店舗により異なります

## \*同時募集 集金員パート\*

※その他、詳細は面談にてお気軽に  
 お問い合わせ下さい。

情報誌La・暮らしは毎月1日にいわき市内の  
 毎日新聞・福島民報に折り込まれます。

|     |                                       |     |                                      |
|-----|---------------------------------------|-----|--------------------------------------|
| 四倉  | 四倉新聞販売センター<br>四倉町西3丁目107 32-7438      | 泉   | 小田桐新聞店<br>泉玉露2の12の6 56-5871          |
| 小川郷 | いわき小川郷新聞販売センター<br>小川町高萩家ノ前119 83-2559 | 小名浜 | 阿部新聞舗<br>小名浜大原境西97の11 92-4363        |
| 平   | 木部新聞店<br>平字大町26の1 25-2884             | 植田  | 毎日民報植田販売センター<br>植田町南町1丁目5の14 63-3636 |
| 内郷  | 内郷新聞販売<br>内郷綴町町之内16-34 26-2635        | 錦   | 毎日民報 錦販売センター<br>錦町花ノ井34 63-8222      |
| 常磐  | 菅原新聞店<br>常磐湯本町字天王崎6の3 44-1761         | 勿来  | いわき勿来阿部新聞店<br>勿来町四沢前ノ内59の2 64-8030   |

毎日新聞・福島民報・スポニチのご購読は  
 私たちへご相談ください。

美味しくはじめる健康な食生活  
ハッピー・レシピhappy recipe #027  
タコとじゃがいもとさやいんげんの  
イタリア風サラダ

25分

スマホをかざすと、1分でわかるレシピ動画が見れます！

## 【材料】4人分

さやいんげん ..... 60g  
 じゃがいも ..... 3個  
 ゆでタコ足 ..... 1本  
 ホワイセロリ ..... 1束  
 キヌア ..... 40g  
 レモン汁 ..... 1/2個  
 オリーブの実 ..... 適量  
 オリーブオイル ..... 適量  
 塩 ..... 適量  
 塩コショウ ..... 適量

## 【作り方】

- ①キヌアを熱湯で12分ほど茹でる。
- ②①の水気を切り、オリーブオイル適量と、塩コショウ少々で味付けする。
- ③じゃがいもを皮付きのままひと口大に切る。オリーブオイルと塩を適量まぶし、予熱したオーブンで20分焼く。
- ④塩を入れたお湯でさやいんげんをざっと茹で、冷蔵庫で冷やしてから、1cmの長さに切る。

- ⑤セロリは2~3cmの長さ、ゆでタコはひと口ほどの大きさに切る。
- ⑥じゃがいもが焼けたら、熱いうちにボウルに入れ、さやいんげん、タコ、セロリ、キヌア、レモン汁も入れて混ぜる。
- ⑦半分に切ったオリーブの実と塩コショウを入れて混ぜる。皿に盛り、オリーブオイル適量を回しかける。

## 【効果】

高い栄養価で「穀物の母」と呼ばれているキヌア。茹でただけでOKなうえ、匂いも味もクセが無く、料理に取り入れやすい食材なんです！

サボニン、リノレン酸、オレイン酸による《コレステロール値の低下などの生活習慣病の予防》、フィトエストロゲン(女性ホルモンと似た働きをする植物ホルモン)、亜鉛による《更年期障害、骨粗しょう症、月経前症候群の予防・改善》の他、ダイエットや貧血改善効果がある栄養素もたくさん含まれています。

## La暮らし×ガスワンコラボ企画

## 料理教室受講者募集

日時:1月16日(水)10:00~13:00  
 場所:常磐共同ガス キッチンスタジオ「ステラ」  
 内容:「オーガニックライフ」  
 ローストポークとりんごのソース 他

講師:タロスカフェシェフ

曳地 鉄也 先生

受講料:1,000円

定員:8名

応募締切:1月7日(月)

お問合せ/お申込先:0120-43-3148



献血受付日 毎週火・木・土曜日(祝祭日含む)

献血受付時間 9:00~11:30/12:45~16:30 (全血献血は17:00まで)



## まちの保健室

主催/福島県看護協会いわき支部

●健康チェック(血圧測定・体脂肪測定等) ●健康相談

日時 12月8日(土) 10:00~14:00

場所 イオンいわき店1階 正面入口特設会場

対象:どなたでもお気軽にお立ち寄りください

## いわき献血冬の陣

主催/いわき市・いわき市保健所

福島県いわき市赤十字血液センター

~あなたの献血で助かる命があります~

日時 12月9日(日) 9:10~16:30

※日曜・休日はお申し込みにより変更になる場合がございます

場所 イオンいわき店1階 正面入口特設会場

※400mL献血

イオンいわき店は献血サポーター登録企業です

AEON イオンいわき店

いわき市平字三倉6-8 TEL.0246-41-3000(代)

1F献血ルーム/日曜祝日営業 9時~22時 その他の営業 8時~21時

※福島県内唯一の専門的に血液検査が行われます



## 今月のテーマ 障害者週間

「障害者週間」(12月3日から12月9日)にちなみ、「互いを理解し合う」ことを考えたいと思います。

そこで今回は「ごちゃまぜ」という表現で多様な価値観を認め合う社会を目指す、ソーシャルスクエアさんに話を聞きました。

### ごちゃまぜとは

障害の有無、性別、年齢、国籍、文化、人種や宗教、性的指向など、あらゆる違いのある人が存在するのが社会です。

そんな当たり前のことを再確認し、違いを恐れずお互いを知って認め合おうという「態度」のようなものを、私たちは「ごちゃまぜ」と表しています。

## 現状や理想

ごちゃまぜ。私たちはこの言葉に「社会はこうあってほしい」という理想のイメージを持たせました。そもそも私たちの社会は、考え方も価値観もバラバラで、それぞれ固有の人たちで形づくられています。国籍、宗教、障害の有無や性的志向、ライフスタイルに至るまで、社会とは、そもそも「ごちゃまぜ」の人たちで形づくられているはず。

しかし、私たちの暮らし、社会を見渡してみると、生きにくさを抱えている人たちが、その生きにくさを隠し、個性を押しとどめ、多数の人たちに合わせて生活することを余儀なくされています。「個性」が叫ばれる時代なのに、なんとなく「同じ」であることが求められ、本来はごちゃまぜであるべき個性を表現する場合は、社会的なことから奪われてしまっているように感じること少なくありません。

## 意識する行動や考え

- 相手と自分は異なる存在だと認識する
- 同じ人間だと認識する

この2つはとても矛盾するように感じるかもしれ

ませんが、同じ部分も違う部分もあるのが当たり前だと思えば他者と接してみてください。関わりの中から起こるすれ違いは相手が期待通りに動いてくれないことで起こります。そもそもあなた自身ではないのですから相手が期待通りに動いてくれるわけではないのです。もし関わり方が分からなかったら聞いて確認しましょう。手助けする部分や関わり方は意外とシンプルかもしれません。

## 今後のイベント

12月9日、伝統文化に触れることを目的としたミニ門松作りのワークショップを、遠野町の金澤翔子美術館さんで開催します。(要事前申し込み)

ソーシャルスクエアいわき店

佐藤有佳里さん

就労移行支援と安定した生活を送るための自立生活訓練といった障害福祉サービスを提供。地域活動やみんなで楽しめる「ごちゃまぜイベント」も展開しています。お気軽にお問い合わせください。  
☎0246(84)8301



暮らしの中の疑問や不安など、皆様からの質問をお待ちしています。【lakurasu1@gmail.com】までお送りください。

## いわき市医師会附属 准看護学校で学ぶ

第2回 地域医療を支える人材

准看護学校は2年制。2年生は4月から12月、各医療機関で本格的な臨床実習を積みまします。産婦人科から終末期までの多様な看護技術を学ぶとともに、日々患者さんに接します。

2年生の佐藤友美さんの前は、ヘルパー。して差し上げたいと思う介助の中には医療行為とされるものも多く、できない自分へのはがゆさで資格取得を目指しました。医療事務職だった佐藤昌美さんも震災時に患者さんを上手に車いすに乗せられなかった経験が、今につながります。どちらも子育て中ですが「何かあったときに一歩動ける、助けられる人になりたい」としっかりとした眼差しを持ちます。

ともに医療機関の内定を得ており、資格を取得し卒業後は医療の現場に羽ばたきます。実践の場で経験を積み、将来的には介護にも携わりたいと。資格を得ることで夢が広がります。医療のみならず介護の現場で働く准看護師は多くいます。実際に全国で約32万人いる准看護師のうち病院勤務は4割、残り半数以上は診療所や訪問看護ステーション、福祉施設、介護保険施設などに勤務しています。同校にはこれからの求人も多く、求職者数を上回っている状況です。



んのヒゲを剃らせてもらった経験が記憶に残ります。反応がない意識レベルのはずの患者さんが、ひげを剃り始めると静かにうなずいてくれたのです。悩み、苦しみ、悲しみ、そして喜びを得ながら、経験を揺るぎない自身の土台に昇華させる。実習は命の尊さをあらためて実感し、責任と使命感をさらに育む日々でした。

高年齢者や障害のある人を地域でケアする体制が築かれていく今、地域医療・介護の戦力・担い手として、准看護師の必要性と役割、期待は今まで以上に高まっています！

3ページ下、看護学生募集広告もご覧ください。

## 緑ゆたかな 心のふるさと 泉田霊園

墓地経営許可 589号  
〒972-8331  
いわき市渡辺町泉田字長者平39-2

見学申込  
☎0246(56)7222



待っているだけじゃ  
幸せはやってこない

お子様の結婚が心配な  
親御さんのご相談も承ります  
マリズクラブは、【安心の成功報酬制】の結婚相談所。続々と成婚カップルが誕生しています。結婚への一歩、ともに支えあっていける運命の出会いがここにあります。心をこめてお手伝いいたします。  
※個人情報など秘密は厳守いたします。

婚活アドバイザー マリズクラブ  
いわき市平谷(川)2丁目13-6  
☎あり  
※婚活アドバイザー・婚活アドバイザー・婚活アドバイザー  
※婚活アドバイザー・婚活アドバイザー・婚活アドバイザー  
☎090-2609-8581



クリスマスアレンジ  
～白樺とプリザーブドを使って～  
開催期間：12月3日(月)～12月22日(土) ※日・祝日除く  
参加費：¥4,320(花材、花器、消費税込)  
※画像はイメージです。花材の仕入れ状況によって使用する材料は異なりますので、予めご了承ください。

青山ガーデンフラワー  
いわき市平谷田字中内南177-4  
10:00～18:00  
☎あり  
☎0246-34-8783

スタイリッシュな  
フラワーコーディネート



乾燥・くすみ・毛穴・シワ  
極潤エイジングケア  
フェイシャルケア(45分) / ¥1,900(税別)  
[流れ]毛穴吸引・フェイシャル・ハンド・ヘッドマッサージ・パック  
ベーシックケア(70分) / ¥3,500(税別)  
[流れ]おためしフェイシャル・パック・デコルテマッサージ  
※お断りください。他クーポンとの併用不可。2018年12月31日まで

ポーラ・コスメティクスデパゾン RITZ  
いわき市郷ヶ丘1丁目47-2  
10:00～20:00  
☎あり  
☎0246-38-9775



**読者プレゼント**

応募締切 2018年12月31日(月)

●当選発表は発送をもって代えさせていただきます。●プレゼントの発送は1月中旬ごろを予定しています。

✉ lakurasu1@gmail.com

〒972-8321 いわき市常磐湯本町日渡74番地の7  
常磐共同ガス株 La暮らし編集部  
「読者プレゼント応募」係

無料のAR再生用アプリ「COCOAR2」で右の絵柄をスキャン、または特集記事内に隠れているキーワードを探してください!!

①キーワード ②氏名 ③年齢  
④住所 ⑤電話番号  
⑥「La暮らし」を手にした場所(街折込・ホテル店など)の希望の店名(AまたはB)  
⑦読者の改善点 ⑧取り上げてほしいテーマ以上を明記の上、Eメールまたはハガキにて応募ください。

※応募者の個人情報は、プレゼントの抽選・発送およびそれにかかる業務にのみ利用し、絶対に第三者への開示は行いません。また、応募者以外への利用は第三者への提供は致しません。

**COCOAR2でスキャンして  
応募用キーワードをゲット!!**

**A スパリゾートハワイアンズ  
ペア入場券 5名様**

**B マルト商品券  
2,000円分 5名様**

## NEWS&TOPICS

### 次代担う若者に夢を「LFA&MIRAI体験イベント」

東洋システム(庄司秀樹代表取締役)が主催の「第7回LFA&MIRAI試乗体験イベント」が11月17日、小川町の曙ブレーキ工業で開かれました。県内の工業高校などから180人が招待され、メイドインジャパンの技術力を体感し、思いを広げました。

福島・日本の宝で人財である次代を担う若者に、メイドインジャパンのものづくりの真髄を伝え、将来に希望や可能性・夢を膨らませてほしいと願う同イベント。国産スポーツカー「LFA」や水素自動車「MIRAI」の試乗体験、LFAチーフエンジニア棚橋晴彦さん、MIRAIチーフエンジニア田中義和さん、レーシングドライバー飯田章さんらの講話などがありました。プロのドライバーが運転するLFAの助手席でテストコースを疾走し、実際に携わったエンジニアに直接接する幸運に恵まれた生徒の皆さんは、「日本の技術の高さ、ものづくりを知り、目標達成のためにひた向きに進む大切さを学びました」と目を輝かせていました。



### メガネ・補聴器の内山が盲導犬協会に寄付

メガネ・補聴器の内山(内山義弘代表取締役社長)はこのほど、日本盲導犬協会に42,578円を寄付しました。眼鏡店として視力向上の助けをしている同店ですが、見えにくい方にも役に立ちたいと半年ほど前から、全6店舗に同協会の募金箱を設置しています。募金箱には、サービスを行っている修理や調整に対する「気持ち」として、お客様から寄せられたもののほか、「役に立てて」と自宅で貯めていた50円玉貯金を持参してくれた方も。多くの温かな善意が集まりました。

盲導犬育成には多額の費用と時間がかかり、必要としている方すべてに行き渡っていません。「盲導犬への理解が進むお手伝いができれば」と同店。ミニチュアの盲導犬が付いた募金箱を引き続き設置し、募金活動を展開し、市民のみなさんへの理解促進に努めます。



## なぜ! 痩せないの??

その原因は「痩せるホルモン」量の違いだったのです

何をやっても絶対に結果が出るよう全力でサポートします!!

「カロリー制限してもダメ...」「運動してもダメ...」「すぐリバウンドする...」という方にお勧め。細身の人にはほとんど出ない「アディポネクチン」という痩せるホルモンに注目した「新常識ダイエット」。このホルモンを多く、永続的に出すことでリバウンドしないカラダを作ることが出来るのです。

**新常識ダイエットとは?**

① カロリー制限なし! 「8時間、アルコール、高糖質」はありませぬ。我慢することなく、効果実感!

② 運動なし! 運動が苦手な方、運動が得意な方、年配の方でも効果が出ます。

③ 健康的に痩せられ、リバウンドなし! 太りにくいカラダをつくるので、あきらめていた方もぜひ、寄雲堂までご相談!

これが1キロの脂肪!!

奇雲堂店主 ダイエットカウンセラー 渡辺 幹二

体験者口コミ多数掲載しています!

「本当に痩せるの?」(効果や内容に不安をお持ちの方は、口コミサイト「満足度診断」をご覧ください。)

ダイエット体験者の声はこら!

ワタナベ寄雲堂 口コミ 検索

より早く・安全に・安く痩せ体質をつくりたい方! 今すぐお電話!!

先着9名様無料カウンセリング

完全予約制となっておりますので、お電話でご予約ください

漢方のワタナベ 寄雲堂

いわき市平見町33-1 [平日] 9:00~19:00  
定休日/日曜・祝日

予約電話番号 0246-22-1661

くるといわき 寄雲堂 検索



La暮らしスタッフおすすめ

カフェ&こだわりカレー  
「カリ工房」リニューアルオープン♪  
25周年を迎えるこちらのお店が10月21日に全面リニューアルしました。

白を基調としたおしゃれな店内、ペット連れでも来店することができるテラス席では、普段と違った雰囲気やランチやディナーが楽しめます。人気メニューの「焼きカレー」は焼き目が香ばしさを加え、芳醇な味わいを堪能できます。

新メニューの中でも、コクの深いチキンライスをふわとした卵で包んだ「ふつうのオムライス」は、ほったたけ落ちる美味しさが広がります。

ふらっと立ち寄って寛ぐのにもおすすめのお店です。

La暮らし 読者12月限定!  
ドリンク一杯無料

※お食事メニューをご注文された方  
※お一人様1回まで

カリ工房  
いわき市北白土字宮前59-1  
営業時間/11:00~20:00  
(LO:19:00)  
定休日/木曜日  
0246-21-9454



La暮らしスタッフおすすめ

しっぽを振りながら来てくれますようにと願いを込めたサロン♡

今年6月に平下神谷の静かな住宅地にオープンしたサロンは、ゆったりとした空間でトリミングを行えるよう1日4頭までの予約制限をしているそうです。わんちゃんが苦手な子や緊張しやすい子も安心して預けられます。

個性を生かしたおしゃれなカットスタイルと併せておすすめなのは、オーガニック100%のハーブパック。動物に負担をかけることなく

皮膚と被毛を清潔に健康に保つ事が出来ます。さらに、洗いたてのふんわり感が長続きするポイントです! 料金はカット¥3,500~、ハーブパック¥1,500~。

La暮らし 読者12月限定!  
ハーブパックSpa  
500円引き

※ご予約時、La暮らしを見たとお伝えください  
※お一人様1回まで

トリミングハウス  
SIPPO (しっぽ)  
いわき市平下神谷字前93-3  
営業時間/9:00~18:00  
定休日/不定休  
090-9422-4110



担当医を紹介します

下顎形成術(えら削り)  
25歳女性  
1/2スリット手術による、左右非対称、咬合異常などがあります。

Before

After

【えらを小さく】  
●ボトックス注射~40,000円  
【あごを出す】  
●ヒアルロン酸注射~6,000円~  
●シリコンプロテーゼ~250,000円  
【骨削り】  
●えら、あご、頬~540,000円~

治療費の目安

二重まぶた(埋没法).....40,000円~  
二重まぶた(切開法).....180,000円~  
隆鼻術(ヒアルロン酸).....6,000円~  
隆鼻術(シリコン).....60,000円~  
サーマー(顔のたるみ).....90,000円~  
豊胸術(コヒーシブシリコン).....470,000円~  
豊胸術(ヒアルロン酸)1ml.....2,800円~

脂肪吸引1ヶ所.....170,000円~  
脂肪吸引2ヶ所.....180,000円~  
わき・多汗症(手術).....180,000円~  
多汗症ボトックス注射(わき).....40,000円~  
ケミカルピーリング(むくみ).....10,000円~  
フォトフェイシャル(しみくすみ・赤ら顔).....12,000円~

※当院の診療内容は変更されることがあります。※当院の価格には消費税は含まれません。

タウン形成外科クリニック理事長  
医学博士 石原 信浩 先生  
日本美容外科学会認定専門医  
平成23年 順天堂大学医学部大学院卒業

Dr.石原 診療ブログ 検索

いわき市形成外科クリニック院長  
森 俊夫 先生

その他にも経験豊富な  
学会認定専門医の  
ドクターがおります。

日本美容外科学会認定専門医

当院はリゼ医療レーザー脱毛  
を取り入れています  
リゼ脱毛 検索

Instagram  
始めました!  
@town\_clinic\_iwaki

いわき郡山 寄雲堂 仙台 表参道  
タウン形成外科クリニック

日本美容外科学会認定専門医 院長 石原 信浩 先生

0120-107-455 0120-107-286

いわき市/TEL0246-35-7633 郡山院/TEL024-934-6800 寄雲堂/TEL017-777-3166  
仙台院/TEL019-853-3500 仙台院/TEL022-625-0777 表参道院/TEL03-5467-0024

■診療時間 AM10:00~PM7:00(日・祝・PM6:00まで) ■各種カウンセリング ■駐車場あり

年中無休 土・日・祝日も診療

かです ※院内の様子が見られます。

いわきに根ざして20年。こころの駅からのお知らせです!

# はじめました。御本人と家族にあった 介護施設を全て無料でご紹介!! いわき老人ホーム相談窓口



高齢化社会の真っ只中、いわき市にも様々な老人ホームや介護施設がオープンしました。  
そんな中で、利用する本人はもちろん、家族の生活スタイルに合った施設を探すことはとても手間のかかることです。  
また、専門知識もなく、入居してから「こんなはずではなかった」と後悔する相談も増えてきました。  
私たちは、失敗しないことはもちろん、ご利用者様やご家族の笑顔のために、様々な老人ホームや介護施設をご紹介したいと考えております。

## よくあるご相談の一例

- 24時間の医療体制が整っている介護施設希望
- どんな種類の老人ホームがあるのか知りたい!
- 短期間でも利用できる施設を希望!
- 家族も通いやすい施設を探しています!
- 入院中ですが退院後すぐに入れる施設はありますか?
- 少ない年金で入居できるところはありますか?



お気軽にご相談ください。TEL:0246-54-5000

## 12月 こころの駅 イベントカレンダー

- N 脳活カフェ
- V バラエティーショー
- O 想い出サロン
- S シルバーリハビリ

| 日     | 月     | 火    | 水    | 木    | 金   | 土  |
|-------|-------|------|------|------|-----|----|
|       |       |      |      |      |     | 1  |
| 2     | 3     | 4 S  | 5    | 6    | 7 O | 8  |
| 9     | 10    | 11 N | 12   | 13 V | 14  | 15 |
| 16    | 17    | 18 S | 19 O | 20   | 21  | 22 |
| 23/30 | 24/31 |      |      |      |     | 29 |

## 第116回バラエティーショー

# 怖いもの知らずの女達 コンサート with フルート男子 (Nagatoshi Okoshi Shunya Mitsuta)



今野裕子  
(HIROMUSIC 主宰)  
国立音楽大学フルート科専攻、日本クラシック音楽コンクール優秀賞受賞。おでかけアリス研究会第1期正アーティスト。



石山優子  
ヴォーカル教室「杏園庵(あんだんて)」に入門。ボサノバやジャズ、シャンソン、カンツォーネなどを学ぶ。現在、スイングジャズバンド「リズムセブン」のゲストヴォーカルとして出演中。



竹下真紀子  
現在、中央台にある「ニュータウン薬局」にて薬剤師として勤務。いわき桜ロータリークラブに在籍。歌って踊れる薬剤師を目指し、奮闘中。

12月13日 木 開場 午後1:00 開演 午後1:30 場所 こころの駅御宿ぶどうや

どなたでも参加できます。詳しくは電話にてお問い合わせください。

## 脳活カフェ 元気塾

生活習慣を身に付けて、仲間と元気で健康な毎日を!

- ✓足腰が昔より弱くなったと感じる
- ✓物忘れをすることが多くなった
- ✓運動の習慣がなくて家に閉じこもりがちだ
- ✓介護の必要ない身体でいたい



脳を楽しく刺激して活性化を促し物忘れなどを予防していきましょう。認知機能の低下の予防や、認知機能の向上を目指しましょう。

参加費:500円  
※コーヒータイムを設けています。

特定非営利活動法人 いわき介護予防支援の会

理事長 関内さえ子

- いわき市シルバーリハビリ体操1級指導士
- シニアプロジェクト(脳活性プログラム)教育トレーナー研修終了
- 整体師(カイロプラクティック・経絡整体)
- 足裏反射区療法
- 英国式リフレクソロジー



12月11日 火

午前10:00～午前11:30

## 竹中敏子想い出サロン

参加費1,500円お菓子・お茶付き

歌謡曲からポップスまで竹中先生のピアノ演奏で、楽しく歌ってみませんか。



12月7日 金・19日 水

午後13:00～午後15:00

## シルバーリハビリ体操

市長認定指導士が、丁寧に指導します。



第1・第3火曜

午前10:00～午前11:30

介護のことなどでなにかお困りのことがありましたら、ぜひご相談ください。

入居相談随時受付中!!

TEL:0246-54-5000

こころの駅 優しさは、私達のプライドです。

徒歩5分圏内  
3施設

- 訪問介護
- 小規模多機能型居宅介護
- 居宅介護支援
- デイサービス
- 住宅型有料老人ホーム
- サービス付き高齢者向け住宅
- 整骨院
- 配食サービス



こころの駅



御宿らくや



保険診療整骨院 清泉



御宿ぶどうや



JR泉駅より車で約10分