

みなみちゃん健康ニュース

# 元気<sup>de</sup>高井!

Genki-de-Takai!



2025.06

230





## 高血圧性腎硬化症の治療 特に糸球体血圧(内圧)を意識した対応について

南高井病院 医師

古谷 敬三



前

号では高血圧性腎硬化症による慢性腎臓病の特徴を述べてきました。今月号ではその治療、紙面の制限から降圧薬に限定して述べていきます。

糖尿病性腎症は治療法の進展で、透析導入の割合は減少していますが、その一方で高齢化が進んで腎硬化症による透析導入の割合が持続的に増加してきており、今後の重要課題となっています。

慢性腎臓病(CKD)は、腎臓病の早期の段階から包括的な治療を行うことにより、末期腎不全への増悪抑制またそれ以上に心血管障害の予防をはかることが重要視されています。

血圧管理は、CKDの進行を遅らせることに加え、その心血管疾患のリスクを低減するため重要です。高血圧患者を診て治療薬を処方する際に、血圧を下げれば良いという単純な話にはなりません。特に漠然と降圧剤を処方してはだめで、糸球体血圧(内圧)を意識した対応が重要です。

当院の定期検診では、血液検査にクレアチニン、推定糸球体濾過量 eGFR、尿蛋白が含まれています。腎機能の推定とCKDの重症度分類の指標となります。

医師は以下の腎臓の濾過装置である糸球体の構造と有効濾過圧を意識して降圧薬を処方しています。糸球体内圧により血液から尿細管に原尿が濾しだされます。以下が腎機能 GFR を規定する式です。

有効濾過圧=(糸球体内圧-ボウマン嚢静水圧-糸球体膠質浸透圧)×糸球体濾過係数

糸球体内圧は高くても低くても腎機能の悪化につながります。

また、高齢者では糸球体濾過係数において個人差が非常に大きく、実際の降圧剤の処方時に苦慮します。

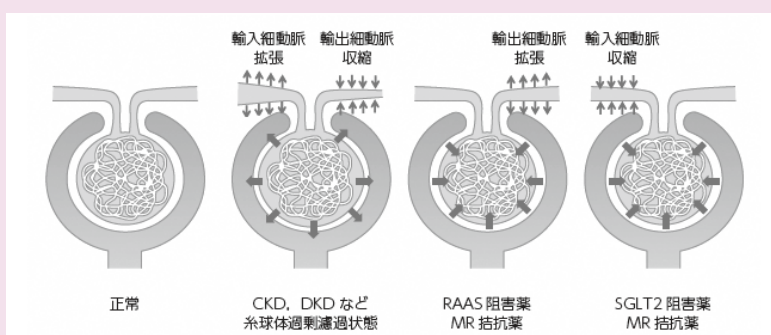
糸球体内圧の調整薬：下図(ネットから引用)は慢性腎臓病が進行し糸球体内圧が高まり糸球体過剰濾過状態を示しています。輸入細動脈と輸出細動脈の収縮・拡張により糸球体内圧を調整しています。

①RAS 阻害薬：輸出細動脈はアンギオテンシンIIの感受性が高いので、相対的に輸出動脈は拡張し、糸球体内圧を下げます。当院ではカンデサルタンとバルサルタンがあります。

②L 型Ca 拮抗薬：アムロジピン、ニフェジピンなどは血圧をよく下げますが、輸入細動脈が輸出細動脈と同等以上に拡張するので、糸球体内圧低下には繋がりません。

③T 型 N 型Ca 拮抗薬：アゼルニジピン、ベニジピンなどは輸出細動脈の拡張作用を有しているので、糸球体内圧を下げて腎保護作用が期待されています。

以上ですが、専門用語が多くなり申し訳ありませんが、諸因子を勘案しながら降圧薬を処方している様子を知ってください。病気になったとき、医師・医療従事者に任せておけばよいものではありません。最低限の病気の知識により早期発見・早期治療につながります。高血圧を放置しておく重大な結果を招きます。一度破壊された臓器の組織は元に戻りません。





## 介護保険料について

### 保険料の決まり方

65歳以上の人の保険料基準額は、市町村ごとの介護保険事業計画に基づいて3年ごとに見直されます。この介護保険事業における介護給付費用と、地域支援事業に必要な費用を合わせた見込額のうち、50%は国・県・市が負担し、23%を65歳以上の人に負担していただくこととなります。第1号被保険者の保険料は、本人の所得と市町村民税の課税状況、および世帯の市町村民税の課税状況によって決まります。

### 保険料の納め方

保険料の納め方は、普通徴収（納付書払い・口座振替）から始まりますが、年金受給額が年額18万円以上の人については、おおむね6～8ヶ月で特別徴収（年金天引き）に切り替わります。特別徴収と普通徴収を被保険者自身が選択することはできません。

#### 特別徴収 （年金天引き）

特別徴収の対象となる年金（老齢福祉年金・恩給は除く）を、年額18万円以上受給している人が対象者となり、年金の定期支払（年6回・偶数月）の際に、あらかじめ保険料が差し引かれます。特別徴収への切り替えについて、被保険者自身で手続きをしていただく必要はありません。

#### 普通徴収 （納付書払い・口座振替）

次のようなときは普通徴収による納付となります。

- ・特別徴収対象年金が年額18万円未満の人
- ・年度途中で65歳になった人や転入してきた人で特別徴収に切り替わるまでの間
- ・年度途中で保険料段階が変更になった人
- ・年金の事情により特別徴収ができなくなった人

### 仮徴収について [4月・6月・(8月)]

前年度から継続して特別徴収の人は、当年度の年間保険料額が決定するまでの期間、暫定的に前年度2月と同額を納めます。

※8月に特別徴収される額については、所得の状況その他の事情を勘案して前年度の2月の額と異なる場合があります。

### 本徴収について [10月・12月・2月]

決定した年間保険料額から仮徴収期間に納付した保険料額を差し引いた残額を、10月、12月、2月の3回に分けて納めます。

参照：松山市介護保険課

お気づきの点やご不明な部分があれば、平日の8:30～17:30で医事課へお問い合わせください。



vol.157

看護師

あかせ こなみ

赤瀬 湖菜実

6月12日生まれ(双子座)

入職2年6カ月 今治市出身



## 患者・家族様に寄り添った看護が提供できるよう これからも努力していきたいです

### ■今の職業を選んだ理由

子供の頃、私自身はとても元気でしたが、よく妹の病院通いに付き添っていました。その頃からテキパキ仕事をこなす看護師さんに憧れていて、将来は看護師になりたいと思っていたような気がします。高校生になり、本格的に進路について考えるようになった頃に、祖父が癌で療養し看取りを行いました。その時に「もっと祖父の力になりたかった…」「看護の知識や技術を持って関わることができていたら…」と強く思い、看護の道に進むことを決めました。

実際に看護師になってみると、想像以上に大変なことや、責任の重さに打ちのめされることもありました。しかし、たくさん経験を重ね、新たな仕事を任せてもらえたり、自分自身の成長を感じることができた時に、改めてこの仕事を選んで良かったなと感じます。

### ■日頃から心掛けていること

看護の仕事は患者様の命を預かる責任の大きな仕事なので、平常心や判断力、観察力を大切にしています。また、たくさんのスタッフと協力・連携して仕事

を行わないといけないので、患者・家族様だけでなく、スタッフともしっかり信頼関係を築けるよう心掛けています。

### ■仕事のやりがい

患者様の状態変化にいち早く気づき対応できた時や、「ありがとう」と感謝の言葉を頂けた時、患者様の笑顔が見れた時にやりがいを感じます。

### ■天真会で働いてみて

スタッフの年齢層が幅広いことに驚きました。慢性期は急性期と違った忙しさはありますが、残業もとても少なく、それぞれのライフスタイルに合った働き方ができる病院だなと感じています。

### ■趣味はサッカー観戦

趣味はサッカー観戦です。サッカー観戦は10年以上の趣味です。私の地元・今治にある「FC今治」はもちろん、Jリーグをメインに観戦しています。スタジアムに行くと試合だけでなく、サポーター仲間に出会えることや、美味しいスタジアムグルメを食べながら観戦できることも楽しみの一つです。時には悔しさを分か

ち合うこともあります。選手やサポーター仲間と共に戦い、感動や歓喜の瞬間を分かち合えるスタジアムが私は大好きです。

### ■休日の過ごし方

日程が合えばサッカー観戦に行きます。今治の試合以外にも、見たい試合があればカテゴリー関係なく観戦に行きます。年に数回はアウェイ遠征にも行きます。初めての土地を訪れ、観光を楽しみながらサッカーの応援ができるのもアウェイ遠征の魅力の一つです。また、友達と休みが合えばランチをしたり、カフェやパン屋巡りをしています。家で一日ゆっくり過ごす日もありますが、外へ出かけて、気分をリフレッシュしていることが多いです。

### ■今後の意気込み

日々業務に追われていることが多く、仕事中はゆっくり考えることは難しいですが、患者・家族様の立場になって自分の行っている看護を振り返り、患者・家族様に寄り添った看護が提供できるようこれからも努力していきたいです。



# 南高井病院 保育園便り

Vol.70

## 野菜の苗植え



暖かい日が続くようになってきた4月の下旬。園では野菜の苗植えをしました☆まずは村田農場まで、先生と手をつないで頑張って歩きましたよ～！そしてミニトマトの苗を購入☆園へ戻って苗をプランターに植

えます。まずは土を掘り、苗を入れて、たっぷり水やりです。苗が大きくなって実ができ、その実が赤くなって食べる！という成長の楽しさを学んでいこうね☆毎日の水やりも頑張ろう♪ ミニトマト、いっぱいできるかな～♪



## 日常



毎日元気いっぱいの園児たち☆ いっぱい遊んでいっぱい楽しむカワイイ園児たちをご覧ください♪



## 5月のお誕生日



5月は3歳の園児の誕生会がありました！笑顔がとっても可愛くて、おしゃべりも上手にしてくれます♪好きなものは、コキンちゃんです♪そして、ケーキもペロリっ☆元気にすくすく大きくな～れ☆





# リハビリ 掲示板

第65回

## 自律神経の話【後編】

～自律神経を整えて健康で活き活きとした体を作りましょう～

先月「自律神経の話 前編」のコーナーで、自律神経は「自分の意思で動かすことのできない」と述べました。自分の意思で直接的にコントロールすることはできませんが、自律神経のバランスが乱れないように間接的に働きかけることは可能です。今回は、自律神経を整えるアプローチを紹介します。

### 自律神経を整える効果的な3つのアプローチ

#### ①規則正しい生活習慣

規則正しい生活やバランスの取れた食生活  
まずは、早起きして朝食を食べることから始めましょう。

#### ②適度な運動

ウォーキングやストレッチなど深呼吸をしながらでも行えるような軽い運動が効果的。

#### ③メンタルケア

ストレスのない生活は難しい。気分転換になる趣味を見つけたりマインドfulnessの実践など、ストレスと上手に付き合う方法をみてみましょう。



やってみよう!

適度な運動とは? ウォーキングやストレッチで自律神経を整える

#### 軽い運動

～ウォーキングやストレッチなど～

体に負担がかからず、ゆっくり深い呼吸ができる。副交感神経を高く保ったまま血流を促すことが可能。

#### 激しい運動

～ランニングなど～

呼吸が浅くなる程の運動は交感神経が極端に高まってしまう。呼吸が浅くなり、副交感神経の働きは低下してしまう。

全身の筋肉の約70%は下半身に集中しています。ウォーキングは全身運動なので血流が良くなって筋肉の緊張を適度にほぐしてくれます。「朝毎日歩かなければ…」などと義務感に感じるのでは逆効果です。自律神経に効果的な運動の基本は「あなたが気持ちいいこと」。**無理をせずにあなたの気持ちいいようにウォーキングを楽しむのが一番**です。

ポイント

「自律神経は乱れるもの」です。大切なのは乱れないように、乱さないように頑張る事ではなく、**乱れた時に元に戻せるリカバリー力**です。短時間でできる、自分に合った習慣を一つでも生活に加えルーティーン化すると続けやすいです。体も心も鍛えることで強くなります。





## 食中毒に注意！

食中毒は1年中起こる危険性がありますが、梅雨から夏の時期に最も多くなります。  
**細菌やウイルスの特徴を知って寄せ付けないようにしましょう！**

### 代表的な食中毒の原因菌や原因ウイルスのおもな原因食品と特徴

| 食肉                                      | 鶏卵                   | 海産<br>魚介類         | 炒飯<br>ピラフ               | 深鍋<br>料理              |
|-----------------------------------------|----------------------|-------------------|-------------------------|-----------------------|
| 腸管出血性大腸菌(0-157、0-111 など)<br>生肉や加熱不十分が原因 | カンピロバクター<br>38℃以上の発熱 | 腸炎ビブリオ<br>塩大好き    | ノロウイルス<br>人の手や排泄物などを介する | ウェルシュ菌<br>空気のないところ大好き |
| サルモネラ菌<br>空気大好き                         | 下痢型セレウス菌<br>空気大好き    | 嘔吐型セレウス菌<br>空気大好き |                         |                       |

外気温が上昇すると、食材も傷みやすくなります。注意しましょう！

### 家庭での食事が原因の食中毒は全体の3割！注意しましょう。

梅雨時は不安定な気候が続く、体調が崩れやすくなります。この季節は、高温・多湿と細菌が繁殖する条件が揃い、食べ物も傷みやすく、食中毒が多発する時期です。

#### 冷蔵庫の過信は危険

##### 詰め過ぎない！

冷蔵庫内に物を入れ過ぎると、冷気がスムーズに流れず、設定温度にならない場合もあります。



#### スペースの7割程度までに！

##### 庫内は清潔に保つ！

庫内だけでなくドアやパッキン、取っ手も定期的にふき掃除と消毒をしましょう。



※賞味期限や消費期限などもチェックしましょう！

##### 頻繁に開閉しない！

ドアの開け閉めは、冷気を逃がし庫内の温度を上げる原因になります。



## 高血圧症

高血圧症は自覚症状がほとんどないまま病気が進行します。注意しましょう。

### 診断基準

#### ◎収縮期血圧(140mmHg 以上)

心臓が収縮して血液を送り出すときに血圧がもっとも大きくなります。

#### ◎拡張期血圧(90mmHg 以上)

心臓が拡張するときの血圧は最小となります。

※血圧とは、心臓から送り出される血液によって血管壁にかかる圧力のことです。  
※家庭で測定する血圧は通常診察室で測定する血圧より低く、収縮期血圧135mmHg、拡張期血圧85mmHg以上が高血圧と定義されています。

### 血圧が高い状態を放置していると・・・



動脈の内側の壁が傷つく ▶ どんどん硬くなる ▶ 弾力を失う ▶ 動脈硬化 ▶ 血管が破れやすい ▶ 血管の中が狭くなり血流が悪くなる

▶ 合併症 …… 脳卒中、脳出血、脳梗塞、くも膜下出血、心筋梗塞、腎不全など

#### 日常生活の注意点

- ① 休養と睡眠は十分にとりましょう。
- ② 食塩の取りすぎに注意しましょう。
- ③ 適正な体重(標準体重)を維持しましょう。
- ④ 便秘にならないように気をつけましょう。
- ⑤ 禁煙しましょう。
- ⑥ ストレスを上手に解消しましょう。
- ⑦ 適度な運動を毎日続けましょう。
- ⑧ 急激な温度変化に注意しましょう。
- ⑨ 定期的に血圧測定しましょう。
- ⑩ 薬を医師に処方されている場合は、勝手に中断することはやめましょう。



#### 注意

減塩を心がけていますか。  
無自覚な食塩摂取していませんか？

例えば・・・

うす味のつもりでも煮ものの調理が多かった。

魚のくさみを抜く際にも少し食塩も用いていた。

パスタを茹でる時に多量に食塩も用いていた。

みたらし団子のしょうゆに食塩が含まれているという自覚がなかった。

院内では「栄養だより」も掲示していますので、ぜひご覧ください。





# やったるデー!

【南高井デイサービスセンター】

ジメジメするこの季節。こんな時はやっぱり身体を動かして吹き飛ばすのが一番。というわけで、大運動会を開催。ワクワクドキドキ、ロマンティック（笑）が止まらない様子をご覧ください。



## 南高井大運動会

さあ、準備万端。始まりますよー!

ご夫婦による選手宣誓!

頑張るぞー!

## 1 巻き巻きゲーム

女性代表

男性代表

巻いて巻いて

巻いて巻いて

## 2 もの送りゲーム

どんなものを送るのかな?

風船が割れないように優しく

やったぞー!

喜ぶ両チーム!

勝ったのはどっち?(笑)

今度はボール

早く次の人へ

待ってる姿が気合十分

## 3 足でボウリング

狙いを定めて...えーい!!

蹴っている姿が勇ましい!

負けられない戦いがここにはある!

力を合わせて頑張るぞー!

おー、ヤッター!

応援にも力が入ります

## 4 応援合戦

フレーフレー白組! 勝つぞー勝つぞー白組!

ファイトファイト赤組! 優勝優勝赤組!

## 5 玉入れ

どっちがたくさん入ったのか?

## 6 表彰式

お疲れ様でした!

Best Shot!



## みなみびより

【小規模多機能ホーム南高井】

木々の緑が色濃くなる時期となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。今回の小規模多機能ホーム南高井のご案内は各月の行事の様子をお届けします。

4月



みんなで  
ハイチース♪

満開の桜を  
見に行きました!

5月

みんなで  
こいのぼり作り!



上手にできた  
でしょ?



で見学いつでも  
お待ちしております!

小規模多機能ホーム南高井は、毎日笑い声でにぎわっています。通所の体験利用もできますので、皆様お待ちしております。

## 笑ぶりでい 訪問看護

【南高井訪問看護ステーション】

今回は訪問看護の仕事の一部分をカットして紹介したいと思います。

### テーマ 服薬管理

訪問看護を利用される方には、複数の慢性疾患を抱え、複数の医療機関で薬剤が処方される場合があります。認知機能・視力の低下や身体機能の制約などの理由から、正確な服薬が困難になることがあります。そのような場合訪問看護師は、内服薬をセットすることや服薬のサポートを提供することで、利用者様が正しく服薬できることを支援します。

#### よくあるケースその①

圧倒的に  
多い!!

「薬がたくさんあってわけがわからない」  
「飲み忘れてしまう」  
「飲みすぎてしまう」  
など多くの声を耳にします。内服管理がきちんと行えるようにお手伝いしています!



#### 薬カレンダー

家で飲む用にお薬カレンダーを準備しています。冷蔵庫や壁に掛けられて見やすい

#### よくあるケースその②

これも  
ありがち!

「手が届くところにおいてほしい」  
「お薬カレンダーまで取りに行くのが大変!!」  
生活環境もそれぞれ異なりますので利用者様によって方法を変えて対応しています。



#### お薬ボックス

いつもテーブルの上にあるから食後に取りやすい!!



#### よくあるケースその③

意外と  
助かる!

「デイサービス利用時の薬を準備してほしい」利用者様の生活スタイルや日常のルーティンに合わせた服薬スケジュールも重要です。



お昼の薬を準備しておき、デイ送迎時に携行していただくようにしています



訪問看護師は定期的に利用者様の状態を把握しながら、薬の効果や副作用の早期発見も重要な役割と考えています。必要な場合には医師・薬剤師へ報告し適切な対応をとることもできます。



# リトルみなみちゃんの ウキウキ ウオッチング!

第98回

## ISO9001 維持審査

5月15・16日にISO9001の維持審査が行われました。ISO 9001は、顧客に提供する製品・サービスの品質を継続的に向上させていくことを目的とした品質マネジメントシステムの規格のことで、当院は、医療サービス及び介護サービスに対する審査を受けます。

審査員は2名来られ、1日目6カ所(品質管理責任者、つよし、リハビリ、1病棟、外来、医事課)、2日目5カ所(みなみの杜デイ、居宅、2病棟、3病棟、介護医療院)を回って審査をしていただきました。お二人とっても穏やかな審査員の方ですが、時々するどい質問が来て冷や汗が出た部署もあったようです。普段から内部監査を行っているので、準備は万端のはず!なのですが、やっぱり外部の方の審査はどの部署も緊張したようです。でも、終始和やかな雰囲気での審査は無事終了しました。指摘事項などはフィードバックされ今後の業務に活用されます。お疲れ様でした!



- 1\_ 審査の様子(介護医療院)
- 2\_ 審査の様子(3病棟)
- 3\_ 審査の様子(居宅介護支援事業所)
- 4\_ISO 認定証
- 5\_ 内部監査員必携 ISO ポケットブック

## 読者の お便り

今月の回答者: キュアホワイト



栄養カフェがためになりました。お茶は好きでよく飲んでます。効能を知り、改めて新茶が飲みたくなりました。最近聞いた話ですが、お茶は夕方に飲むのが効果が高いそうです。(H・H様)

コメントありがとうございます。新茶が美味しい時期になりましたね。夕方に飲むのが効果が高いのは知りませんでした。私も夕方以降にお茶を飲む様に意識してみようと思います。

\* \* \*

表紙の笑顔満点にいつも癒されています。私は犬と猫なら犬派なので、てんちゃんぽんちゃんに癒されました!

(N・R様)

コメントありがとうございます。てんちゃんもぽんちゃんも可愛いですよね。私も犬派でしたが猫を飼ってみると猫の良さもたくさんあるんですよ。南高井病院の癒し課に一度遊びに来てください。生で見ると更に癒しマシマシです!

\* \* \*

毎月ためになる情報と楽しい話題で隅々まで読んでいます。(I・M様)

隅々まで読んでみると、いろんな部署のいろいろなイベント、ためになる情報、クイズ、プレゼントなど情報をたくさん詰め込んでおります。これからも楽しんでいただけるように編集一同頑張りますのでお楽しみに。

\* \* \*

案外「間違い探し」が難しい! (R・K様)  
頑張って探してください!

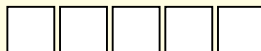


# 元気 de 間違い探し!

左右の絵には5カ所の間違いがあります。  
間違いのあるエリアを探してください!

難易度 ★☆☆☆☆

間違いのあるエリア



|   |   |   |
|---|---|---|
| A | B | C |
| D | E | F |
| G | H | I |
| J | K | L |



元の写真



間違いのある写真

間違い探しの答えがわかった方は、①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号 ⑤本誌を読  
んでの感想 ⑥面白かったコーナー(理由も) ⑦希望のプレゼント番号 ⑧間違い探し  
の答え(順不同可)を書いて「みなみちゃんポスト」に投函するか、ハガキまたはメー  
ルにて、編集部までお送りください。発表は発送をもって替えさせていただきます。

PRESENT

読者  
プレゼント

- 1 坊っちゃん劇場特別ご招待券
- 2 シネマサンシャイン特別鑑賞券

1組2名様

1組2名様

## 応募方法

みなみちゃん  
ポスト

必要事項を明記し、編集部宛に投函してください。

はがき

〒791-1112 松山市南高井町333  
南高井病院「元気で高井! 6月号 読者プレゼント係」

メール

genkidetakai@tensinkai.or.jp ※個人情報は適切に扱います。

※ご注意※  
住所の記入を  
お忘れなく!

応募締切 6月30日(月)

## 編集後記

昼間の日差しが急に強くなり  
季節は夏へノンストップですね。  
そんな暑さを避けて先日、夕方  
から家の庭で親族を招き、BBQ  
を行いました。炭を点ける時間  
はゆっくりと時間が流れ、”ぼー”  
とできる好きな時間です。が、今  
回は子どもの参加人数が多く、  
焼いても焼いても食べ物がなく  
なり、必死に焼いていました。  
笑顔があふれる楽しい時間を過  
ごすことができ、リフレッシュで  
きました。今年の夏も猛暑となる  
見込みと聞いております。みなさ  
ん熱中症にはご注意ください。

(下白石萌也)

## 癒し課たいむず

火元責任者ボンパーくん、今年度も愛媛県警より  
セラピー犬の委嘱を受けました。いろいろな施設や  
イベントに呼ばれていくことも多く、課長よりも忙し  
いかもしれません(笑)。南高井デイで行われるドッ  
グセラピーでも職務を全うしています。もちろんてん  
てんも癒し課課長として、来られる方みんなに癒さ  
…いや、みんなを癒しまりますよ。

instagram アカウント(@tenten\_iyasika)  
「秋田犬てんてんと仲間たち @ 南高井病院癒し課」

## 先月の間違い探しの答え



答え

A C E H J



# ひんや〜り フルーツゼリーフェア

フルーツゼリー各種よりどり 3個で税込 250円！



## 看護・介護 職員募集中

ブランクのある方、経験の  
少ない方でも安心して働けます。  
詳しくはホームページをご覧ください。

【お問合せ】

**089-976-7777**

## 増員！

一緒に働く仲間を増員しています。  
充実の環境で共に働きませんか！

【発行】  医療法人 天真会 南高井病院

〒791-1112 愛媛県松山市南高井町333  
TEL: 089-976-7777 ISO9001:2015 認証取得



南高井病院ホームページ

<https://www.tensinkai.or.jp/>  
本誌バックナンバーをご覧ください。



公式ブログ

みなみちゃんだより  
最新情報はコチラ！

南高井病院介護医療院  
南高井居宅介護支援事業所  
南高井訪問看護ステーション  
南高井デイサービスセンター  
南高井ホームヘルプステーション

TEL(089)976-7777 FAX(089)976-6622  
TEL(089)976-7791 FAX(089)976-7833  
TEL(089)976-7778 FAX(089)976-5505  
TEL(089)976-7793 FAX(089)976-7740  
TEL(089)970-6160 FAX(089)960-1362

小規模多機能ホーム南高井  
小規模多機能ホームつよし  
サービス付き高齢者向け住宅 みなみの杜  
みなみの杜デイサービスセンター

TEL(089)955-7131 FAX(089)955-7132  
TEL(089)960-8353 FAX(089)960-8363  
TEL(089)976-7881 FAX(089)976-7882  
TEL(089)970-7370 FAX(089)970-7372