

★夏祭り

無料で遊べる出店で遊ぼう！

8/22(土)
17:00～19:00
場所:宮地病院
1Fロビー
※予約入場制

予約フォーム



★みやじフェスタ2026

今年も盛大に開催予定です♪

10/25(日)
場所:宮地病院
詳細はHPで発表予定!



★フクレーマルシェ

毎月恒例!地元食材が並びます

・宮地病院1F
毎月第4土曜日 10:30～
・本山リハビリテーション病院1F
毎月第2土曜日 13:00～
・介護老人保健施設あずさ1F
毎月第2土曜日 10:30～
毎月第4金曜日 10:30～

★けろっと食堂(子ども食堂)

みんなでワイワイ楽しもう

毎月第2土曜日(8月はお休み)
場所:サービス付き高齢者住宅潮騒の家

※変更となる場合があります。詳細は病院ホームページをご確認下さい。

けろトレ!

次の文字を並べ替えて元の言葉に戻そう!



オリジナルグッズをプレゼント!

QRコードを読み取り、けろトレ!の答えと必要事項を入力の上Webからご応募下さい。
正解者の中から抽選でけろっとオリジナルグッズが当たります!

※回答締切:2026年10月31日(土)



ヒント 動いたらだめ! ※答えは次号で発表します 【93号の答え】にゆうがくしき



KAKEHASHI読者アンケートにご協力ください!!
抽選でオリジナルグッズプレゼント ぜひ皆様のご感想をお聞かせください。



発行

医療法人明倫会 宮地病院

住所/〒658-0016 神戸市東灘区本山中町4-1-8
TEL/078-451-1221 FAX/078-431-0080
URL/https://meirinkai.or.jp/miyaji/
eメール/miyaji-hp@ksn.biglobe.ne.jp

本山リハビリテーション病院

住所/〒658-0015 神戸市東灘区本山南町7-7-15
TEL/078-412-8080 FAX/078-412-8787
URL/https://meirinkai.or.jp/motoyama/
eメール/motoyama-reha.hp@meirinkai.or.jp

医療法人明倫会 介護老人保健施設あずさ

住所/〒658-0027 神戸市東灘区青木3-1-48
TEL/078-451-0004
URL/https://meirinkai.or.jp/azusa/



宮地病院



本山リハビリテーション病院



介護老人保健施設あずさ



LINE公式
アカウント



バックナンバーは
こちら



WE ARE ONE
共に未来を拓く



2026. 7 vol.94

推し活会議2026 地域との連携強化

☆「明倫会推し活会議」

阪神淡路大震災で全壊した当院は、地域の皆様の支えにより復活を遂げ、今日に至ります。大震災から30年という節目を機に、地域とのつながりを深め、まちの魅力や活力をともに育んでいく取り組みとして、昨年「明倫会推し活会議」が発足しました。「もっと、おもしろいことやろう!」をモットーに、そして遊び心を大切に、あらゆる企画を参加メンバー一同で考えています。

会議の発足から2年目を迎えた今、院内外の垣根を越え、より多くの地域の皆さまとともに活動の輪を広げていくことを目指しています。今回は、地域に根差した営業を続けるフレッシュフード・モーリを訪問させていただきました。
☆地域を支える“冷蔵庫”として ～フレッシュフード・モーリに学ぶ、つながりの力～

「決してお客様を裏切らないように。いかに満足してもらえるかを常に考えている。」と代表の松本様。ご自身で仕入れの現場に足を運び、商品を徹底的に見極めておられ、高い品質への強いこだわりと誠実な姿勢が印象的でした。

特に心に残ったのは、「社員の皆さんが、自然とモーリの理念を理解して働いてくれている。」と話されていたことです。言葉だけで伝えるのではなく、自ら率先して行動で示し続けることで、組織全体に価値観が浸透していることが伺えました。



地域に必要とされる存在であり続けるために、質へのこだわりを貫き、人と人との信頼関係を大切にするその姿勢は、地域医療を担う私たち明倫会にとっても大きな学びとなります。「地域の方々の“冷蔵庫”としてあり続けたい」との言葉には、地域の暮らしを支えていくという使命感が込められていました。

明倫会推し活会議では、今後このような地域で活躍する企業や団体、住民の皆さまとの交流をさらに深め、新たなつながりを生み出していきと考えています。一人ひとりの活動や想いが結びつくことで、地域はもっと元気になります。これからも地域の皆さまとともに、誰もが暮らしやすいまちづくりを進めてまいります。

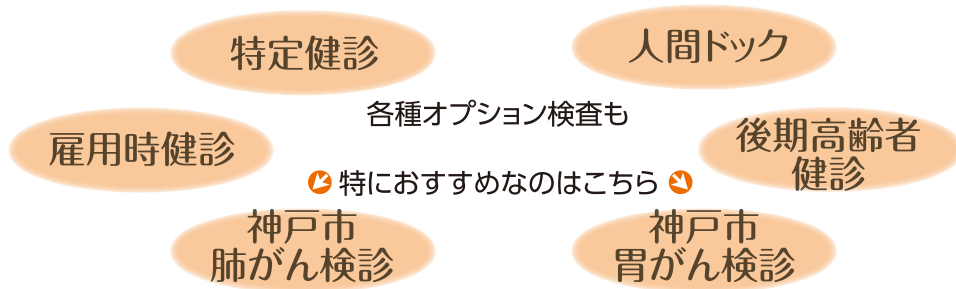
看護の日

宮地病院では毎年5月、ナースの誕生日にちなんで「看護の日」で、ご来院の方々へ無料の健康チェックを行っています。今回は、3種類の映像を用いて認知症の方が見えている世界を体験できる、「認知症VR」も実施いたしました。



健康診断のすすめ ～いつまでも健康でいるために～

宮地病院ではこんな健診が受けられます



70歳以上の方へ

神戸市肺がん検診・神戸市胃がん検診などは、対象に該当する場合、無料で受けられることがあります。受診時には、生年月日が分かる書類をご持参ください。

「最近、健診を受けていない」「会社から雇用時健診を受けるよう言われた」「年齢的にがん検診も気になる」——そんな方は、ぜひ宮地病院までお気軽にご相談ください。対象となる健診や必要な持ち物、オプション検査についてもご案内いたします。

ドクターアドバイス 定期的がん検診のご案内

日本では、がんは毎年約100万人、男女ともにほぼ二人に一人がかかる可能性がある身近な病気であり、死亡原因の上位を占めています。しかし、がんは、早く見つけて早く治療を始めることで、完治出来る可能性が大きく高まる病気です。また早期発見早期治療出来れば、治療による体への負担を軽くしたり、仕事や日常生活への影響を少なくしたり、治療費を抑えられる可能性もあり、ご本人だけでなくご家族にとっても大きな安心につながります。

検診で、自覚症状がないうちに見つかることも多く、「まだ若いから大丈夫」「元気だから心配ない」と思っている、検診によって初めて異常が

わかる場合があります。私自身も日々の診療や日常生活の中で、もっと早く検診を受けていればと感じる場面に遭遇することがあります。だからこそ、症状がない今こそ、より多くの方に定期的ながん検診を受けていただきたいのです。検診は、怖いことを知らされるためのものではなく、安心して毎日を過ごすための大切な確認です。ご自身のために、そしてご家族のためにも、年に一度、受ける習慣を持つてください。忙しい毎日の中では「忙しいから」「症状がないから」と後回しになりがちですが、健康は何より大切な財産です。ご自身の命を守るためだけではなく、大切なご家族やご友人とい



つまでも安心して楽しく過ごせる未来のためにも、是非この機会にがん検診をご検討ください。気になることやご不安、ご不明点があれば、どうぞ遠慮なく当院にご相談ください。定期的に検診を受けていてよかったと思えるきっかけになれるよう、私たちも心を込めてお手伝いさせていただきます。

宮地病院
内科 金澤義純



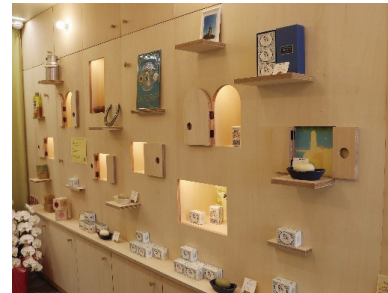
き輝

らっと LICORNE(リコーヌ)

2026年4月、フランス・マルセイユ発の石けんブランド「LICORNE(リコーヌ)」が日本初の路面店をオープンしました。1894年創業のリコーヌは、130年以上にわたり愛され続ける老舗サボネリーブランドです。マルセイユ石けんはルイ14世の時代に王令が出されたほど長い歴史を持ち、今も伝統的な窯炊き製法で作られています。



「長く愛されているものには理由があると思います」と店主。ボディソープが主流となりつつある今、リコーヌ石けんとの出会いをきっかけに改めて石けんを使うようになったそうです。香りに包まれる心地よさや、やさしい洗い上がりに魅力を感じたといいます。おすすめはホースミルク石けん。貴重な馬のミルクを贅沢に配合した石けんで、フランス国内の提携ファームにて固有馬の保護活動の中で生まれる余剰ミルクのみを使用しています。しっとりとした洗い上がりが特徴で、かお・からだに使うことができます。



フランス・マルセイユの石けん文化を神戸へ

また今回お店がオープンしたのは、地域で長年親しまれてきた「ワールドリカー富屋」の跡地。地域に親しまれてきた場所だからこそ、その空気感も大切にしていきたいと考えているそうです。

店内に一歩足を踏み入ると、やさしく広がる香りや温かな空間に包まれ、まるでフランス・マルセイユを訪れたかのような気分になります。フランスでは石けんは特別なものではなく、暮らしの一部として自然に根付いている存在なのだそう。店内では石けんを試せるほか、テイクアウトドリンクも提供しています。「来るたびに新しい発見があるようなお店に



したい」そんな思いを胸に、これからも少しずつ店づくりを楽しみながら育てていきたいと語ってくれました。

LICORNE(リコーヌ)

〒658-0081
兵庫県神戸市東灘区田中町1-11-15
営業時間:11:00~17:00
定休日:月曜日
(Instagramお知らせをご覧ください)



健康レシピ

気になる健診結果を食事でサポート!EPAがしっかり摂れる!イワシのフラメンカエッグ!

健康診断の結果で「中性脂肪が高め」「コレステロールに注意しましょう」と言われたことはありませんか。脂質異常は自覚症状が少ないため、気づかないうちに進行することがあります。しかし、毎日の食事を少し見直すことで改善に繋がる場合があります。

今回ご紹介する「イワシのフラメンカエッグ」は、魚・野菜・卵を手軽に取り入れられる栄養バランスのよい1品です。イワシ缶にはDHA・EPAが豊富に含まれており、中性脂肪の低下や血管の健康維持に役立つとされています。また、トマトに含まれるリコピンには抗酸化作用があり、健康づくりをサポートします。

さらにしめじには食物繊維が含まれており、食生活の改善に役立ちます。うずらの卵は良質なたんぱく質を含み、見た目に彩りを添えてくれます。缶詰を利用することで魚料理のハードルが下がり、忙しい方でもとりいれやすいのが魅力です。

- 作り方
- ①ピーマン・黄パプリカは0.5センチ角の色紙切り。玉ねぎは薄切りに、しめじは軸を切ってバラバラに分ける。
 - ②鍋にオリーブオイルとすりおろしたニンニクを入れ、中火で温める。香りが立ったら、①の野菜類をいれ、炒める。
 - ③しんなり火が通ったら、イワシ缶とトマト缶、オレガノを入れ煮込む。
 - ④ふつふつと煮立ってきたら、コンソメを入れ、塩で味を調えたら10分ほど煮込む。
 - ⑤耐熱皿に④を入れ、上からうずらの卵を落とす。卵の上に塩コショウを少々振る。
 - ⑥トースター240度で5分ほど焼くと、少し固めに焼きあがる。(半熟にしたい場合は時間短くするなどして調節する)
 - ⑦パセリをかけて完成。

フラメンカエッグとは

色とりどりの野菜を使ったスペイン・アンダルシア地方の郷土料理です。華やかな彩りやフラメンコのドレスを思わせることから名付けられました。通常はベーコンやチョリソーを使用しますが、今回はイワシ缶を使用し、LDLコレステロールの低下や高血圧の予防に配慮したメニューにアレンジしました。

イワシのフラメンカエッグ



材料(1人分)

- ・イワシの水煮缶 ……1/4缶
- ・トマト缶 ……1/4缶
- ・ピーマン ……1/2個
- ・黄パプリカ ……1/8個
- ・玉ねぎ ……1/8個
- ・しめじ ……1/4房
- ・ウズラの卵 ……2個
- ・ニンニク ……ひとかけらの1/4
- ・オレガノ ……小さじ1/4
- ・コンソメ ……小さじ1/4
- ・塩 ……少々
- ・胡椒 ……少々
- ・オリーブオイル ……大さじ1/4
- ・パセリ ……少々