



地域がん診療連携拠点病院・基幹型臨床研修病院・協力型臨床研修病院・地域医療支援病院・災害拠点病院・熊本DMAT指定病院・救急指定病院

理 念 135年の歴史と設立の経緯を忘れず全人医療を提供します

基本方針

患者中心医療 患者の人権と意思を尊重します

患者診療3本柱

がん・救急・予防医療を中心に 医療機能の充実を図ります

完結型医療

地域の医療機関との連携を行い 安心できる医療の展開を行います

社会貢献

災害医療派遣・医療情報公開・医療 ボランティアの活動を行います

医療人育成

医療に携わる喜びが持てる医療人の 育成を行います

日本医療マネジメント学会 第13回加州・山口連合大会

平成26月9月26日(金)~27日(土)に、鹿児島県民交流センターにて、日本医療マネジメント学会第13回九州・山口連合大会が開催されました。「病院・病床機能の分化と地域医療連携」をメインテーマに、一般演題260題・クリティカルパス展示28題の発表があり、1000名以上の参加がありました。一般演題では、医療安全、医療の質(感染、口腔ケア、放射線、医療機器、薬剤、栄養等)、看護業務、退院支援、患者サービス、教育、医療情報、病院運営など多岐にわたる発表がありました。

私は、「病棟業務の質向上のためのプロブレムリストの活用」という演題で発表させていただきました。 発表を終え、自分が気づかなかった視点から意見をいただき、視野を広げて業務について考える大変よい機会となりました。

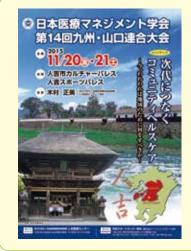
今大会では、医師、看護師、医療技術部門、事務などからの発表があり、業務改善に意欲的に取り組んでいる方が多いと感じました。あらゆる分野の発表を聞



支援体制を組み立てるために、地域医療機関との連携が大切であるという話を聴く機会が多く、院内・外での連携に関する機会を活用して、信頼関係を築いているという他施設の発表は非常に興味深かったです。

来年度は、人吉にて日本医療マネジメント学会第14回九州・山口連合大会が開催されます。全職員が一丸となって取り組み、全国から来られる参加者が来てよかったと思えるような大会にしたいと思いました。

薬剤師 上加世田 奈央



日本医療マネジメント学会 第14回九州・山口連合大会

【会長】木村 正美(独立行政法人地域医療機能推進機構 人吉医療センター 院長) 【会期】平成 27 年 11 月 20・21 日

【会場】人吉市カルチャーパレス、人吉スポーツパレス 【プログラム】(予定)

基調講演、会長講演、特別講演、教育講演、市民公開講座、教育セミナー、シンポジウム、フリートークセッション、一般演題(口演)、

一般演題(示説)クリティカルパス展示、ランチョンセミナー

【連合大会事務局】

JCHO 人吉医療センター 〒 868-8555 熊本県人吉市老神町 35 番地 TEL:0966-22-2191 FAX:0966-24-2116

【連合大会運営事務局】

学会サポートセンター熊本(株式会社コンベンションサポート九州) 〒 860-0801 熊本市中央区安政 8-16 村瀬海運ビル 6F TEL:096-212-3161 FAX:096-212-3163 E-mail:jhm14@higo.ne.jp



へき地保健医療対策検討会3地域活動報告

厚生労働省医政局の「へき地保健医療対策検討会」(座 長=梶井英治・自治医科大学教授)の第2回会合が17 日に開催され、岡山県(真庭市医師会)、長崎県(特定医 療法人玄州会)、熊本県(地域医療機能推進機構)の三地 域におけるへき地医療・地域医療確保の取り組みの現状 や課題について報告、質疑を行いました。

当院の木村正美院長は指定管理者として3年前から運営にあたっている五木村診療所との病診連携の現状について説明。また電子カルテ、救急対応など連携に尽力し

ているが、在宅医療には IT化が必要であること、総合診療医とともに 専門医の派遣が課題であること、今後は重層型の 地域医療支援が必要であることを報告し、次のへ



き地保険医療計画の施策に対し提言を行いました。



H26年10月より小児発達外来が開始となりました。

熊本大学附属病院発達障害医療センターより医師、精神保健福祉士などの小児の発達に関する 専門家が派遣され、第二火曜日に月一回の診療が行われます。患者さんからの直接の予約では なく、対象となる子どもさんがお住まいの地域の役場を通して予約、診療の運びとなります。 今後検討会やカンファレンスを重ねて、より充実した内容になればと考えております。詳しく はお住まいの市町村役場まで。

骨粗しょう症外来開始に向けて

骨粗しょう症は一般的に閉経後の女性に多く見られる病気です。初期には自覚症状がないことが多く、診断されないまま年齢が高くなるに従い骨が脆くなってしまい、ちょっと転んだだけでも骨折してしまうことがある恐ろしい病気です。でも適切に診断・治療すれば骨折のリスクを少なくすることができる病気です。

骨の強さ(ほぼ骨密度に相当)は測ってみなければわかりません。

以下に挙げる項目に当てはまる人は骨粗しょう症の検査を受けてみませんか?

- 1. 年齢が65歳以上の女性。
- 2. 骨粗しょう症の危険因子(お酒をたくさん飲む、煙草を吸う、または母親か父親が大腿骨頚部骨折をおこした)がある閉経後の女性。
- 3.70歳以上の男性。危険因子がある50歳以上70歳未満の男性。
- 4. 若い頃(20代)より身長が低くなっていたり、背中が丸 まってきている人。
- 5. 食事でカルシウムが不足気味の人。特にやせている人。
- 6. 若い頃運動不足だったひと。
- 7. 次に挙げる病気の治療を過去に受けたり、治療中の人。 糖尿病、腎臓病、甲状腺の病気、婦人科の病気、 肝臓病、関節リウマチ、ステロイド剤の使用
- 8. 悪性腫瘍のため抗がん剤治療を受けた人。特に吐き気止めとしてステロイドを使用した人。

今回婦人科外来で骨粗しょう症を中心に更年期から老年期の婦人の診療を行う骨粗しょう症外来を始めることになりました。骨粗しょう症の診断には手首の骨や踵の骨などが使われていますが、本院には DEXA(デキサ)という背骨や太ももの付け根の骨の骨密度を精密に測定できる装置があり、より正確な診断が可能です。

気軽に受診していただける外来を目指し、骨密度測定を目的とした開業医の先生方からののご紹介も受け付けます。毎週火曜日の午後1時から3時まで婦人科外来で診療を行います。どうぞご相談下さい。

予約センター:0966-22-1900(平日8:30-17:00)

- 骨粗鬆症の危険因子【引用:RICHBONE(http://www.richbone.com/))-

● 栄養不足:カルシウムやビタミンDをはじめとする種々の栄養不足は骨量を低下させる。

■塩分過多:カルシウムをしっかり摂ったつもりでも、塩分と一緒に尿中に捨てられる。

● 運 動 不 足:骨量ばかりでなく、筋力も低下して骨折しやすくなる。

● 多 量 の 飲 酒:間接的作用として栄養不足を招いたり、肝臓におけるビタミンDの代謝障害を起こし、骨量減少を招く。

● 多量のコーヒー:カフェインが尿からのカルシウム排泄を増加させ、骨量を低下させるといわれるが、カルシウム摂取が

十分であれば問題ない。1日3~4杯以上は要注意。

● 喫 煙:女性ホルモン低下、カルシウム排泄増加を招き、骨量に影響を及ぼす。

● 日 照 不 足:ビタミンDの不足を引き起こす。

● や せ す ぎ:栄養不足と関係し、筋肉量が少ないので骨折しやすい。

産婦人科 星原 孝幸

臨床研修医挨拶



はじめまして。今年の10月より来年 の9月までの1年間、人吉医療センター にて研修させていただきます、研修医1 年目の前田和也と申します。3月に熊本 大学を卒業し、4月から9月までの半年

間は熊本大学医学部付属病院で研修しておりました。 大学病院での研修は内科ばかりを回っていたため、 こちらではまず外科系の診療科を中心に研修させて いただこうと考えております。

出身地は鹿児島県の出水市です。地元のような地 方での医療現場を研修医のうちに体験しておきたい、 と考え人吉医療センターを研修先として希望しまし た。大学病院での研修にようやく慣れてきたところ

かな、と思っていたところで環境が変わり少々不安 ですが、一日も早く病院での業務に慣れ、少しでも 地域に貢献できればと思っています。

人吉を訪れたのは初めてで、引っ越してきた時は 不安ばかりでありました。しかし、先生やスタッフ の方々、そして全員が同じ大学出身の同期に支えら れ少しずつですが人吉での生活に慣れてきたところ です。

人吉は球磨焼酎やうなぎ等の食べ物が有名だとき いています。お酒を飲むことも食べることも大好き なので、研修の息抜きに楽しめたらと思っています。

至らないところだらけで多くの方にご迷惑をかけ ることがあるとは思いますが精一杯頑張ります。こ れから1年間、限られた期間ではありますがどうぞ よろしくお願いします。

熊本大学医学部附属病院 臨床研修医 前田和也

緩和期のリハビリテーションについて

本院では緩和ケア病棟に入院されている患者様にも、リハビリテーションを提供しています。緩和ケア病 棟というと末期、看取りの時期というイメージですが、症状コントロールが十分にできていれば在宅に帰っ て家族との有意義な時間を過ごすことができます。件数も下の表のように増えています。

リハビリの実施にあたって、心がけているところは以下の6つになります。

- 1. 患者の持っている能力を利用し、最小援助で行える工夫をする
- 2. 動かしてはいけない部位、痛みの出る姿勢などを把握し、失敗経験をさせないように配慮する
- 3. 患者は疲労の変動が大きく、適宜運動量を変える必要がある
- 4. ご家族も治療に参加していただく (家族支援も大切)
- 5. 「歩く・トイレに行く」ことは、人の尊厳にかかわることであり、できるだけ長い期間、ADLを確保する ように支援する
- 6. モチベーションをできるだけ保つ工夫をする

終末期では月単位から週・日単位になりますが内容や目的が変わってきます。

維持期のリハ (月単位) QOL (生活の質) を保ちながら ADL の向上をはかる

ADL・基本動作・歩行の安全性の確立・能力向上として、残存能力+福祉機器(車椅子・手すり・杖・ 自助具・)動作のコツの習得 廃用による四肢筋力低下および関節拘縮の維持改善 浮腫の改善には圧迫、 リンパドレナージ、生活指導 安全な栄養摂取の手段の確立として摂食・嚥下アプローチ 住宅準備として、自宅の環境評価とアドバイス、ホームプログラムの習得があります。

緩和期のリハ (週・日単位)ADL は低下するが QOL は高く保つ

疼痛緩和には、物理療法(温熱、冷却、レーザー、TENS・・)ポジショニング、リラクゼーション 補装具、杖を使用する 浮腫による症状緩和としてリンパドレナージ 呼吸法・呼吸介助、

リラクゼーションは呼吸苦の緩和 アクティビティー、日常会話や訪室そのものが心理支援になります。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	平均
25 年度	63	73	39	137	80	34	26	32	60	86	31	47	708	59
26 年度	140	106	147	162	114	114							783	130.5

(件)

リハビリテーションセンター 科長 塚島 靖博



NHK ドクター G 出演 徳田安春先生 教育回診・レクチャー

平成26年10月15日 JCHO 研修センター長の徳田安春先生を当院にお招きして、教育回診+レクチャーを受けました。教育レクチャーでは、研修医の香田先生と私から「横紋筋融解症が疑われる一例」と「低Na血症の一例」の2症例についてプレゼンテーションを行い、徳田先生の丁寧なレクチャーを受けました。事前に打ち合わせ等は全くないにもかかわらず、症候から鑑別診断が次々に挙げられ、徳田先生の知識の深さと臨床経験の豊富さ、考え方に深い感銘を受けました。

そして様々な鑑別診断をじっくり考えていく総合診療の考え 方は、将来どの専門領域に進んだとしても非常に役に立つ思考 であり、横断的な知識をこれからも増やしていきたいと強く思 いました。

教育回診では研修医が発表した症例の患者を回診しました。

徳田先生の非常に丁寧で論理 立った身体所見の取り方を間 近でみて、身体所見から得ら れる情報はかくも多いものな のかと実感し、身体所見をじっ くり取ることの大切さを再認 識しました。



身体所見をより一層重視し、血液検査、画像検査に頼りすぎることなく日常診療に取り組んでいきたいと思いました。 徳田安春先生には深い感謝を申し上げます。今回学んだことを 活かし、より一層地域の医療に貢献していきたいと思います。

臨床研修医 小川晋太郎

第6回 人吉医療センター「緩和ケア研修会」募集案内

1 研修の目的

がん対策基本法に基づくがん対策推進基本計画における「すべてのがん診療に携わる医師に対する緩和ケア研修」(厚生労働省通知)に則り、がん診療に携わる医師等が研修等により、緩和ケアについての基本的な知識を習得し、がん治療の初期段階から緩和ケアが提供されることを目的とします。

2 研修会の対象者

がん診療に携わる県内外の医師・薬剤師及び看護師等のコメ ディカルも参加可能です。

3 研修会の日程及び会場等

(1) 日程:平成26年12月6日(土)9:00~18:00 平成26年12月7日(日)9:00~16:10

(実質13時間40分)

※ プログラムは下記を参照

※ 2日間のプログラム中に途中退席等されますと、修了証が 出ませんのでご了承下さい。

(2) 会場:人吉医療センター 3階講堂

(3) 主催:人吉医療センター

(4)後援:熊本県

(5)参加人数:先着約30名を目処に締め切らせて頂きます。

6 修了証書の交付

研修修了者には厚生労働省健康局長より「修了証書」を交付 します。

―お問い合わせ―

JCHO 人吉医療センター 医療福祉連携室 がん相談センター 南 秀明 (TEL: 0966-22-2191 FAX: 0966-22-7879)

第6回 人吉医療センター「緩和ケア研修会」プログラム

第 1 日目(H26 年 12 月 6 日:土曜日)9:00 ~ 18:00						
内 容	対応する開催指針の形式	対応する開催指針の項目				
受付/プレテスト	プレテスト					
Opening Remarks	講義					
緩和ケア概論	講義	全人的な緩和ケアについての要点				
休 憩						
		がん性疼痛機序、評価及びWHO方式のがん性疼痛治療の概略				
がん性疼痛	講義	がん性疼痛の治療法の実際について				
		放射線療法や神経ブロックの適応を含めた専門的な緩和ケアへの依頼の要点				
昼食						
アイスブレーキング	アイスブレーキング					
疼痛事例検討	 グループ演習/ワーキンググループ	がん性疼痛を持つ患者の評価及び治療				
	グループ演習/ ソーキンググループ	がん性疼痛に対する治療と処方箋の実際の記載				
休 憩						
オピオイドを開始するとき	ロールプレイ ワークショップ	医療用麻薬を処方するときの患者への説明についての演習				
休 憩						
呼吸困難	講義	呼吸困難、消化器症状等の身体症状に対する緩和				
休 憩						
消化器症状	講義	呼吸困難、消化器症状等の身体症状に対する緩和				

第2日目(H26年12月7日:日曜日)9:00~16:10					
精神症状	講義	不安、抑うつ及びせん妄等の精神症状に対する緩和ケア			
休憩					
コミュニケーション ロールプレイ	ロールプレイ	患者への悪い知らせの伝え方について検討及び演習			
昼 食					
コミュニケーション講義	講義	がん医療におけるコミュニケーション技術			
休憩					
地域連携と治療・療養の場の選択	講義/グループ演習/ワークショップ	がん患者の療養場所の選択及び地域連携についての要点			
地域建捞し冶燎・燎食の場の選択	神我/グルーノ演首/ブーグジョップ	在宅における緩和ケア			
ふりかえりとポストテスト	プレテストの解説				

職場体験

人吉市立第二中学校

私は2日間、人吉医療センターで職場体験をさせてもらい、 多くのことを知り学ぶことができました。

私は将来薬剤師になろうと思っています。1日目の薬剤科では、 普段の生活では絶対に見ることのできない所を見せてもらった りしました。また、薬剤師の仕事は調剤だけでなく、薬の管理 や患者さんに薬について説明することなどもあると知り、私は まだまだ知らないことが多く、勉強しないといけないなぁと思 いました。

他にも、5階西病棟では看護師の方のお話を聞かせてもらったり、7階病棟では直接患者さんに接することもできました。

リハビリテーションには3つの種類があり、沢山お話を聞かせてもらったり体験することができました。

まだまだ、ここには書けないくらい沢山の体験や見学をさせていただきました。私は今回人吉医療センターで学んだことを、今後の生活、そして将来にしっかりとつなげていきたいです。2日間、いい経験になりました。本当にありがとうございました。

原口 愛崚

私は、職場体験で人吉医療センターにお世話になりました。 1日目は緊張と不安がありました。初めて知った科や専門用 語があって、初体験のことばかりでした。薬剤科では、950種 類くらい薬があって驚きました。そして内視鏡室では、胃カメ ラなどを見学しました。検査室では血液がたくさんあって、違 う血液型の血液を混ぜてはいけないということを学びました。 次に6階病棟へ行き、聴診器で心臓の音を聞いたりしました。

2日目は最初に9階病棟に行き、産まれて3日の赤ちゃんを 抱かせてもらったりしました。次に行ったリハビリテーション 科では、積み木のテストや折り紙などをしました。放射線科で は MRI などの機械の見学、ICU では AED の体験をしたりしま した。

普段ではできない貴重な体験ができました。短い間でしたが、 お世話になりました。私は小児科の看護師さんになりたいので、 その夢に向かって勉強を頑張りたいです。2日間、本当にあり がとうございました。

馬場 由里子

私は職場体験で2日間、 人吉医療センターでお世 話になりました。いままで 知らなかった職業が数多 くありました。

1日目に行った薬剤科では、薬剤師の方に薬に関する知識、7階病棟では患



者さんへの接し方や脈の取り方、放射線科ではいろいろな機械 の利用方法、5階病棟では働くことの厳しさ、喜び、責任感を 学びました。

2日目は、内視鏡室で内視鏡の説明や実際に内視鏡を使うところを見たりしました。リハビリテーション室では理学療法、作業療法、言語聴覚をそれぞれの専門の方から学びました。作業療法では2羽のつながった鶴を折り紙で折りました。いつも作っている鶴ではなかったので難しかったです。検査室では、機械で遠心力を使って血の成分を分けるのを見ました。ICUでは人工呼吸や心臓マッサージなどの練習をしました。

この2日間に教えてくださった人たちは自分の仕事に誇りを もって働いておられました。私もそのようになれるように頑張 ります。

宮永 紗玲奈

私は、この2日間の職場体験を通して、治療などをするにあたって大切なことを学びました。1日目は、人吉医療センターの歴史・薬剤科・内視鏡・検査などについて学び、病棟見学がありました。薬剤科では、実際に薬包紙に薬を包む体験をしました。内視鏡では、胃カメラを患者さんに通すところを見て胃や大腸のことを学びました。病棟見学では、看護師の仕事にふれました。

2日目は、病棟見学をして、リハビリテーション科に行き、放射線治療を見学し、ICU 見学をしました。私は9階病棟の見学が一番心に残りました。実際に赤ちゃんにふれて「命ってすごいな。」と感じました。

この2日間では、人の命の尊さ・自ら進んで行動する事・患者さんへの対応の仕方を学びました。私は将来の夢が看護師なので、これから社会に貢献していきたいです。

山下 春華

相良村立相良中学校

私は10月7日~9日間、職場体験で人吉医療センターにお世話になりました。1日目は緊張していて患者さんとの会話が難しかったのですが、2日目から話が続くようになりました。患者さんとの会話の中でもたくさん学ぶことが多く、いつもはお年寄りの方とお話しないのでとてもいい経験

になりました。

人吉医療センターの中には、医者や看護師、理学・作業療法士など私が知らなかった仕事もありました。その中でも、薬剤科では、薬品がひと目で分かるように区別されてあったり、言語聴覚士ではうまく話せなかった人の援助だったりしていて初めて知ったことがたくさんありました。このように、患者さんのために、いろ

んな専門の先生方とつながって、私たちの目には見えないところで支えていらっしゃって、改めて感謝しなければならないと思いました。この3日間を通して学んだことは、学校生活や自分の将来に生かしていけたらいいです。貴重な体験をありがとうございました。

3年 林田 キラ

私は、職場体験で人吉医療センターに来ました。初めて来た時、建物がとても広くて驚きました。私がこの職場体験で一番印象に残った場面は、看護師さん達が患者さんに優しく対応していたところです。患者さんは不安や緊張して病院に来られているから、看護師さん達は優しいと思いました。優しさあふれる病院は、一番はココ!だと思います。私も医療関係の仕事に就きたいので、しっかり勉強してたくさんの知識を身につけた

いです。

そして、職場体験で難しかったことは、お 年寄りの方と会話をすることです。私たちが 会話をすることでお年寄りの方は喜んでくれ るということが分かりました。医療と会話は つながり合っていると実感しました。

この職場体験を通し、たくさんのことを学びました。医療について詳しく学ぶことができ、本当に嬉しく思います。たくさん貴重な

体験をさせていただき、ありがとうございます。

中学卒業までの短い時間を仲間と共に楽しく過ごしていきたいです。

3年 溝口 真美

に投ます。 となす。 も も第 ご自っ 役稿下さい 由にご参加下さ 木 曜日 加 に できます。 八本館二 階 図 内 書室で 設置 の 開 投 催 稿 致 箱 L

柳句会 翔」平成二十六年九月分

雑草にも花庭の草は抜きません

残り物最後は一緒にマゼゴハン

どうぞご鑑賞下さい。 平成二十六年九月開催分の句をご紹介します

虫すだく草叢今は駐車場

クラス会昔の面影どこいっ

ふりかざすかまきり斧にあとずさり

緋

デング熱蚊に刺されるの恐いよね 血圧は看護師により乱れがち 虫しぐれ楽しみつつの終い風呂

圭

腹の虫いそぐなせかすな晩酌だ

、孫はピョンピョン虫力、

夕涼みウチワで飛ばそう加齢息 虫干しや形見となりし母の帯

郎 郎 子 子

前田 和也(協力型 臨床研修医)

最終卒業校:熊本大学

趣味:読書

自分の性格:マイペース

自分のコマーシャル:一年間、短い間ですがよろしくお願

いします!!

乳がん早期発見啓発!

乳がんは、日本女性の12人に1人がかかると いわれているがんです。

乳がんは早期発見であれば、約90%の人が治癒 すると言われていますが、乳がんの検診を受けて いる人は3人に1人程度であるのが実情です。

早期発見啓発活動として様々な団体が活動してい ますがそのシンボルとなるのがピンクリボンです。



今年、人吉医療センター では、乳がん早期発見の願 いを込め、10月のピンクリ ボン月間にあわせ、ピンク リボンツリーを2階外来に 設置いたしました。

- 10月のフレッシュマンセミナー報告

10/2 溝口 真依「ほくろ占い」

10/9 生島 優「細菌室の仕事」

10/16 優喜「HKT48のご紹介」 下木

10/23 谷脇 佳奈「私が行ってみたい世界の絶景」

谷口 智美「黒川温泉について」 10/30

10 月の勉強会報告

10月9日(金)人吉乳腺カンファレンス

虫干しを母とした日はセピア色 長話しおなかの虫がさわぎだす

佐津子 カヅ子

佐

犬をひき早期散歩秋のかぜ

これこそと自信の川柳だれも見ず

出穂期に天気は上上野良散歩 育ちゆく菜をちょっきりと根切り

1. 「女性特有の悪性腫瘍に関わる内分泌の話題 |

人吉医療センター 産婦人科 部長 大竹 秀幸先生

2.「乳癌ホルモン療法のおはなし~長期にわたる治療 だからこそ知っておきたいこと~」

人吉医療センター 薬剤科

嘉村 基樹 がん薬物療法認定薬剤師

シリーズ ヨーガ Vol.6

ヨーガで"ゆるやか、和やか、心地よか

体側を伸ばす体位 [三日月の体位、三角の体位、など]

体の前面、背面、側面を伸ばすことによって背骨がしなやかにな ります。又胸部を両方に屈伸することで、胸かくが発達し、肋間筋 を弾力的にして、呼吸機能を高めますし、腹部周辺の内臓の働きを よくします。背骨の中を走っている神経組織にも影響を及ぼし、座 骨神経や、関節炎、背痛などにも良い効果をあらわします。

さらに、体の側面だけでなく、首の側面、足の側面も伸ばします ので、足首、ひざ、腿(もも)、ふくらはぎなどを柔軟にして、足 を均等に発達させます。体の左右の不均衡さを正すのにも、効果の あるポーズです。

☆一口メモ:正確に行っているかどうか時にはチェックしましょう。 それには先ず、両かかと、腰、両肩、頭、伸ばしている腕をピッタ リと壁につけ、壁から離れないようにして、正確な体側の伸ばしを 体感しそれを意識して行うようにします。

参考本: 「ヨーガ全書 |

日本ヨーガ禅道友会教師 菊池 純子

当院では毎月1回菊地先生のご指導の下、ヨーガ教室を開いて います。ご興味のある方は、是非ご連絡下さい。

Tel: 0966 (22) 2191 総務企画課

