

★賛助会員（団体）様をご紹介するコーナーです。

賛助会員（団体） 神戸健康共和国 大石川診療所 ご紹介 賛助会員（団体）紹介シリーズ8

特定医療法人 神戸健康共和国  
大石川診療所  
事務長 安田 忠彦

平成2年10月設立の診療所で民医連加盟の、神戸健康共和国 大石川診療所です。

場所は灘区篠原南町5丁目1-1、都賀川近くにあり春は桜がきれいに咲いて、お花見で賑わっている風景をよく見かけます。近くには、同じグループのヘルパーステーションあす灘があり、連携をとりながら、医療・介護活動を行っています。

診療所の規模は小さいですが、2000人近い組合員さん、地域の皆さんに支えられています。診療科目は内科で、午前診は外来診療、午後は往診、夜間診療は水曜日、金曜日になっています。

設立当初から「気軽に安心してかかれる、地域に根づいた診療所づくり」を目指しています。現在では、当たり前になっている車での「送迎サービス」を以前より行っており、約80名の患者様が利用されています「送迎車のおかげで通院できる」と喜ばれています。

近くにお越しの際には、ぜひお立ち寄りください。



### 認知症予防ステップアップクラブのご案内

ステップアップクラブ…とは？

『住み慣れた場所でいつまでも元気に!!』を目標に  
仲間と楽しく認知症を予防するための集まりです!!

日程：1月18日（第3月曜日）2月22日（第4月曜日）3月21日（第3月曜日）

会場：ヒュータワー住吉館ギャラリー（東灘区役所西側）

担当：認知症予防専門士（看護師・歯科衛生士・管理栄養士）

〈申し込み・問い合わせ先〉

主催 認定NPO法人認知症予防ネット神戸  
658-0051 神戸市東灘区住吉本町  
2-13-7 2F 事務局

#### カフェタイム（午前の部）

開催時間：11:00～12:30

参加費：ワンコイン500円（飲み物付き）

認知症のこと、予防のこと、どなたでも気軽に相談できるカフェです。

◎認知症予防専門士による早期発見の相談会や認知症予防教室の案内

◎タッチパネルを使った「脳の元気度チェック」の体験

#### 運動タイム（午後の部）

開催時間：2:00～4:00

参加費：1000円

（水分補給の水・お茶は持参のこと）

座ってできる筋力アップ体操とステップ台・ボールを使ったジュアルタクスで脳活性化にチャレンジします。適度な運動は認知症予防に有効とされています。何よりも、みんなとわいわい、そして継続することが認知症予防のポイントです。

※ お得な回数券がございます。（500円券12枚綴り 5000円）

※ 午前・午後共ご参加の場合は、昼食をご持参いただいても結構です。