

2017 No.89
春 号

無料 / TAKE FREE

ご自由にお持ち帰り下さい

社会医療法人かりゆし会の広報誌

あすなろ

■特集■

合併症の発症を低減する 周術期の口腔ケア



タイトル 『まほうのビー玉』 絵画の詳しい情報は 15 ページへ！

手術のために入院される方を対象に

平成29年4月1日

口腔ケア科を
開設しました

合併症の発症を低減する 周術期の^{こうくう}口腔ケア

文

歯科衛生士

幸喜 奈緒子(こうき なおこ)

うがいでは取り除けない歯垢

歯垢^{しこう}はうがいでは取り除くことはできません。一日数回歯みがきをしている方でも、歯と歯の間や歯と歯茎の間にはいくらかの磨き残しがあります。歯垢は、私たちが生き続けている限り口の中で増える事はあっても、決して無くなる事はありません。もし、丸一日歯みがきをさぼったらたちまち口の中は歯垢だらけになってしまいます。また、食事をしないからといって、歯みがきをしなくても良いわけではありません。

普段、私達は食べ物を噛む事で菌も移動し、食べ物を飲み込む時に一緒に飲み込んでいます。また、噛む事で唾液腺を刺激して、たくさんの唾液を出しています。食事

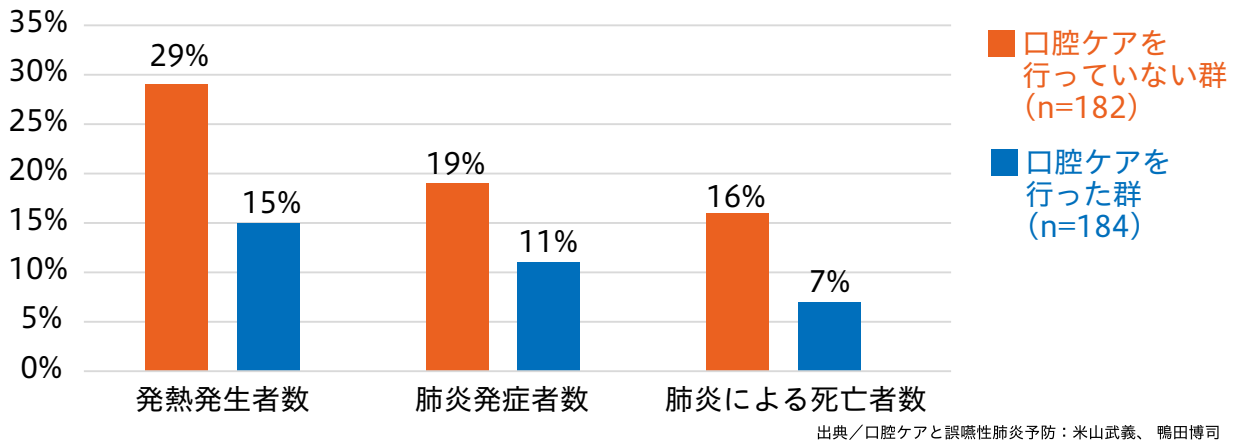
が取れない状況が続くと、口腔^{こうくう}内の菌が増え、唾液も少なくなり菌が口腔内に留まりやすくなります。唾液が減っていく原因には、加齢、薬の作用、喫煙などがあります。

唾液には「消化作用」、発音や会話、咀嚼^{そしゃく}※¹や嚥下^{えんげ}※²をスムーズにする「円滑作用」、細菌感染から体を守る「抗菌作用」、唾液のpH(ペーハー)を一定に保ち細菌の繁殖を抑える「緩衝作用」、歯の表面に膜を作り歯を守る「保護作用」、エナメル質の再石灰化を促進する「抗脱灰作用^{こうだっかいさよう}」、食べ物や細菌を洗い流す「自浄作用」があり、日常生活の中でなくてはならない存在です。

※1 食べ物を細くなるまで噛むこと

※2 食べ物を胃へ飲み下すこと

図1 口腔ケアを行っている群と行っていない群の比較



重大なリスク因子 歯周病

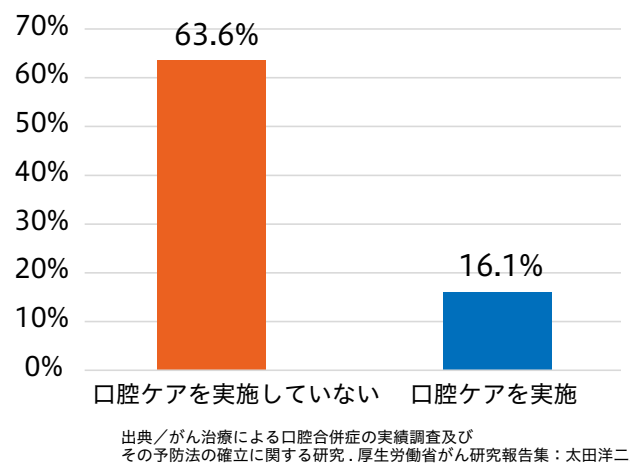
歯石がついたままになっていると歯周病が進行していきます。歯周病は、疲れたり体調を崩したりして体の免疫力が落ちた時などに、歯肉がムズムズする、歯肉が腫れる等の症状が出たり、普段の歯みがきで歯肉から血が出る位の症状しかないのに、気が付いたら歯がグラグラして抜けてしまう怖い病気です。また、近年、歯周病は糖尿病の悪化や脳や心臓の血管が詰まりやすくなるなど全身の病気を進行させてしまう重大なリスク因子であることが解明されています。また早産や低体重児出産のリスクにもなっています。そこで重要になってくるのが口の中の菌を少しでも減らす為の歯みがきと、歯科医院で定期的に歯石などを除去する事です。

周術期^{※3}の口腔ケア

歯と口のケアは、虫歯や歯周病予防の為だけでなく、全身の健康を守るためにも大切です。口から気管チューブを挿入する全身麻酔時の歯の損傷や、口腔内の細

菌を肺に押し込めてしまうことで起こる
ごえんせいはいえん
誤嚥性肺炎のリスクがあります。また、がん化学療法による口腔粘膜のトラブルから起こる嚥下障害など、何らかの口腔機能の

図2 口腔ケア介入による頭頸部再建手術の術後合併症 発生率



※3 周術期とは？

周術期とは、入院、麻酔、手術、回復といった患者の術中だけでなく前後の期間を含めた一連の期間をいいます。一般に手術に必要な3つの段階、術前、術中、術後が含まれます。

低下がみられ、歯みがきだけでなく機能面からのケアが欠かせません。当院の周術期口腔ケアは、口腔内の歯や粘膜、舌などの汚れを取り除く器質的口腔ケアで入院中の口腔内のトラブルやリスクを減らす事^{図1,2}を目的としています。

基本はセルフケアとプロフェッショナルケア

口腔ケアの基本は、自分自身で行う毎日のケア（セルフケア）と歯科医師・歯科衛生士による口腔清掃についてのアドバイス、専門的な歯面清掃および口腔機能に対するリハビリテーション（プロフェッショナルケア）です。

一人ひとり、口の中の環境はみんな違います。歯がたくさん残っている人、少ない人、入れ歯の人、歯並びが悪い人、口が小さい人、口が開きにくい人、みんなそれぞれ口の悩みも違います。個々に合った口腔

ケアをする事で口の悩みを少しずつ解消していき、またセルフケアができるように歯みがき指導も行い、入院中の口腔内の乾燥対策、誤嚥性肺炎の予防などに務めていきたいと思っています。



口腔ケア前後の比較（上）ケア前（下）ケア後

口腔ケア科の診療体制（2017年4月1日現在）

※一般の歯科とは異なり、手術のために入院される方を対象に口腔ケア科をご案内しております。

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	萩原 泉	-	-	野澤 彩江	-	-
午後 14:00~17:00	仁村 文和	-	-	野澤 彩江	-	-

口腔ケア科
担当医



仁村 文和
(にむら ふみかず)



野澤 彩江
(のざわ あきえ)



萩原 泉
(はぎわら いずみ)

ハートライフ病院 看護部便り

「高校生インターンシップ・ 病院見学会を開催しました」

文

看護部長
宮平 典子(みやひら のりこ)



ハートライフ病院では平成 29 年 2 月 18 日（土）に高校生を対象としたインターンシップ・病院見学会を開催しました。

看護職に興味のある高校生を対象に、看護職の業務内容を説明するという内容で、ハートライフ病院をはじめ、ハートライフ地域包括ケアセンターやハートライフクリニックの見学を行い、働く現場の雰囲気伝える事で、今後の進路を決定する際の動機付けになればとの思いを込め実施しました。

近隣の西原高校・北中城高校・宜野湾高校・南風原高校・首里東高校の 5 校から 33 人の生徒が参加し、目をキラキラと輝かせた活気ある表情から、私たち主催者も元気をもらいました。

施設内見学しているなかで、看護職だけ

ではなく放射線技師にも興味があるという声があがり、急きょレントゲン室や CT 室、マンモグラフィ室なども見学しました。

終了後の茶話会では、「もっと他の部署も見てみたい」「看護師になるにはどうすればいいの?」「放射線技師になるには?」「卒業したら、就職しようかな?」などの活発な声もあがり、とても嬉しくそして頼もしく思いました。また、他校の生徒との交流の場となり有意義な時間を過ごす事ができました。

「これからの未来を背負っていく子供達へ・・・あなた達が主役です!!」

本会を開催するにあたり、ご協力頂いた各校の進路指導部の先生方、当院関係者の方々に厚く御礼申し上げます。



腸内環境を整えて便秘を予防！

オクラと納豆の生春巻き

栄養価 (1人あたり※1)

エネルギー	94kcal
たんぱく質	4.3g
脂質	2.1g
炭水化物	15.1g
食塩相当量	0.9g
食物繊維	3.0g

腸内環境が悪くなると悪玉菌が増え、腸の働きが悪くなり便秘になりやすくなります。発酵食品や、食物繊維をとることで善玉菌を増やすことができます。今回は、発酵食品である納豆と、食物繊維が豊富なオクラを使った手軽にできるレシピをご紹介します。ソースはお好みでどうぞ！

●材料 (2人前) ●

1. 生春巻きの皮…………… 2枚
2. 納豆…………… 1パック
3. オクラ…………… 40g
4. 水菜…………… 30g
5. 市販のスイートチリソース
または市販のドレッシング…… 適宜

●作り方 ●

1. 納豆は付属のたれを入れて混ぜておきます。
2. オクラは洗い、沸騰したお湯で1～2分中火でゆでます。
3. 水菜は洗って水を切り、適当な大きさに切っておきます。
4. 生春巻きの皮に霧吹きで水をかけ、水菜、オクラ、納豆をのせて巻きます。
5. 生春巻きを食べやすい大きさに切り、皿に盛りつけて出来上がり！お好みのソースをつけてお召し上がり下さい。

ワンポイント

納豆やオクラのネバネバ成分「ムチン」は、腸内環境を整えてくれるほかにも、消化促進や食後血糖値の急上昇を抑える、血中コレステロールを下げるなど色々な働きがありますよ！



調理/調理師
ずけらん しゅん
瑞慶寛 瞬

レシピ監修/管理栄養士
とまり
渡真利 ゆりか

※1 ソースをスイートチリソース 10g とした場合。



みんなでお手軽 エクササイズ

リューザバンドでいつでも!どこでも! ヘアゴムエクササイズ! Part ①

監修

理学療法士
長嶺 敦司(ながみね あつし)

モデル

健康運動指導士
平良 早陽香(たいら さやか)

今回は「ヘアゴム」を使った体操を紹介します。この体操は100円ショップなどに売られている「ヘアゴム」を使用した体操で、長さを変えて強度を調整したり、手首に巻いてゴムバンドを携帯すればウォーキングの合間に運動を行う事ができます。

強さ	名称	かたち	作り方
	1本		ヘアゴムを輪にして2つなぎます。
	2重		つなげた輪を重ねて2重にします。
	片方2重		片方の輪を2重にします。
	4重		2重をさらに重ね4重にします。

お尻の横側の体操



- ① 足首に4重にしたヘアゴムを掛け横になり、右図のように片方の足は曲げて片方の足は伸ばします。



- ② 足を天井方向に上げます。その際、つま先を天井方向に向けず、体を捻じらないように注意して下さい。左右10~20回行いましょう。



ゆっくりとゴムの引っ張る力を感じながら行いましょう。

おしりの体操



- ① 足首に4重にしたヘアゴムを掛け、四つ這いになり片方の足をうしろに伸ばします。



- ② 膝を曲げないように、足を体のラインまで上げます。その際、あごを上げないように注意して下さい。左右10~20回行いましょう。

足をこの線まであげます。腰は反らさないように!



ゆっくりとゴムの引っ張る力を感じながら行いましょう。

予防医学センター 人間ドック 通信

『人間ドック 体験レポート』

人間ドックって聞いたことはあるけれど、「いったい何をするの?」「会社の健康診断と何が違うの?」といった疑問を持っている方も多いのではないのでしょうか。人間ドックは特定健診や健康診断に比べて検査項目が多く、目的に合わせて検査を選べたり、オプション検査を組合せたりできるのが特徴です。今回はハートライフ病院で実施している『日帰りドックAコース¥32,400(税込)』をモデルコースに実際の人間ドックの様子をレポートします!

監修 保健師 桃原 勝美(とうばる かつみ)

1 受付

検査のため、前日の20時から何も食べない状態でお越し頂きます。ハートライフ病院8階で予め送付されている検便と検尿、問診票を提出し受付を済ませ、更衣室で検査着に着替えて頂き、いよいよ検査のスタートです。



2 身体測定



身長・体重・血圧を測定します。また、メタボリックシンドロームの目安であるへそ周り(腹囲)も測定します。



3 採血



血液検査で生活習慣病に関する項目(糖代謝、脂質や肝機能等)を調べます。



4 心電図検査



心電図の波形によって、不整脈や心筋梗塞、狭心症・心肥大等の心臓の異常や状態を調べます。



5 眼底・眼圧検査



眼底の写真を撮影して、糖尿病・高血圧・動脈硬化などによる眼底の変化を調べ、眼圧検査では、緑内障の可能性がないか調べます。



6 腹部超音波検査



お腹に超音波をあて、主に肝臓・胆のう・腎臓・すい臓・ひ臓などの臓器を調べます。

オプション
検査も
受けられます!

基本の検査以外にもオプション検査を追加することでより充実した検査を受けられます。

- 腫瘍マーカー ¥1,620~
- 頭部MRI及びMRA ¥21,600
- 胸部ヘリカルCT ¥10,800

- 乳腺超音波検査 ¥3,240
- 子宮がん検査 ¥3,240
- 骨粗鬆症検査 ¥2,160

- ヘリコバクターピロリ抗体検査 ¥1,620
- ※全て税込みです。
※これらはオプション検査の一部です。
※オプション検査は各検査の合間に行われます。

7 肺機能検査



吐いた息の総量や、換気力（吐く息の速さ）を測定します。気管支ぜんそくや肺気腫などの可能性が無いか調べます。

8 視力検査



裸眼視力、いつも使っているメガネやコンタクトレンズでの矯正視力を測ります。

9 聴力検査



耳の病気・騒音・加齢などによっておこる聴力の低下を調べます。

10 保健師・看護師 問診



事前に記入して頂いた問診票をもとに、当日の体調や病歴について確認します。

11 胸部 X 線検査



肺炎・肺結核・肺がんなどの呼吸器疾患の有無や心臓の大きさと胸骨の形が分かります。

12 医師による診察



心臓や肺、腹部の聴診や視診、触診、問診を行います。

13 胃の検査



胃X線検査

バリウムを飲んでレントゲン写真で胃の表面の状態を調べます。

胃カメラ(オプション)

口または鼻から小型カメラのついた管を挿入して、胃・食道・十二指腸を観察し、必要な場合は粘膜の一部を採取し、良性・悪性を調べます。

14 医師による結果説明



血液検査の説明や胸のレントゲン・胃の検査・腹部超音波検査などの結果説明を行います。

15 健康相談



当日の健診結果から食生活や飲酒習慣、運動などの日常生活について適切なアドバイスを行います。

おつかれさまでした

検査終了後はお食事をお召し上がりください。結果報告は3週間をめどに送付します。



こんにちは 患者相談 窓口です

おきなわがん情報ネット 「みるん・しるん」をご存知ですか

文 医療ソーシャルワーカー 西田 悠希子(にしだ ゆきこ)



おきなわがん情報ネット「みるん・しるん」は、沖縄県内のがん治療の現状について発信しています。沖縄県のがん治療の状況、がん罹患・死亡の現状について「見て知ってほしい」という思いから開設されました。「みるん・しるん」では、以下の情報をみることができます。



沖縄県でがん治療を行なっている 17 病院（院内がん登録※を実施している）のがん治療状況を見ることができます

病院、または身体の中の部分（部位）かで、調べることができ、グラフや表で状況を見ることができます。

※院内がん登録とは、当該病院を受診し、がんと診断または治療を行なった方を病院が登録します。



がんの精密検査ができる施設を探すことができます

健康診断、がん健診、人間ドックで気になる結果が出たとき、お住まいの地域でがんの精密検査ができる施設を調べることができます。



沖縄県のがんの現状についてみることができます

沖縄県のがん罹患数（がんになった方の数）、がん死亡数を見ることができます。また、市町村ごとのがん検診受診率も見ることができます。

詳細については、下記にお問い合わせください

琉球大学医学部附属病院 **がんセンター**

ホームページアドレス <http://mirunshirun.jp>

TEL 098-895-1369

連携診療所紹介

ハートライフ病院は2017年4月現在で、307件の診療所と連携しています。

牧港クリニック 「痛みの治療センター」

【住所】〒901-2131 浦添市牧港4丁目24番地7
【TEL】098-871-1500 【FAX】098-871-1501

診療科目 麻酔科、ペインクリニック、整形外科

※牧港クリニックは予約制です。受診の際にはご来院前にお電話にてお問い合わせ下さい。



牧港クリニック「痛みの治療センター」は、19床の有床診療所として、平成17年3月1日に開院致しました。

診療科目は麻酔科、ペインクリニック、整形外科で、痛みの総合的診断・治療が行えるように手術室、CTスキャン、サーモグラフィ、入院病床19床を完備しております。
頭痛、顔面痛、脊椎疾患による難治性の頸・肩・腰・下肢痛、複合性局所疼痛症候群(CRPS)、帯状疱疹、三叉神経痛、がん性

疼痛などの正確な診断と、痛みの除去または緩和のための治療を行います。

今年で13年目を迎えましたが、院長をはじめスタッフ一同、これからも地域の皆様に信頼される質の高い医療を提供できるよう日々精進してまいります。どうぞよろしくお願い致します。



牧港クリニック
「痛みの治療センター」

院長 平良 豊 先生

資格・認定等

医学博士（広島大学）
日本麻酔科学会麻酔科専門医
日本ペインクリニック学会専門医



■牧港クリニック 「痛みの治療センター」

受付時間	日	月	火	水	木	金	土
午前 8:30～12:00 (初診の患者様は11:00まで)	休診	○	○	○	○	○	○
午後 14:00～17:00 (初診の患者様は16:00まで)	休診	○	○	○	○	○	休診

休診日:土曜日午後・日曜日・祝祭日

※牧港クリニックは予約制です。受診の際にはご来院前にお電話にてお問い合わせ下さい。

地域医療連携室

～開放型病院・開放病床のおはなし～

開放型病院・開放病床とは、当院と連携して頂いている先生が入院を必要と判断した患者さんがいる場合に自由に利用できる病床のことです。当院は開放病床として22床を提供しています。

ハートライフ病院の医師と患者さんのかかりつけ医が共同で診療を行うことにより、患者さんは当院での診療から退院後のかかりつけ医による診療と一貫した継続診療が受けられ、入院中も普段から受診している先生の顔を見ることもでき安心してつながります。

医療は、患者さんを中心に身近な地域で提供されることが望ましいとの考えから、当院の設備（ベッドや検査機器など）を地域の先生方に自由に使って頂けるよう開放し、協力して患者さんの継続した病気の治療と健康維持を目指しています。

かりゆし会に新たな仲間が加わりました！



入職式の様子

平成29年4月1日に本年度の入職式が行われ、医師や看護師・医療技術者・事務職など合わせて87名の方が、かりゆし会の新しい仲間に加わりました。入職式が終わると、全職種を対象とした総合オリエンテーションを開始。オリエンテーションでは、消防訓練や個人情報保護教育など社会人として働くために必要な基礎教育をはじめ、医療倫理や医療廃棄物についての講習が行われました。新入職員らは、期待と緊張感の中、地域医療へ尽くす決意をみなぎらせていました。これから、診療現場で皆様のお役に立てるよう頑張りますので宜しくお願いします。



接遇講習の様子



消防訓練の様子

平成**29**年度 かりゆし会 新入職医師紹介

私たちがかりゆし会で皆さまの診療にあたらせて頂きます。
健康維持・治療に最善を尽くしますので、よろしくお願いいたします。



形成外科
石川 昂央
(いしかわ あきひさ)



形成外科
石原 千尋
(いしはら ちひろ)



循環器内科
金城 太貴
(きんじょう たいき)



外科
西垣 大志
(にしがき たいし)



口腔ケア科
仁村 文和
(にむら ふみかず)



口腔ケア科
野澤 彩江
(のざわ あきえ)



口腔ケア科
萩原 泉
(はぎわら いずみ)



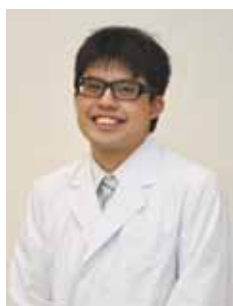
耳鼻咽喉科
比嘉 麻乃
(ひが あさの)



整形外科
鷺崎 郁之
(わしざき ふみゆき)

初期臨床研修医紹介

ハートライフ病院で2年間の初期研修を行う事になりました。どうぞ宜しくお願い致します。



石川 樹
(いしかわ いつき)



石嶺 伝羽
(いしみね でんば)



嘉陽 安美子
(かよう あみこ)



平良 志子
(たいら ゆきこ)



山城 謙人
(やましろ けんと)

●ハートライフ病院をご利用の患者さん、ご家族の皆様へ●

ハートライフ病院は、「医師卒後臨床研修指定病院」です。医師卒後臨床研修指定病院とは、医学部を卒業し医師免許を取得した医師が、最初の2年間に基本的な知識や手技を身につけるために籍を置くことができる病院です。

診療に際して研修医が診療を行う場合がありますが、その際、研修医の診療については指導医が責任を持って指導いたします。

皆様のご理解をよろしくお願いします。

News

かりゆし会からのお知らせです。

ハートライフ病院

ハートライフ病院が地域災害拠点病院に指定されました

平成 29 年 3 月 14 日（火）に当院と中部徳洲会病院、中頭病院の 3 病院が「地域災害拠点病院」に指定されました。地域災害拠点病院は、災害発生時に通常の医療体制では被災者に対する適切な医療を確保することが困難となった場合にも、傷病者の受入や医療救護班の派遣を行うことができる病院です。ハートライフ病院では、ドクターカーの配備などで平時の救急体制にも力を注いでおります。今後も地域の二次救急医療機関として平時・災害時にも地域の皆様のお役に立てよう役割を果たしてまいります。



地域災害拠点病院指定書交付式の様子

ハートライフ病院

こうくう

口腔ケア科を開設しました

平成 29 年 4 月 1 日に口腔ケア科を開設しました。口腔ケアは入院中や手術時（全身麻酔時）の気管挿管の際に、歯が折れたり抜けたりするトラブルや口腔内の細菌が原因で引き起こされる感染症を予防する目的で行われます。一般の歯科とは異なり、手術のために入院される方を対象に口腔ケア科をご案内しております。



ハートライフクリニックで営業しているヘルシーカフェ ohana(オハナ)は管理栄養士がプロデュースするカフェです。「ohana」はハワイ語で家族という意味があり、訪れたあなたに家族の気持ちでお食事を提供します。今の食生活が気になる方は ohana で食事をしてみませんか？モーニング、ランチ、塩分控えめなお弁当やオードブルもご用意致します。

営業時間 8:30 ～ 15:00(L.O 14:30)

電話 098-882-0087

住 所 沖縄県中頭郡西原町字掛保久 288 番地(ハートライフクリニック 2 階)

ブ ロ グ https://www.heartlife.or.jp/blog_ohana/

絵作者紹介

「まほうのビー玉」

今回の扉絵は泊小学校 5年 伊藤 彩水(いとう さな)さんの作品です

カラフルなビー玉をいっぱい転がすと、不思議な風景がうつっている
ビー玉が、現れました。海の魚達が見えます。

わたしは、海が大好きです。

こんなまほうのビー玉が、ほしいです。

作品提供：あがペエ子供造型教室 ☎(098)856-8643



社会医療法人かりゆし会の理念

わたしたちは心と心をつなぐ
信頼される医療を目指します

ハートライフ病院

〒901-2492 沖縄県中頭郡中城村字伊集208番地
TEL.(098)895-3255(代) FAX.(098)895-2534

診療科目

●内 科●呼吸器内科●循環器内科●消化器内科●肝臓内科●血液内科●人工透析内科●腎 臓 内 科
●心療内科●小 児 科●外 科●乳 腺 外 科●食道外科●脾臓外科●血 管 外 科●大腸・肛門外科
●整形外科●形 成 外 科●脳神経外科●産 婦 人 科●泌尿器科●眼 科●耳鼻咽喉科●皮 膚 科
●放射線科●麻酔科(久場良也)●リハビリテーション科●救 急 科●病理診断科
■予防医学センター(特定健診、人間ドック/2日ドック・半日) ■内視鏡センター
■無菌治療センター ■悪性腫瘍相談支援センター ■ヘルニアセンター

外来診療 ※診療科によって診療日、受付時間、診療時間が異なります。お問い合わせのうえご来院下さい。

受付時間	診療時間
月～金 8:00～11:30 12:00～16:30 土 8:00～11:30	月～金 9:00～12:00 14:00～17:00 土 9:00～12:00

24時間救急 24時間365日、急病の方を受け付けております。

※左記以外の時間は救急扱いとなります。

土曜日の午後・日曜日・祝日は休診

ハートライフクリニック

〒903-0101 沖縄県中頭郡西原町字掛保久288番地
TEL.(098)882-0810(代) FAX.(098)882-0820

診療科目

●糖尿病内科
●内 科
●小児科

外来診療 ※診療科によって診療日、受付時間、診療時間が異なります。お問い合わせのうえご来院下さい。

受付時間	診療時間
月～金 8:00～11:30 13:00～16:30 土 8:00～11:30	月～金 9:00～12:00 14:00～17:30 土 9:00～12:00

休診日
糖尿病内科/土曜日・日曜日・祝日
内科・小児科/土曜日の午後・日曜日・祝日

付属施設

疾病予防運動施設 Ryuew-ZA (リューザ)

営業時間

午前 9:00～12:30
午後 13:30～17:00
土曜日・日曜日・祝祭日は休み

ヘルシーカフェ ohana (オハナ)

営業時間

月～金 8:30～15:00 (ラストオーダー14:30)
土曜日・日曜日・祝祭日は休み

ハートライフ地域包括ケアセンター

〒903-0103 沖縄県中頭郡西原町字小那覇1606番地
TEL.(098)944-3300(代) FAX.(098)944-3311

■住宅型有料老人ホームはーとらいふ
■デイサービスはーとらいふ
■ケアプランセンター はーとらいふ

■ヘルパーステーション はーとらいふ
■訪問看護ステーション はーとらいふ

お問い合わせ

受付時間

午前 8:30～午後 17:30 月曜日～金曜日 (土曜日・日曜日・祝祭日は休み)

かりゆし会についての詳細・最新情報は
ホームページからご覧いただけます。

かりゆし会

検索

URL <https://www.heartlife.or.jp/>



QRコード

Universal Design

UD FONT
by HIRAGINO

本誌はユニバーサルデザインコーディネータ検定準2級取得者の確認・校正作業を経て発行しています。

広報誌「あすなろ」はユニバーサルデザイン(UD)の考え方にに基づき、より多くの人へ適切に情報を
伝えられるよう配慮した見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。