

社会医療法人かりゆし会の広報誌

2018 No.92
新年号

無料 / TAKE FREE

ご自由にお持ち帰り下さい

あすなる

患者満足度調査の 結果について



タイトル 『にじ色マンション』 絵画とオブジェの詳細な情報は 15ページへ！

社会医療法人かりゆし会

新年のあいさつ



社会医療法人かりゆし会

理事長 ^{あさと}安里 ^{てつよし}哲好

明けましておめでとうございます。毎年、自然災害が日本列島において発生し、九州では熊本県の地震、福岡県・大分県では河川の氾濫や山林の土砂崩れ等で甚大なる被害を受けており、早急な復旧復興が望まれますと共に、今年こそは^{あんねい}安寧な一年で有りたいものです。

昨年は東館が落成し、明るい陽射しの中で診療ができ、患者さん職員共に喜びもひとしおのようです。産科病棟と婦人科病棟は明るく華やかな雰囲気^{あまねい}で運営され高い評判を得ています。今後、東館と27年目を迎える本館（日本で最初の全室個室）、そして35年目を迎える西館との3世代の建物で、「私たちは心と心を結ぶ信頼される医療をめざします」を理念に掲げ、中南部東海岸の医療・保健・介護を担って行きたいと思えます。

ハートライフ病院は今年の8月22日で満30歳の設立30周年を迎えます。10月18日（木）に30周年記念講演会・記念祝賀会を開き、日本医師会会長・アジア大洋州医師会連合会長・世界医師会会長の^{よこくら よしたけ}横倉 義武先生をお招きして、記念講演と記念祝賀会の祝辞を頂くことになっています。

更なる30年への一歩として、今後の5～10年の展望を示してみたいと思えます。感染しても増悪しないC型肝炎の治療薬やがん免疫細胞療法の開発等、医療は新たな時代に入っています。当院においても、がんのステージIII・IVに対し、AIを用いた手術に加え、免疫細胞療法やゲノム解析を加味した化学療法、そして放射線療法の四位一体となった治療のできる施設を準備したいものです。また、沖縄県の大腸がん死亡率は男女それぞれ2位、1位と著しく高く、予防や早期発見、集学的治療を進めたいと思えます。40歳以上の方は便潜血の検査を受け、40歳から54歳の方は5年に1回、55歳から64歳の方は4年に1回、65歳から74歳の方は3年に1回の大腸カメラ検査をぜひとも受けて頂きたいです。ほかにも大血管疾患や不整脈の治療も充実発展して欲しいものです。さらにITを利用した地域医療連携の充実として、ハートライフ病院とハートライフクリニックが100%の双方向連携が出来ている様に、他の医療機関・調剤薬局・介護施設等とも、可能な限りITによる情報の共有を今年中に進めて行く予定です。

かねてから要望の大きかった立体駐車場の建設が決定しました。工事のため4か月程皆様にご迷惑をおかけすることを、ご容赦頂きたいと思えます。

結びに、今年も皆様にとって健やかで実り多き年でありませう願いたします。



ハートライフ病院

院長 おくしま 奥島 のりひこ 憲彦

皆様、あけましておめでとうございます。おかげさまでハートライフ病院は今年の8月に開設30周年を迎えることとなります。これもひとえに地域の皆様の暖かいご支援のおかげだと心より感謝申し上げます。

年々、患者数増加に伴い病院が手狭になり病院機能の拡張が必要になってきました。現在、「10年後も沖縄県中南部東海岸地域の中核病院としての役割を果たす」ことができるように増改築工事が進行しています。昨年、9月には東館がオープンし、大部分の科の外来が明るく開放的な空間へ移転しました。また、産婦人科病棟も東館へ移り、太平洋の海原を眺めながらゆったりとした静かな個室で快適にお産をする環境が整っています。ほかにも最新鋭の血管造影室が新設され、不整脈に対するしょうしやくじゆつ焼灼術、脳血管内治療が始まっています。今年も引き続き手術室の増室やリハビリ室、救急外来や内視鏡センター、予防医学センターの改修を行います。騒音や診療の面でもご迷惑をおかけしておりますことを心からお詫び申し上げます。また、今年は当院敷地内（食堂とまと前）に約160台が収容可能な立体駐車場を建設し、現在より多くの駐車が可能となります。完成までは駐車場がさらに狭くなり多大なご迷惑をおかけしますことを重ねてお詫び申し上げます。

最後になりますが、皆様のますますのご健康とご多幸をお祈りいたします。



ハートライフクリニック

院長 やまもと 山本 としかず 壽一

新年あけましておめでとうございます。ハートライフクリニックは近隣の皆様のご支援のおかげで利用者数が年々増えてきました。小児科では急性疾患の治療、内科では風邪や胃腸障害のような急性疾患から、糖尿病や高血圧症、気管支ぜんそくのような慢性疾患の治療。疾病予防運動施設 Ryuew-ZA(リュウザ)では生活習慣病の改善や予防、他にもヘルシーカフェ Ohana(オハナ)をご利用される方など、多くの皆様にハートライフクリニックを利用して頂きました。

ハートライフクリニックは沖縄の健康寿命を取り戻すことに尽力したいと思っています。健康のための治療行動には正しい医学的知識が必要です。さらに一人で継続することは大変難しく中断される方も多いようです。ハートライフクリニックは今年の干支である戌のように、ある時は激励し、ある時は一緒に伴走する事で、皆様の健康行動をリードして行きたいと思えます。

最後になりましたが、皆様とご家族のご健康とご多幸をお祈り致します。



ハートライフ地域包括ケアセンター センター長 みやひら 宮平 のりこ 典子

新年明けましておめでとうございます。

ハートライフ地域包括ケアセンターは、今年で開設3年目を迎えます。

超高齢社会に突入し、医療・介護は増々社会に求められています。

当施設は、現在入居者80名となりましたが、医療度や介護度の高い入居者も多くなってきました。そのような中、介護職の採用は未だ厳しい状況にあります。利用者の皆様に、安全で安心して生活して頂ける空間を提供する為には、職員の定着が重要課題となります。それらを踏まえ昨年度より、職員の離職防止を目的に管理者を対象とした出前セミナーの受講や処遇改善を行い、少しずつではありますが離職率の低減に繋がっています。

職員は「利用者、入居者の方々を大切に思っている。」「親切、丁寧な対応を心かけている」という思いで日々の業務に従事しております。

平成30年度はデイサービスと訪問看護の業務拡大を目標に地域住民の皆様のお役に立てるよう、職員一同頑張っ参りたいと思います。今後とも入居者、利用者の皆様そしてご家族の皆様のご指導、ご鞭撻の程宜しくお願い致します。

本年も皆様にとって、幸多き年でありますように心よりお祈り申し上げます。

平成29年度

患者満足度調査

患者満足度調査は、ハートライフ病院が平成29年10月23日(月)から10月24日(火)に2日間の調査を実施しました(病棟のみ6日間)。ご協力頂いたみなさまには心よりお礼申し上げます。

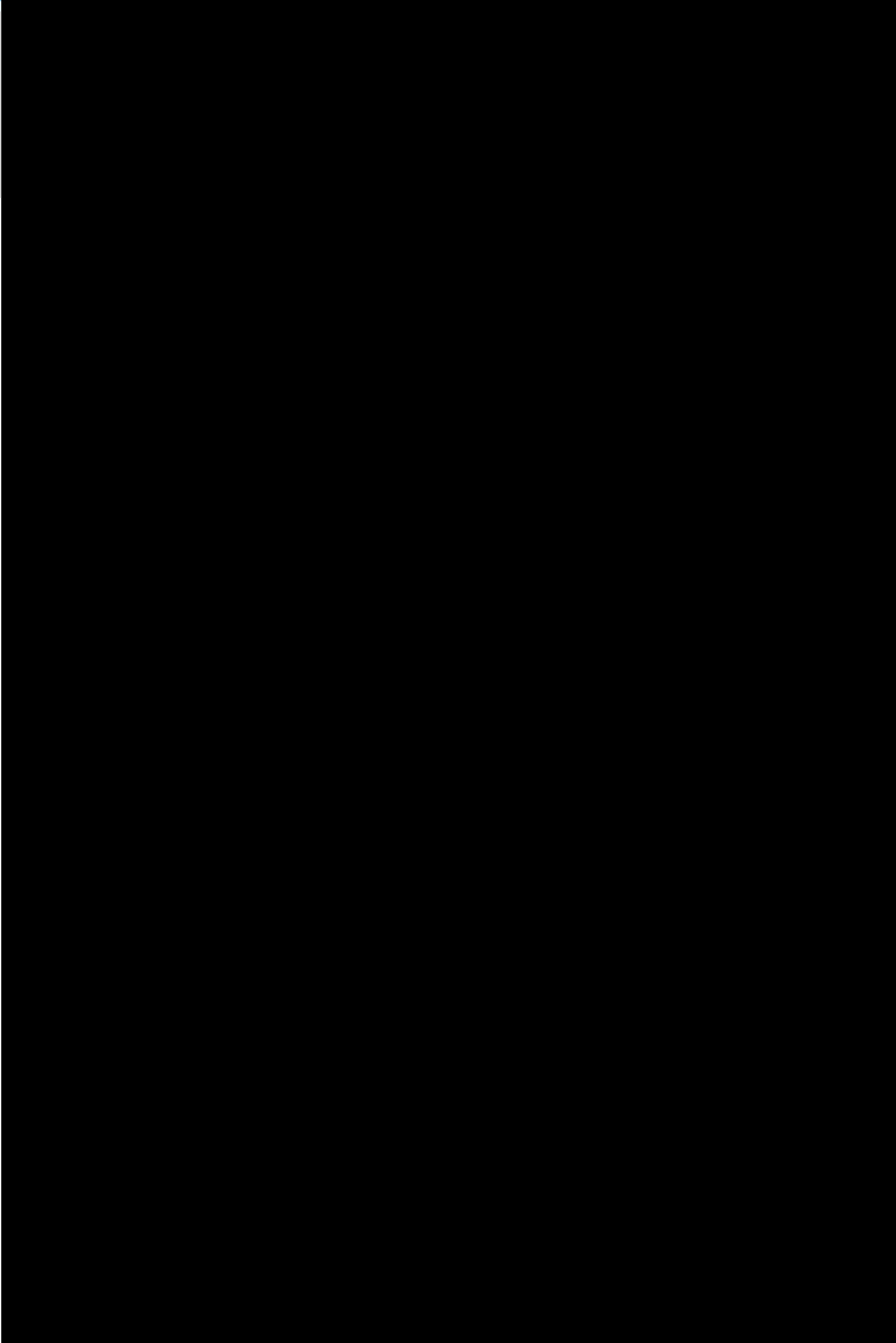
本調査は、当院をご利用頂いているみなさまからの当院への評価や満足度を把握し、問題点の改善や満足度の向上に役立てるものです。本誌に調査の結果をまとめましたので主な項目を一部抜粋しご報告致します。

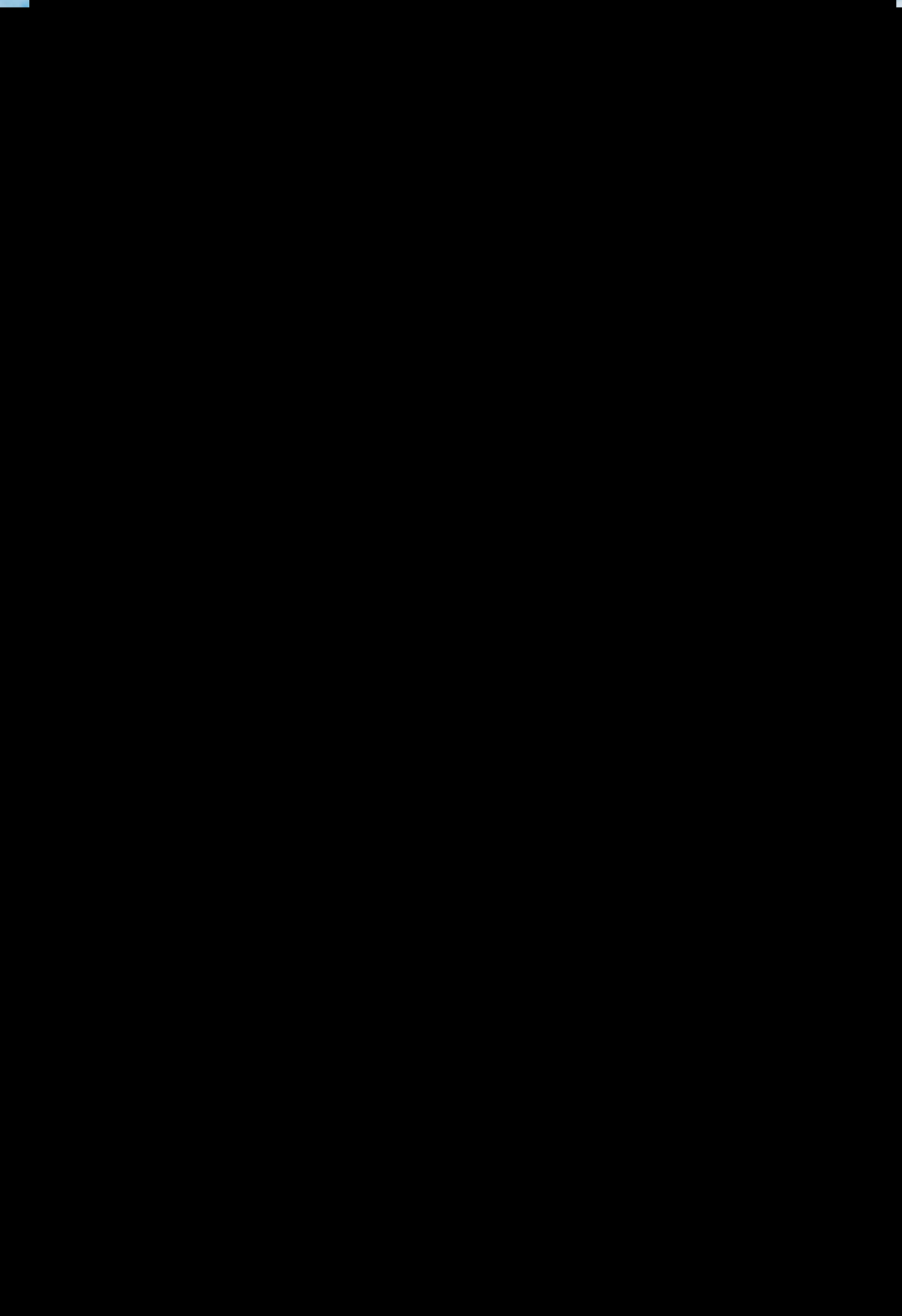
平成30年1月吉日
社会医療法人かりゆし会 ハートライフ病院
患者満足度向上委員会

調査日時:平成29年10月23日(月)から10月24日(火)の2日間

※病棟のみ平成29年10月23日(月)から10月28日(土)の6日間

調査場所:ハートライフ病院 外来・各病棟・透析室・人間ドック・内視鏡センター





立体駐車場建設に伴う工事のお知らせ

【工事期間】平成30年1月6日～平成30年5月15日(予定)

【工事場所】ハートライフ病院 食堂とまと前駐車スペース

完成イメージ図

現在、平日の午前中は駐車場が混雑し当院をご利用の患者さん・ご家族の皆さまへ多大なご迷惑とご不便をおかけしていることに対し、心より深くお詫び申し上げます。

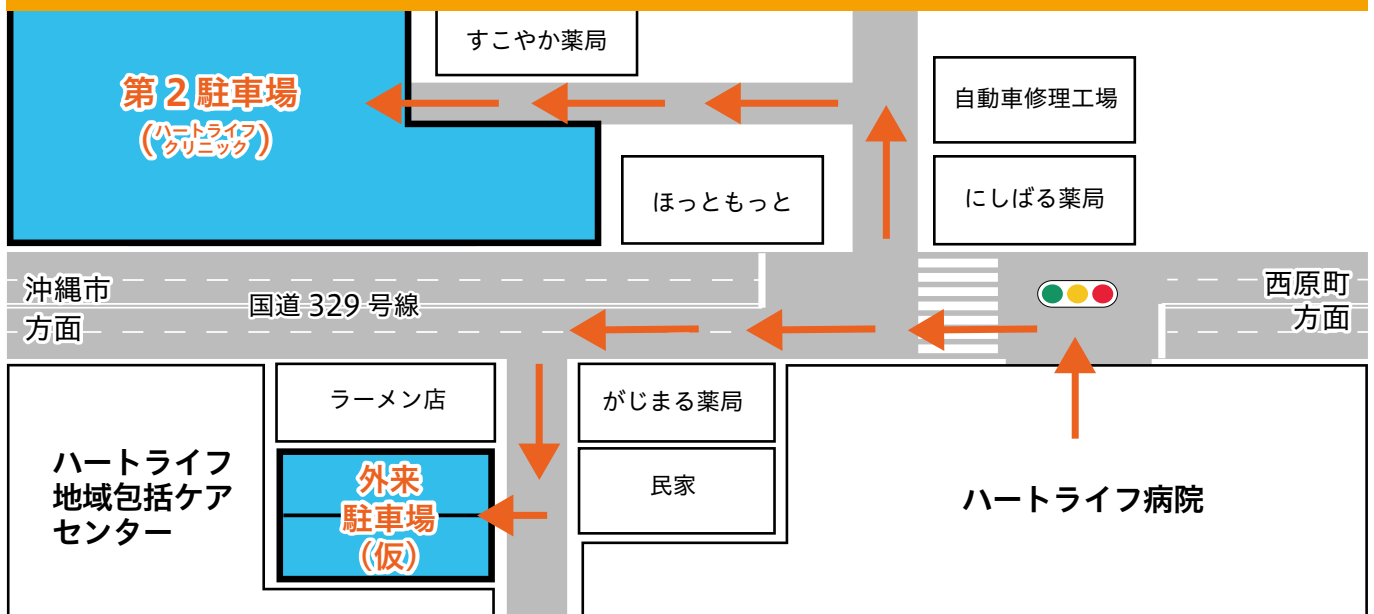
このたび、現状の駐車スペース不足を解消すべく、当院駐車場敷地内（食堂とまと前）へ立体駐車場（約160台収容）の建設を行う事となりました。

なお、建設工事に伴い駐車場の一部区域に関して使用ができなくなります。臨時駐車場を用意しておりますのでそちらをご利用下さい。

完成までの期間は引き続きご負担をおかけすることになり、誠に申し訳ございませんが、何卒、ご理解頂きご協力を賜りますようお願い申し上げます。

臨時駐車場のご案内

病院向かいの「第2駐車場」、または「外来駐車場(仮)」をご利用ください



利用可能時間

第2駐車場
外来駐車場(仮)

6時30分～20時30分(月曜～土曜)
10時00分～14時00分(月曜～土曜)

予防医学センター 人間ドック

通信

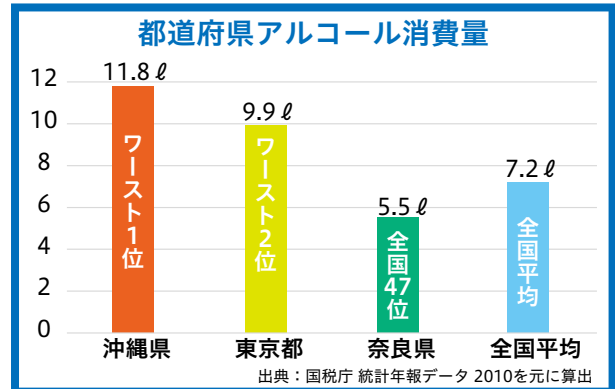
適正飲酒で肝臓を守ろう ～知っていますか？適正量～

文 保健師
桃原 勝美 (とうばる かつみ)

年末年始は、忘年会や新年会など飲酒の機会が増える時期です。アルコールは適量であれば百薬の長と言われていますが、過度の飲酒は生活習慣病のリスクを高める事が指摘されています。

沖縄県の年齢調整死亡率で肝疾患は、男性はワースト1位、女性はワースト2位であり、年齢階級別では働き盛りの30～50歳の死亡率が高い事が特徴的です。更にアルコール性肝疾患の死亡率（人口10万人対）は、全国の男性は6.6人に対して沖縄県の男性は12.6人、全国の女性0.8人に対して沖縄県の女性は1.1人と、全国と比較して高い状況にあります。この要因として、沖縄は飲酒の機会が多い事や泡盛など地域に根付いたお酒文化があり、飲酒に対して寛容である事が挙げられます。そのためか「節度ある適度な飲酒量」を知っている人の割合が、全国の5割に対して沖縄県は2～3割にとどまっているというデータがあります。

また、成人1人あたりの飲酒量は、全国平均で年間7.2リットルに対し、沖縄県は11.8リッ



トルと1.6倍で全国1位となっています。

適正飲酒量の3倍にあたる1日の純アルコール量60g以上を大量飲酒といいます。大量飲酒は、アルコール性肝疾患や脂肪肝などの肝障害や、消化器がん、アルコール依存症などのリスクを高めます。

肝臓は「沈黙の臓器」と言われる程、異常があっても症状が現れにくく、自覚症状が出る頃には病状が悪化している場合があります。沖縄のお酒文化を背景に、適正量を知り週2日以上のお酒の休肝日を取る事で、沖縄県民の肝臓を守る事ができます。肝臓を労わり、楽しみながらお酒と付き合っていきましょう。

適切な飲酒量を知ろう！

皆さんは、ご自身のお酒の適正量を知っていますか？節度ある適切な飲酒量とは、1日の純アルコール量が男性で20g、女性や65歳以上の方、病気治療中の方は10g以下とされています。いかがですか？少ないと感じますか？普段飲んでいる量と確認・比較して節度ある適切な飲酒を心がけましょう。

節度ある 適正飲酒量	お酒の種類	ビール	チューハイ	ワイン	日本酒	泡盛
	アルコール濃度	約5%	約7%	約12%	約15%	約30%
	男性 (20g目安)	中瓶1本 (500ml)	1缶 (350ml)	グラス2杯 (240ml)	1合	0.5合
	女性・65歳以上の方・ 病気療養中の方 (10g目安)	中瓶半分 (250ml)	半分 (175ml)	グラス1杯 (120ml)	0.5合	0.25合

こんにちは 患者相談 窓口です

認知症かも…。気になったら 「認知症疾患医療センター」へ!

文：医療ソーシャルワーカー 高澤 信哉（たかざわ しんや）

1. こんな症状、ありませんか？

もしかすると、認知症！？



物忘れが
気になる



性格が明らかに
変わった



家事や仕事が
出来なくなった



存在しないものが
見える（幻視）

気になったらお近くの認知症疾患治療センターへまずは電話相談を！

2. 認知症疾患医療センターとは？

「病院を受診する必要があるのか？」「認知症と言われたがどうしたらいいのか？」「家族だけではどうすればいいかわからない」などの認知症に関わる相談について、専門の相談員が無料で応えてくれます。

- ① 暮らしを支える専門家や制度の案内
- ② かかりつけ医との連携
- ③ ご本人との関わり方の工夫などの提案 など

認知症疾患医療センターは沖縄県からの指定を受けて、沖縄県内の全6カ所の医療機関に設置されており、病気の治療や安定した生活が続けられるようにお手伝いをしてくれます。

3. 近隣の認知症疾患医療センターはどこ？

当院の近隣にある認知症疾患医療センターは、下記の通りです。

医療機関名	住所	電話番号	担当地域
北中城若松病院	北中城村字大城311番地	098-975-6122	中部圏域
嬉野が丘サマリヤ人病院	南風原町字新川460番地	098-888-3784	南部・八重山圏域
オリブ山病院	那覇市首里石嶺町4丁目356番地	098-885-0485	南部・八重山圏域
琉球大学医学部附属病院	西原町字上原207番地	098-895-1765	全圏域

診療や費用などについてもお困りのことがありましたら、お気軽に当院患者相談窓口までご相談下さい。患者相談窓口はハートライフ病院1階にあります。

朝戸医院

【住所】〒891-9112 鹿児島県大島郡和泊町和泊14番地
 【TEL】0997-92-1131 【FAX】0997-81-4005

診療科目

内科、消化器科、外科、整形外科、眼科



朝戸医院は昭和57年に外科系の有床診療所として開院して今年で36年目を迎えました。島内唯一の外科系診療所ではありませんが、鹿児島大学眼科教室の協力を得て毎月の眼科診療、白内障手術も行っています。

離島というハンデの克服にIT技術を応用しており院内LAN構築、画像、診療データのデジタルファイリング、放射線科専門医

による遠隔画像診断システムの導入、また高速通信回線を利用したリアルタイム映像送受信による遠隔診療を行っています。

みなさまに愛される地域に根ざした自己完結が可能な医療を目指し、スタッフ一同頑張っ参ります。どうぞよろしくお願い致します。



朝戸医院

(右)院長
あさと すえお
 朝戸 末男 先生
 (左)副院長
あさと としゆき
 朝戸 俊行 先生

診療体制

診療時間	日	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	休診	○	○	○	○	○	○
午後14:00~15:30	休診	○	○	○	○	○	休診

休診日:土曜午後・日曜日・祝祭日

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につながります。

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。

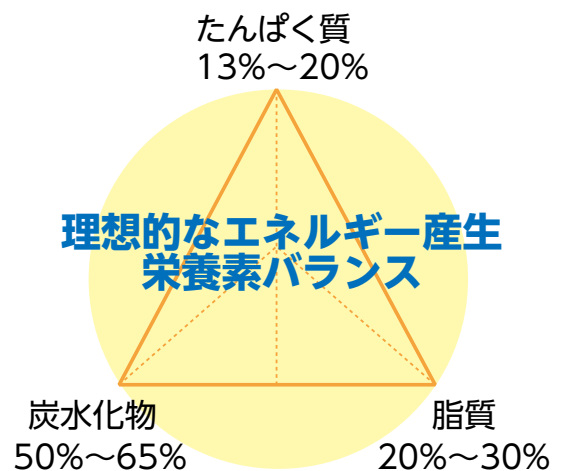
健康まちぐあー

文 管理栄養士 久場 徳子(くば のりこ)

「健康な生活を送るためには適切な食事が大事」。解ってはいるけどつつい栄養の偏った食生活を送ってしまっている方も多いと思います。このコーナーでは健康的な食生活を送るために理想的な栄養素のバランスについて解説していきます。今回は「たんぱく質」について解説します。

タンパク質は炭水化物・脂質とあわせて三大栄養素と呼ばれており、生きていくうえで重要な栄養素です。厚生労働省は『日本人の食事摂取基準 2015年版』で生活習慣病予防としてエネルギー産生栄養素バランスの目安を右記の様に定めています。

ここで一日に必要なたんぱく質の目安量を計算してみましょう。まずは1日のエネルギー量を算出してその数値を元にたんぱく質量を算出します。



計算してみましょう

計算方法

身長 (m) × 身長 (m) × 22 = 標準体重 × 30 = 1日のエネルギー

1日のエネルギー × 健康な一般成人のたんぱく質目標比率% = 求めた数値 ÷ 4 = 1日に必要なたんぱく質の目安量

エネルギー	身長 (m)	×	身長 (m)	×	22	=	標準体重	×	30	=	1日のエネルギー
-------	--------	---	--------	---	----	---	------	---	----	---	----------

1日に必要なたんぱく質の目標比率	上記で計算した1日のエネルギー	×	1日に必要なたんぱく質量13%~20%	=	求めた数値	÷	4	=	1日の目安量
------------------	-----------------	---	---------------------	---	-------	---	---	---	--------

【例】身長 160cm の健康な一般成人

1.6×1.6×22×30 = 1689Kcal が1日の必要エネルギー

1689Kcal×16.5% = 278.6÷4 = 69.6g

身長 160cm の健康な一般成人の場合「約 70g」が1日に必要なたんぱく質の目安量になります。

身長160cmの健康な一般成人の摂取量の目安(たんぱく質約70g)



肉類・魚介類・乳製品・卵類や大豆・大豆製品は、良質なタンパク質（利用効率の良いアミノ酸がバランス良く含まれている）が含まれた食品です。

たんぱく質が不足すると栄養不良に、多く摂り過ぎるとエネルギーの摂り過ぎとなり肥満にも繋がります。ご自身の必要摂取量を把握して栄養バランスの整った食生活を心がけましょう。



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 ④

監修 理学療法士
長嶺 敦司(ながみね あつし)

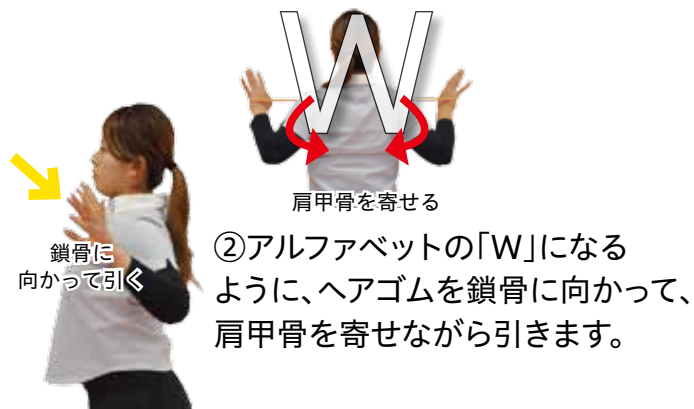
モデル 健康運動指導士
平良 早陽香(たいら さやか)

背中には大きな筋肉があります。背筋は背骨を支え、姿勢を保持する筋肉です。使わないと姿勢が崩れ、猫背のような姿勢になります。最近、スマホ使用が長時間化していることもあり、猫背の人が増えているようです。そこで、猫背姿勢の予防法として「A&W」「もも横こすり」を紹介します。

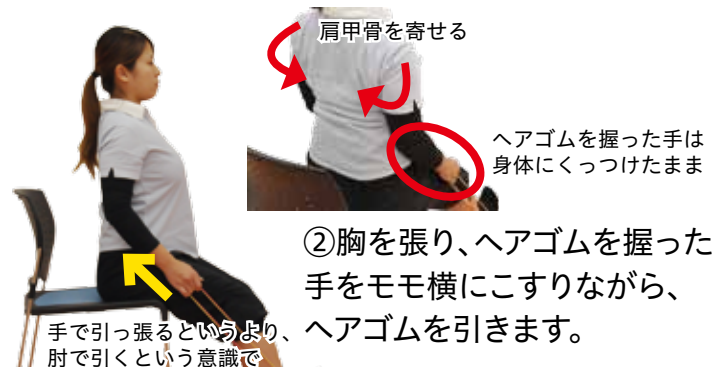
強さ	名称	かたち	作り方
<p>弱い</p> <p>強い</p>	1本		ヘアゴムを輪にして2つなぎます。
	2重		つなげた輪を重ねて2重にします。
	片方2重		片方の輪を2重にします。
	4重		2重をさらに重ね4重にします。

ゴムの引っ張る力を感じながらゆっくりと行うと効果的です!

A&W



もも横こすり

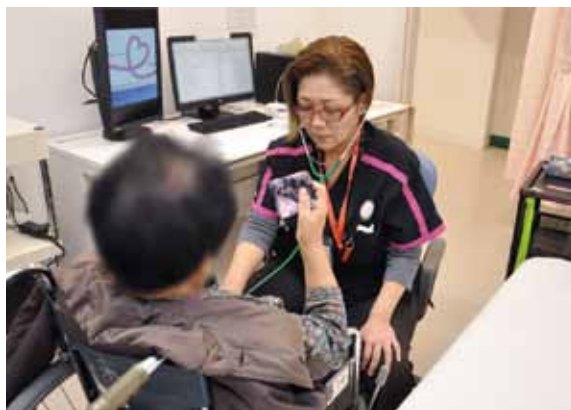


News かりゆし会からのお知らせです。

ハートライフ病院

ストーマ外来を開設しました

ハートライフ病院では、平成 29 年 12 月よりストーマ外来を開設しました。ストーマとは様々な病気や障害に対する手術によって、腹部につくられた排泄口の事です。ストーマ外来では、ストーマを保有されている方が、より安心して快適な日常生活を送ることができるよう支援することを目的としています。ストーマケアを行ったり、ストーマに関するトラブルや心配ごとなどの相談に応じる外来です。



<次なようなお悩みやご相談に対応します>

1. ストーマの周囲が赤い。かゆい。ただれている。痛い。出血がある。
2. ストーマ装具から排泄物が漏れてしまう。
3. ストーマの周囲のお腹が膨れてきた。
4. 使っている装具があわなくなっている。
5. 日常生活（食事・入浴・旅行など）や社会生活上のアドバイスを受けたい。

など、個別相談に対応いたします。お気軽にご相談ください。

担当看護師 皮膚・排泄ケア認定看護師 嘉数 智子(かかず ともこ)

<受診方法>

- ①当院で造設された方は、退院時に予約日を設定します。
- ②初めてストーマ外来を受診される方は下記までお問合せください。

地域医療連携室 098-895-6710(直通)

※受診の際にはご自身で使用されている装具をご持参下さい。



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/

Everyone's voice

みなさまの声。

このコーナーではみなさまから寄せられた
ご意見やご質問とその回答を掲載しています

みなさまからの **ご意見**・**ご要望** をお待ちしております。

投書箱はかりゆし会の各施設の各所に設置しています。詳しくはお近くの職員までお尋ね下さい。ご氏名・ご住所をご記入頂ければ、文書やお電話にて直接回答いたしますので、ご協力のほど宜しくお願い申し上げます。※お寄せ頂いた情報は業務改善とその経過報告のために個人を特定できない形で公開する事があります。

絵作者紹介

「にじ色マンション」

今回の扉絵は沢岨小学校3年 森下 花凧(もりした はな)さんの作品です。

このマンションには、三びきの動物がすんでいます。くまとうさぎとねこです。三びきは、いつもななめにけしきを見えています。それは、まどがななめだからです。こんなふしぎな家は、世かいのどこをさがしてもありません。

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 ●膵臓外科 ●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 ■スポーツ関節鏡センター

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	24時間救急 24時間365日、急病の方を受け付けております。
月～金 8:00～11:30 12:00～16:30	月～金 9:00～12:00 14:00～17:00	※左記以外の時間は救急扱いとなります。
土 8:00～11:30	土 9:00～12:00	

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	休診日
月～金 8:00～11:30 13:00～16:30	月～金 9:00～12:00 14:00～17:30	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
土 8:00～11:30	土 9:00～12:00	

付属施設

疾病予防運動施設 Ryuew-ZA (リュウザ)

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

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。

UD FONT

広報誌「あすなる」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。