

三重病院

# 夏の子ども健康教室2017 開催

〈Healthy Camp〉



採血がんばりました



検査



保護者学習会



スヌーズレン体験

8月4日～5日の2日間、Healthy Campを開催しました。

今回は、三重県内の小中学生とご家族12組が参加されました。

今回の内容は、検査(採血、CT検査等)栄養学習会、みんなで語ろう会、運動時にはバレトン体験しました。

バレトンとは、フィットネス & バレエ & ヨガを組み合わせたエクササイズです。

動きは簡単で、運動経験がない方でも行え、体脂肪・中性脂肪燃焼に効果的と言う事で、初めて取り入れました。みんなで大声を出し、汗もたっぷりかいて、楽しく運動出来ました。

Camp中に、自分の今までの生活を振り返る時間も作り、自分自身で今後の生活目標の設定もしました。2日目には、バレトンインストラクターから自宅で行うバレトン資料も配られ宿題が増えました。皆さんには、目標に向けて充実した夏休みを送って頂きたいと思います。

HCP実行委員(退院調整看護師長)  
仲野 里美



バレトン  
楽しかったあ～



止めて止めて(´-´)



みんなで考えました



自分の生活を振り返りました

## こころふれあいコンサート開催

7月24日(月)、外来ホールと5病棟にて「大野和士のこころふれあいコンサート」を行いました。世界的にご活躍されている指揮者の大野和士さんを主体にNPO法人、平和を運ぶさんなどが協賛し、全国の病院や施設でコンサートを開催されており、今回は三重病院を選んでくださいました。

本格的なクラシックの曲で、大野和士さんの詳細でわかりやすい曲の説明があり、歌手の方々は会場内を歌いながら回って、患者様を楽しませていただき、とても楽しいコンサートでした。音楽はもちろんのこと、衣装や雰囲気も素晴らしく、患者様、スタッフ一同、息つく暇もなく聞き惚れていました。(指導主任 横山 尚子)



## 医療安全川柳 9月

