

十勝発！健康と暮らしの情報誌

HAKUAIKAI MAGAZINE

# とちほく



社会医療法人 博愛会

2023年11月1日発行  
発行人 / 社会医療法人 博愛会

2023 AUTUMN  
NO.129

十勝での健康的な暮らしを応援する情報誌として、  
医療や健康のこと、十勝での暮らしのこと、  
楽しく幅広くお届けします！



十勝発！健康と暮らしの情報誌

HAKUAIKAI MAGAZINE

とがちばれ

2023 AUTUMN NO.129



表紙の  
写真 8

三国峠【上士幌町】  
日本遺産・構成文化財に認定されている上川町と上士幌町を結ぶ国道273号の峠。標高1139mと、国道の峠では北海道一の高さを誇ります。緑新橋からの景色は、松見大橋と、夏は深緑、秋は黄葉の原生林の大樹海、山々が織りなす大パノラマが見事。日本百名道撮影場所にも選出されているフォトスポットです。

2023年11月1日発行

発行人 社会医療法人 博愛会  
編集・制作 広報委員会  
株式会社みんなのことば舎  
デザイン 株式会社福田デザイン

## contents

### 02 とがちばれな人々

社会医療法人博愛会開西病院 副院長、整形外科主任部長

長崎晋矢さん

社会医療法人博愛会法人本部 企画総務、障がい支援担当課長

中野 聖さん

### 05 最新治療を解説します！ メディカル最前線 胃がんの早期発見

### 06 気持ちも体も爽快に！ はればれエクササイズ

### 07 医療・介護の相談室 ささえ愛 vol.3 介護施設選びのポイント！

### 08 厨房とがち 今号のテーマ 消化不良が起きた時に食べたい胃腸に優しい料理

### 09 博愛会ニュースフラッシュ

# とかちばれ な人々



社会医療法人博愛会開西病院  
副院長、整形外科主任部長

**長崎晋矢さん**(写真右)  
大樹町出身

社会医療法人博愛会法人本部  
企画総務、障がい支援担当課長

**中野 聖さん**(写真左)  
帯広市出身

生涯スポーツとして水泳を  
楽しむことを目的に行われて  
いるマスターズ水泳。「健康・友  
情・相互理解・競技」をモットー  
に、本格的な選手権大会から  
フェスティバル形式の大会ま  
で、年齢や能力に応じたさま  
ざまな競技会が開催されてい  
ます。

開西病院に勤務する長崎晋  
矢さんと中野聖さんは、帯広  
の水泳チーム「帯広スイムパル  
(以下OSSP)」に所属し、マス  
ターズ水泳で活躍しています。  
今回はお二人に、水泳への思い  
についてお聞きしました。

健康づくりを兼ねて  
水泳を再開



長崎さんの得意種目は自由型。日頃からスティックに練習を重ねる

**中野さん**…私は小学1年生から6年生まで小学校の少年団で水泳をしていて、大学時代にはインストラクターのアルバイトもしていました。OSPに最初に参加したのは25歳の時。その後、一度やめたのですが、42歳の時に再加入しました。水泳を再開した理由は、運動不足解消のためですね。

**長崎さん**…私は、喘息の治療の一環として水泳を始め、小学4年生から

大学まで続けていました。その後は一度離れたのですが、数年前から再開しました。そのきっかけは、体重コントロールのためでしたが、1人では継続がなかなか難しくして…：そんな時に、関西病院のリハビリスタッフの方に誘われ、OSPに参加しました。

**中野さん**…OSPは、1996年の市営プール新設を契機に、より多くの人たちにマスターズ水泳の楽しさを知ってもらうために結成されたチームです。今では有力な選手たちが集い、その実力は北海道トップクラス。大会への参加や練習などの活動も、地域のチームの中で一番盛んだと感じています。仲は良く、かつ、切磋琢磨できる環境です。同年代の中で良い意味でライバル意識があるので、モチベーションも上がります。きつい練習もみんなで声を掛け合うと頑張れます。

**長崎さん**…同感です。楽しむだけでなく、真剣に頑張る場面を作ることが加入当初の目標でしたが、チームでの練習を重ねていくうちに練習への意欲がより増え、タイムを縮めることができました。私は、元々、知らない人と話すのはあまり得意ではない方。でも、練習時に周りから声をかけてもらえる嬉しものです。この

チームは自分にとって、ホッとできる場所になっています。

それぞれの目標に向かい  
チームで、個人で日々練習

**中野さん**…私は100〜400mくらいの中距離が好きです。健康増進も兼ねて、体全体を動かせるように、バタフライや個人メドレーなど、さまざまな種目に出るようになっています。チームとしての練習は、毎週月曜日の19時〜20時半に行っています。キックやフォーム改善などの練習をしながら、大体2000〜3500mほど泳いでいますね。その他に、個人練習として週3回、出勤前に民間のスポーツジムに行つて、泳いだり筋トレしたりしています。

**長崎さん**…私は長距離が好きで、大会では400・800・1500mに出ることが多いです。私も、チーム練習のほかに、週4、5回仕事終わりに自主練習をしています。ウォームアップ、スイム練習、最後に200m×4本、50分間で2600mを泳ぐのがいつものメニューです。

**中野さん**…長崎先生は最初から最後までラップが落ちず、むしろタイム

中野さんはさまざまな大会・種目に参加し、好成績を収めている



が上がつていくんですよ。こんなに後半が強い人はなかなかいないです。

**長崎さん**…ありがとうございます。

中野さんは屈斜路湖のオープンウォータースイミング大会にも出場していましたよね。

**中野さん**…5000mに参加し、1時間半くらいかけて泳ぎ切りました。競技というより、自然を楽しみながらという感じで、リフレッシュになりました。

※オープンウォータースイミング：湖や海など、自然環境の中で行われる水泳競技のこと。屈斜路湖では例年8月に大会が開催されている。



20～80代まで、幅広い年代が所属しているOSP。和気藹々としながらも、実力者が多くそろった強豪チーム



2022年に行われた「第104回 JSCA北海道ブロックマスターズスイミングフェスティバル」では50連覇を達成

いくつになっても  
目指せ、好タイム

**長崎さん**…私の思う水泳の良いところは、いくつになってもできるところです。体への負担も少なく手軽に長く続けられる、とても良い運動だと思うので、診察をする中で膝腰が痛いという患者さんにも水中運動をおすすめしているんですよ。一方で、年とともに自主練メニューが少し苦しくなってきた、タイムも伸び悩んでいるのを感じます。今後の目標は、これから同じメニューを続けられるように、そしてタイムを落とさないようにすること。練習に打ち込んで、今できる精一杯のことができたと思えた時が、一番好きな瞬間です。

**中野さん**…私が水泳をしていて一番楽しいと思うのは、日常生活では味わえないワクワクや緊張を感じられる、大会の時。普段は会えない友達にも会えますし、結果が出ると嬉しいです。ただ、そこで楽しむためには日々の努力が必要。そういうところも全部含めて、「頑張っているぞ、自分」と思えるところが魅力だと思います。マスターズ水泳の全国大会は数年に1度、北海道で開催されていて、今年3月には札幌市で開催されましたが、そこでOSPは総合優勝することができました。今後も年齢にあらがって、全国の大会で勝負できるように、タイムを上げていきたいです。



OSPの活動場所 帯広の森市民プール「スインピア」

# メデイカル最前線

最新の技術や注目の治療法をドクターが徹底解説します!

今回のテーマ

胃の検査

## 胃がんの早期発見

胃やおなかには、食事、飲食のたびに刺激があり、それなりの活動を催します。しばらくすると、違和感、不快感が解消してしまうことが多く、一時的なものだったと考え、あまり深刻に考えないことが多いのではないのでしょうか？

### 胃周辺の痛み、不快感、違和感

胃周辺の痛み、不快感、違和感、多くの場合、慢性胃炎、逆流性食道炎であると思われます。しかし、同じような症状を呈する病気の中には、胃がんも含まれますので、安易に経過観察でしのぐのは危険であると考えられます。がんの多くは無症状のうちに進行し、症状を呈し始めた頃には進行してしまった状況のことも多く、胃の近くにあるすい臓などは特にその傾向が顕著です。すい臓については、腹部超音波等による検査が有効であると考えられます。一方、胃がんについては、定期健診で発見されるケースのほかに、胸焼け、胃もたれ、みぞおち辺りの痛み等があつて受診し、内視鏡検査などで、発見されるケースが多いです。

### 胃の検査

バリウム検査、内視鏡検査が一般

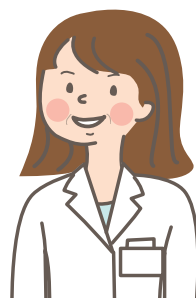
的では、胃周辺のX線、超音波検査などを併用したり、CT等も利用したりすることがあります。内視鏡検査は、鮮明な画像で表面の確認が可能で、病変部(多くの場合はポリープ)があつた場合には切除し、病変部の検査まで可能です。ただし、食道や胃、十二指腸の内側表面の確認にとどまり、周辺の臓器までは確認できません。

### 胃がんの原因

長年、運動不足、塩分の多い食事、飲酒、脂っぽいものの多食が原因ではないかと考えられてきました。今でも危険因子と考えられています。近年ではヘリコバクター!ピロリ菌が原因ではないかと考えられています。一説には、日本人のピロリ菌感染者数は6000万人との推計もあり、この数字は少し大きすぎるような気はしていますが、かなり多くの保菌者がいらつしやるのも事実です。検査・除菌治療を行うことをおすすめします。

## 長堀 陽子

社会医療法人博愛会  
新井病院 院長  
消化器内科 医



### 早期発見・早期治療がカギ

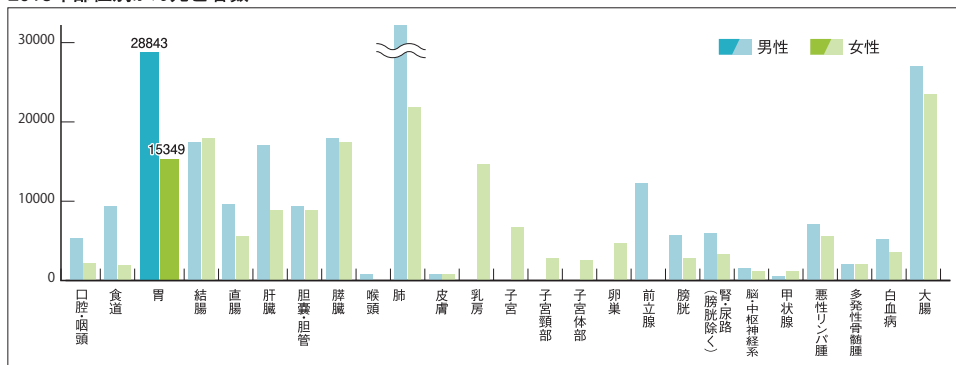
2018年にがんが発見された方は、男性21万8625人、女性14万5959人でした。男性では胃がんは大腸がんに次ぐ2位、女性では5位となっております。多くのの方が罹患されています。主に外科領域の近年の医療技術の向上により、早期発見できれば、かなり高い確率で治ります。一方、進行してしまうと思わしくない状況です。早期発見が有効な疾病であると考えられます。

### 胃がんチェックリスト

- 1 ピロリ菌の保菌者、または過去5年以内に除菌したことがある
- 2 胃潰瘍・十二指腸潰瘍になっている、またはなつたことがある
- 3 慢性胃炎と診断された、または診断されたことがある
- 1 運動不足である
- 2 塩分の多いものをよく食べる
- 3 肥満である
- 4 タバコを吸う習慣がある
- 5 野菜や果物をあまり食べない
- 6 空腹時に胃が痛くなる
- 7 お酒をよく飲む
- 8 貧血や立ちくらみがする
- 9 ファーストフードや炒め物などの脂っこいものをよく食べる
- 10 ご家族に胃がんになられた方がいる

多くの項目に心当たりのある方は定期的な検査をおすすめします。特に太字の項目の一つでも該当される方はご注意ください。なお、該当しなくても、何らかの自覚症状がある場合は、ためらわずに検査されることをおすすめします。

2018年部位別がん死亡者数



出典:国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」(厚生労働省人口動態統計)



# ＼ 気持ちも体も爽快に！ ＼ はればれエクササイズ

Exercise for your healthy life

エクササイズは無理のない範囲で、少ない回数からはじめましょう



介護老人保健施設  
あかしや  
リハビリテーション科  
作業療法士  
科長 鹿内淑恵

今回は  
演歌にあわせて！  
健康体操  
です！

あかしや  
リハビリテーション科  
Presents

こおり健太さんの「夢・種まき音頭」に合わせて行います！

ここでは座ったままバージョンをご紹介します！

1 右から  
首をまわす



♪前奏

2 1回  
手をたたく



♪あソ〜レ

3 左から  
首をまわす



♪前奏

4 1回  
手をたたく



♪あヨイシヨ

5 右足を前に  
踏み込んで戻す



♪夢追い人は  
※♪花を咲かせて

6 左足を前に  
踏み込んで戻す



♪いつの日  
※♪実をつけ

7 1回  
手をたたく



♪か  
※♪る ※5〜7くりかえし  
歌詞は下段

8 右手、右足を外側に  
踏み込んで戻す



♪人の出会いを  
※♪今日の命に

9 左手、左足を外側に  
踏み込んで戻す



♪大切  
※♪感謝し

10 1回  
手をたたく



♪に  
※♪て

11 ほほを膨らませながら手を前に伸ばして  
手まねきをするように



交互に4回

※8〜10くりかえし  
歌詞は下段

♪そうそう 今だよ

12 手を縮めたときに口を結び  
手を前に伸ばすと同時に  
口を大きく開ける



♪今なんだ



交互に2回

13 左側の腰に手をあて  
袋の種をつかむように



♪夢の

14 種をまくように



♪種まき…

15 右側の腰に手をあて  
袋の種をつかむように



♪夢の

16 種をまくように



♪種まき…

17 右ひじを左手で  
3回たたく



♪さあさあ 皆で エンヤコ〜

18 右ひじの内側を  
左手でたたく



♪ラ〜

19 左側で  
手をたたく



♪手と手

20 右側で  
手をたたく



♪繋いで

21 手を縮めて



♪ソ〜レソ

22 上にむけて伸ばす



♪レ〜 2番に続く……



フルバージョンの体操動画をYouTubeで公開しています!!  
QRコードから是非ご覧ください!



「あおがめチャンネル」

あら ひろみ  
室長 荒 浩美

ワークサポートケアマネジャー  
主任介護支援専門員 社会福祉士  
認知症ケア専門士 准看護師  
遺品整理士 終活支援サポーター

医療、介護、終活のこと、企業における  
介護離職問題など、地域のみなさまの  
相談窓口として活動しています。

ささえあい はくあい  
0120-331-891

随時お電話ください



ホームページ



医療・介護の相談室

# ささえ愛

Vol.3

## 介護施設選びのポイント！

ご自身の将来やご家族の今後の生活場所について、悩んでしまうことはありませんか？

今回はよく聞かれる3つの事項について、ポイントをお伝えします。

### ① お金

「有料老人ホーム」と記載のある施設は、入居一時金や敷金など、入居前に費用がかかる場合があります。また、入居費用の他に医療費やオムツ代等がかかる場合もあります。総額がいくらになるのか、担当の方によく確認しましょう。

### ② 医療行為

胃瘻や在宅酸素等、対応できる医療行為によって、その施設で過ごせる期間に差が出てきます。施設生活の中で看護師等の医療職に対応してもらえる範囲を聞いてみるとよいでしょう。

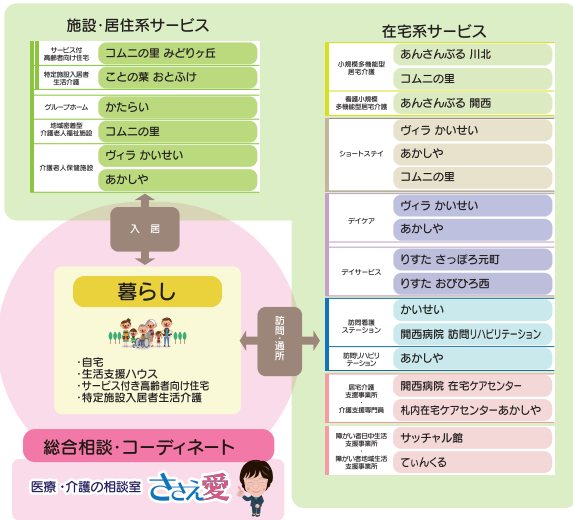
### ③ 立地

住み慣れた場所の近くで過ごしたいというご本人の気持ちは大切です。しかし、例えば病院

受診が必要になった時、ご家族が受診対応をする場合も多く、支えるご家族が関わりやすい立地であることも同じくらい大切です。ご家族とご本人が適切な距離感で居続けられる場所が最適だと思います。

いちばん大切なのは、「将来どんな暮らしをしていきたいか」「これからの生活で大切にしたいことは何か」を一緒に考えながら相談できる人と「くっついておくと」。

医療と介護の相談室ささえ愛では、施設入居についてのご相談も受け付けています。具体的な施設入居希望はなくても、生活や介護に関するご相談から一緒に考えていきます。



## 出張 ささえ愛 個別相談室

毎月 第1・3 曜日 13:30~15:00  
電信通り観光情報街の駅 イランカラプテ  
(帯広市東2条南5丁目14)

お電話または  
予約フォームから  
事前にご予約ください



予約フォーム



電信通り商店街コンセプト『お年寄り・障がいのある方と協働・共生する商店街』に共感し、無料の出張相談室を開催しています。

【開催予定日】

11月2日 11月16日 12月7日 12月21日  
1月4日 1月18日 2月1日 2月15日

## ささえ愛 出前講座

参加無料  
申込不要

毎月 第2 曜日 13:30~15:00

地域支縁くらぶ白樺

(帯広市白樺16条西2丁目2-1ダイイチ白樺店内)



博愛会の各専門職が様々なテーマで出前講座を開催しています。なかなか聞けない「施設のはなし」や「医療費のはなし」などを予定しています。

【開催予定日】

11月9日 12月14日 1月11日 2月8日



# 厨房とかち

十勝の大地で育った栄養いっぱいの食材を  
おいしく食べよう!

今号のテーマ

消化不良が  
起きた時に食べたい  
胃腸に優しい料理

胃腸が弱っている時は、1日3回の規則正しい食事をする、暴飲暴食を避けるなど日頃の生活習慣に気を配ることが大切です。特に酸味や辛味などの胃に刺激がある食べ物や味の濃い物・冷たい物・食物繊維や油の多い食品は避けるようにしましょう。

## 食欲がない時にもオススメ! とろろかきたま汁

### 【材料(1人分)】

そうめん(乾).....10g(半分に折る)  
水.....100cc  
長芋.....30g  
白だし.....小さじ1  
醤油.....3g  
だしの素.....少々  
ほうれん草.....10g  
卵.....20g  
ショウガ.....お好み  
かまぼこ.....6g(スライス2枚)  
青のり.....0.5g

### 栄養価(1人分)

カロリー.....101kcal  
たんぱく質.....5.6g  
脂質.....2.4g  
塩分.....1.5g  
食物繊維.....1.1g  
カリウム.....236mg

### 【作り方】

- 1 そうめんをゆでる。
- 2 長芋をすり下ろす。
- 3 鍋に調味料(白だし、醤油、だしの素)、水を入れて沸騰させる。
- 4 汁の中に水溶き片栗粉を入れてトロミがつくまで混ぜる。
- 5 弱火にし、卵を入れる。
- 6 ゆでたそうめんを一度鍋の中に入れて温める。
- 7 そうめんと汁を器に入れ、②とかまぼこ、ゆでたほうれん草、青のりを振りかけて完成。

長芋のビタミンは熱に弱いため、最後にのせるのがポイントです。

## 弱った胃腸を元気にする 長芋の働き

今回は、粘膜保護する働きもあり、弱った胃腸を元気にする力が高い食品である長芋をご紹介します。

長芋は別名、山うなぎとも呼ばれ、精がつく食べ物として有名です。長芋には、ジアスターゼという消化酵素が多く含まれており、でんぷんを分解し消化を助け、摂取した栄養を吸収しやすくする働きがあります。また、独自のぬめり成分には胃腸の粘膜を保護する働きがあります。

体調が優れない時には長芋とろろで喉ごし良く、さっぱりと食べやすいにゅうめんはいかがでしょうか。栄養豊富な卵と粘膜保護の働きをするビタミンAを含む、青のりをかけることで風味がよくなり食欲アップも期待できます。下痢症状の時に、失いやすいナトリウムやカリウムなどのミネラルも併せて取ることができますのでお勧めです。



介護老人保健施設  
あかしや  
管理栄養士 和田梓

# THE HAKUAIKAI NEWS FLASH

## 博愛会メディカルグループPresents こおり健太 まごころ唄心ライブ開催 2023.10.22



地域の皆さまへの日頃の感謝を込めて『博愛会メディカルグループPresents こおり健太 まごころ唄心ライブ』をとちプラザ1階アトリウムにて開催しました。

事前にお申し込みをいただいた約350名の他、当日の開演時には2階にもたくさんの方がつめかけ、会場内はお客さまで埋め尽くされました。

こおり健太さんの素晴らしい歌声と軽快なトークで感動あり笑いありの素晴らしいステージでした。温かい拍手とご声援で盛り上がり、会場内はたくさんの笑顔で溢れていました。

寒い中、足をお運びいただきました皆さま、誠にありがとうございました。

### 「第64回全日本病院学会in広島」 2023.10.14-15



全日本病院学会が広島県で開催され、博愛会メディカルグループから開西病院 看護介護部科長 櫻井 すみれ看護師が発表者として参加しました。全日病委員会企画外国人材受入事業「日本の外国人介護労働者受け入れの現状と課題」のセッションで、「ベトナム人実習生1名とミャンマー人実習生16名～外国人技能実習生を受け入れて～」の演題発表を行いました。

会場は満席で立ち見も出ており、今後ますます深刻化する人材不足に対応するため、外国人材の採用への関心が高まっているのを実感しました。

### コムニの里みどりヶ丘 見学会開催



【日時】11月26日(日)

①午後1時半～2時半 ②午後3時～4時

【場所】コムニの里みどりヶ丘

北海道帯広市緑ヶ丘8丁目1番32

【お申込み先】0155-58-2800(午前9時～午後5時)

社会福祉法人博愛会のサービス付き高齢者向け住宅コムニの里みどりヶ丘の見学会を開催します。各日2名様限定。お電話にて事前申込が必要です。

また、体験入居も随時受け付けております。まずはこちらまでご連絡ください。

メディアのつながる、集まる、博愛会  
提供ラジオ番組

毎週日曜日 あさ 6:15～6:45

こおり健太の  
まごころ唄心  
STVラジオ

radikoで聞く

### 博愛会のラジオ番組放送中!

やばいぞ博愛会! 博愛会のラジオ番組

博愛会★お達者倶楽部

毎週日曜日 AM11:30～ 放送中!

FM-JAGA 77.8MHz



## 帯広三条高等学校2年生 キャリア教育 (C-project) 職業選択のための病院訪問 2023.09.01



開西病院で、帯広三条高校2年生58名に対して、将来の職業選択に関する授業を開催しました。

看護職、リハビリ職、薬剤師等、希望する職種が定まっている学生に対しては、各部門から直接、仕事の魅力をはじめとした働く人のリアルな声を聞ける、現場での職業体験授業を実施。病院に勤務する職種全般について知りたい学生に対しては、院内の10専門職から直接「仕事の魅力」「資格の取り方」に関する授業をしました。また、院内見学では、普段見る機会が少ない医療機器や設備等を紹介し、多くの学生に興味を持っていただきました。

初めての試みではありましたが、各専門職からの話真剣に耳を傾ける学生の姿を見て、私たちも一層身が引き締まり、業務に取り組む決意を新たにすることができました。

今回関わらせていただいた高校生の皆さんと、将来同じ地域で働く仲間になれることを願っています!



## ささえ愛健康講座 2023.09.28

あおがめヴィレッジにて、開西病院 リハビリテーション科 鎌田 陽一 理学療法士、古川 利裕理学療法士が講師となり、地域の方々16人に健康講座「専門家が伝える 腰痛予防の秘訣」を行いました。

「腰痛」は整形外科での有病率が第1位であり、十勝では車での移動や農作業を行う人が多く、特に丸腰型腰痛の人が多くみられます。日頃から腰の痛みや足のしびれなどに悩んでいる人が参加され、改善策を求めて熱心に聴かれていました。腰痛と健康寿命の関係性、腰痛にならない体の使い方のポイント3つ、睡眠と腰痛の意外な関係性についてなどの講義の他、自分自身の状態を把握するスクリーニングテストや、予防のためのストレッチなどを行いました。ストレッチを行った後は体の動きがとても楽になったと、行う前との違いや効果に皆さん驚かれ、満足された様子でした。



## あとがき

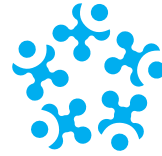
暑かった今年の夏も過ぎ、街路樹が紅く染まり、大雪山黒岳では去年より2日早い10月3日に初冠雪の便りが聞かれました。食欲・読書・実り・芸術・スポーツと盛りだくさんの秋ですね。

今号は、水泳を趣味として、20代から80代までの幅広い年代層が所属する実力派水泳チームで活躍しているお二方にインタビューしました。目標に向かい、チーム練習と自主練習に励み、自己肯定感を高めながらチャレンジしているお二人の活躍から、いくつになっても生活の質を向上させ人生に彩りを添えハツラツと過ごすことができるのだと実感いたしました。

また、10月22日に演歌歌手こおり健太さんをお招きし、「まごころ唄心ライブ」を開催しました。たくさんの方にご来場いただき、寒さも吹き飛ばすほどの熱気と会場いっぱいの笑顔を見し、「推し」活動は幸福感へ影響をもたらし、結果、健康効果があるのではと感じました。

向寒の折、皆様のご健康を心よりお祈り申し上げます。

(栗林)



メディカル。つながる。街つくる。

# 博愛会

メディカルグループ

## 社会医療法人 博愛会

- 開西病院
- 開西病院 健診センター
- 開西病院 在宅ケアセンター
- 開西病院 訪問リハビリテーション
- 新井病院
- 介護老人保健施設 あかしや
- 札幌在宅ケアセンター あかしや
- 介護老人保健施設 ヴィライかいせい
- 特定施設入居者生活介護 この葉おとふけ
- 認知症対応型共同生活介護 グループホーム かたらい
- 看護小規模多機能型居宅介護 あんさんぶる開西
- サテライト型小規模多機能型居宅介護 あんさんぶる川北
- 訪問看護ステーション かいせい
- リハビリ特化型デイサービス リハビリデイリすたおびひろ西
- リハビリ特化型デイサービス リハビリデイリすたさっぽろ元町
- 障害者地域生活支援 ていんくる帯広
- 障害者地域生活支援 ていんくる帯広西
- 障害者地域生活支援 ていんくる清水
- 複合施設あおがめヴィレッジ
- 医療・介護の相談室 ささえ愛
- 介護職員初任者研修事業

## 社会福祉法人 博愛会

- 地域密着型介護老人福祉施設 コムニの里さらべつ
- 地域密着型介護老人福祉施設 コムニの里おびひろ
- 地域密着型介護老人福祉施設 コムニの里まくべつ
- 地域密着型介護老人福祉施設 コムニの里みどりヶ丘
- サービス付き高齢者向け住宅 コムニの里みどりヶ丘

株式会社プライムメディカルサービス  
十勝セントラルキッチンなないろ

株式会社ベーシック