

青い鳥通信 10月号

青山訪問看護ステーション羽曳野

きのこの雑学～10月15日は、きのこの日～

秋に旬を迎えるきのこには、健康維持に役立つ栄養素がとっても豊富！ビタミンやミネラルはもちろん、更に注目したいのは、食物繊維の一種であるβグルカン。糖質や脂質の吸収を抑える効果や整腸作用があり、血糖値の急激な上昇を抑えたりコレステロールの吸収を抑制する効果も期待できます。そして、しいたけ特有の成分であるエリタデニンには、悪玉コレステロールを低下させる働きがあり、血流をよくして血圧を低下させることから動脈硬化や高血圧予防にも効果が期待できます。

看護 空き状況	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	○	○	○	○	○	△
午後 13:00～17:00	○	○	○	○	○	△

リハビリ 空き状況	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	○	○	○	△	△	×
午後 13:00～17:00	△	△	○	×	○	△

精神看護 空き状況	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	○	○	○	○	○	×
午後 13:00～17:00	○	○	○	○	○	×

- 空きあり
 - △ 若干空きあり
 - ✗ 対応できる場合もあります
- お問い合わせください

訪問エリア

- ※ 羽曳野市
- ※ 藤井寺市
- ※ 松原市
- ※ 堺市 東区
- ※ 堺市 美原区

など

thumb up ブログ 隨時更新中

青山訪問看護ステーション羽曳野



スタッフのプライベートな話題が満載(?)

是非、遊びに来て下さい！

<https://www.aoyama-care.jp/care/visit-nursing/>

青山訪問看護ステーション羽曳野

羽曳野市伊賀4-7-3 TEL 072-931-4174

青山訪問看護ステーション羽曳野サテライト藤井寺

藤井寺市野中1-44-1 TEL 072-952-4174

営業日：月～土（祝日 要相談）

営業時間：9:00～17:00

管理者：島貫 久美子

