We love ゆうあい きずなの栞

2018 年 1 月発行
Vol.35
編集・発行　最成病院
☎043-258-1211
http://www.saisei.or.jp

医療法人社団　有相会

最成病院
TEL043-258-1211
最成病院ヘルスケアセンター
TEL043-257-8111
ゆうあい訪問看護ステーション
TEL047-480-2132
介護老人保健施設　ゆうあい苑
TEL047-480-2111
グループホームかしわい
TEL047-480-2165
最成病院　居宅介護支援室
TEL047-480-2133
千葉市あんしんケアセンター
にれの木台
TEL043-445-8012

謹んで新年のお慶びを申し上げます

皆さまには清々しい新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。今年は冬季オリンピック・パラリンピックが平昌で開催されますが、日本や世界の若者の活躍を大いに期待したいものです。

さて、医療・介護の分野では 4 月に診療・介護報酬の同時改定が行われます。少子高齢化社会に対応しつつ社会保障制度を維持するための改革とされています。

最成病院および有相会の各施設は、どのような医療・介護制度の下でも、地域の皆さま一人ひとりが豊かに健康で暮らしてゆけるようサポートしてまいります。常に皆さまに寄り添う有相会であり続けたい、それが私たち職員の新年に臨んだ誓いです。

本年が素晴らしい一年となりますように心よりお祈り申し上げます。

最成病院　院長　鈴木 孝雄

花見川消化器疾患セミナー2017が開催されました

平成 29 年 11 月 28 日、ホテル ザ・マンハッタンにて花見川消化器疾患セミナー2017 が開催されました。

花見川・八千代地区を中心に、消化器疾患の医療連携を円滑に行うことを目的とした会で、今回で 4 回目の開催です。当日は地域の先生方を中心に総勢約 40 名もの方々にご参加いただきました。

一般演題は当院消化器内科部長の眞田昌彦先生が「最近の肝細胞がん診療のピットホール～糖尿病を含めた生活習慣病因子の増加を背景として～」を発表しました。

特別講演では千葉大学大学院医学研究院　臓器制御外科学教授　大塚将之先生に「肝移植をもっと身近に～本邦の現況とわれわれの取り組み～」をご講演いただきました。肝移植の歴史のご紹介から移植医療の現状、困難さ、啓蒙していくことで治療の選択肢が広がることなどをご講演いただきました。移植医療はものすごく大勢の医療関係者が関わる巨大なチーム医療でした。それぞれの職種に高い倫理性を問われる医療であり、中心となる医師のご苦労は計り知れません。貴重なご講演をいただきありがとうございました。

最成食卓便り

第４回となる「最成食卓便り」。
管理栄養士が「手軽にできる」「旬なものを使った」おいしい料理をレクチャーします。
今回は「チキンのトマト煮込み」をご紹介いたします。寒い日が続きますが、心も体もポカポカになるメニューです。ぜひご家庭でお試し下さい。

～チキンのトマト煮込み～

管理栄養士　野島　智香子

【材料４人分】

・鶏もも肉	2枚	・ｳｽﾀｰｿｰｽ	大さじ1
・玉ねぎ	中1個	・砂糖	大さじ1
・しめじ	1袋	・ﾌﾞﾗｯｸﾍﾟｯﾊﾟｰ	少々
・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ	1/2房	・ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ	大さじ1
・にんにく	2片	・薄力粉	大さじ2
・ﾄﾏﾄ缶	1缶		
・固形ｺﾝｿﾒ	2個	〈水切りﾖｰｸﾞﾙﾄ〉	
・水	150cc	・ﾌﾟﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ	1ﾊﾟｯｸ
・塩	少々		
・ｹﾁｬｯﾌﾟ	大さじ1		

＜作り方＞

1. 鶏肉は塩ｺｼｮｳ（分量外）をして一口大に切り、薄力粉を薄くまぶしておく。玉ねぎはｽﾗｲｽ、にんにくはみじん切り、しめじは石づきを取りほぐしておく。ﾌﾞﾛｯｺﾘｰは小房に分け茹でておく。
2. ﾌﾗｲﾊﾟﾝにｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙを熱して、にんにくを入れ香りが出てきたら鶏肉を皮面から焼く。焼き目がついたら皿にあけておく。
3. 同じﾌﾗｲﾊﾟﾝに玉ねぎとしめじを炒めて少ししんなりしたら、ﾄﾏﾄ缶、固形ｺﾝｿﾒ、水を合わせて煮立ったら鶏肉を加え再び煮立たせる。（ﾎｰﾙﾄﾏﾄ缶を使用する時は手でつぶしておくか煮込みながらﾍﾗなどでつぶす）。
4. 砂糖、ｹﾁｬｯﾌﾟ、ｳｽﾀｰｿｰｽを加えて弱めの中火でｺﾄﾄｺﾄ煮詰める。
5. 火が通って水分が少なくなってきたら塩、ﾌﾞﾗｯｸﾍﾟｯﾊﾟｰで味を調える。
6. お皿に盛り、茹でたﾌﾞﾛｯｺﾘｰ、水切りﾖｰｸﾞﾙﾄを添えて出来上がり。

※水切りﾖｰｸﾞﾙﾄを使用しない場合、4の調味料を加える時に牛乳50ccを加えると、まろやかになります。

【水切りﾖｰｸﾞﾙﾄの作り方】

ワンポイントアドバイス

①ﾎﾞｳﾙの上にｻﾞﾙを置いて、ｷｯﾁﾝﾍﾟｰﾊﾟｰをしく。
②その上にﾖｰｸﾞﾙﾄを流したら、表面が乾かないようにﾗｯﾌﾟを被せて、冷蔵庫にしまう。（6時間くらい）
※水切りﾖｰｸﾞﾙﾄは水切りするだけでﾏｽｶﾙﾎﾟｰﾈﾁｰｽﾞみたいに変身します。煮込み料理に添えると、味がとてもまろやかになります。ﾖｰｸﾞﾙﾄから出た水（ﾎｴｰ）にはﾋﾞﾀﾐﾝ、ﾐﾈﾗﾙ成分が豊富に含まれていて、そのまま捨てるのはとてももったいないです。お肉をやわらかくする性質をもっているので、お肉を煮込む時に使うととってもやわらかく仕上がります。

きずな直送便～訪問看護ステーション編～

ゆうあい訪問看護ステーション所長の武田です。皆さんの中には、訪問看護という言葉は聞いたことがあっても、「何をしてくれるの」「どんな人たちがいるの」など疑問が多いのではないのでしょうか。今回だけでは全てを説明できませんが、当ステーションの紹介をしながら説明させて頂きます。

訪問看護とは、病気の方や障がいのある方々が在宅や地域で生活が出来るようにサポートするサービスです。当ステーションは、看護師 6 名と理学療法士 2 名が所属しています。
看護師は病状観察・医療処置・終末期ケア・介護相談などを行います。理学療法士は、自宅環境に合わせてリハビリを行います。使い慣れた家具などを利用することで生活にも自信が持てるようになり行動範囲を広げることができます。

療養中でお困りの方、入院中で自宅に帰りたいけど不安がある方、当ステーションが 24 時間 365 日サポートさせていただきますので、ご安心下さい。ご連絡お待ちしております。

訪問看護ステーションです。
療養中でお困りの方、入院中で自宅に帰りたいけど不安がある方サポートさせていただきます♪

先日は地域へ出向いて訪問看護の講習会を開催しました。

ゆうあい苑にて公開講座を開催しました。

最成病院公開講座として、平成 29 年 11 月 1 日(水)介護老人保健施設　ゆうあい苑にて『認知症予防の大切さ、コグニサイズのススメ』が開催されました。

「コグニサイズ」とは何でしょうか。脳に課題を与え同時に運動をすること。例えば、引き算をしながらウォーキングするということが脳の認知機能の低下を防止する上で、効果があるということが解ってきました。

当日は「認知症の予防」と「運動」という 2 つのテーマへの関心の高さから、30 名を超える地域の方々の参加があり、ゆうあい苑理学療法士 3 名が講師となって、自宅でも楽しくできる幾つかのパターンを実践していただきました。

公開講座終了にあたり、認知症への関心は極めて高く、様々なテーマへのアプローチを望む方々の声をお聞きすることができました。

今後とも地域住民の皆様へお役にたつ情報を提供し続けてまいりたいと考えております。日頃介護・福祉のことでお困りの際は、ぜひゆうあい苑までご連絡下さい。　　ゆうあい苑　☎047-480-2111

3 名の理学療法士が講師です

スライドで説明

実技もわかりやすく

外来医師担当表(2018 年 1 月 1 日現在)　変更がある場合がございます。ご了承下さい。

曜日	時間	内科	外科・消化器科	整形外科	婦人科	循環器科	皮膚科
月	午前	西堀・潤間 芦澤	齋藤 古川	雅樂・眞鍋 佐藤（達）	田中 9:30～	大貫	
	午後	多田・新井 福原	山口 乳腺外来(藤田)	雅樂・成嶋・ 佐藤（達）			
火	午前	多田 中島・西(卓)	鈴木 眞田 10:00～	小川 久保田			青山
	午後	潤間・庭山 伊藤・古口		小川/久保田 (交代制)			松澤
水	午前	多田・齋藤 川島	外科 Dr	雅樂・成嶋 百村		大貫	
	午後	西堀・新井・古口 糖尿病(伊藤)※1	山口	スポーツ診(桜庭) ・根岸・百村 ・※第 2,4 のみリウマチ診(雅樂)			
木	午前	西堀・新井 中津	鈴木 古川	殷 河野・佐藤(博)	田中 9:30～		
	午後	西(慎)・川上 糖尿病(伊藤)		佐藤(博) 第 2,3,4,5　河野			
金	午前	齋藤 黒澤	藤田 齋藤	眞鍋 加藤・吉田	田中 9:30～	大貫	
	午後	亀井・鈴木・呼吸器内科 (14：00～15：45)潤間・ 糖尿病(伊藤)	藤田 眞田	加藤 吉田		宮路	
土	午前	河西 甲斐 西尾	水町	・第 1,3,5 殷・第 2,4 根岸・第 1,3,4,5 佐久間・第 2,4 馬場・第 1 吉田・ 第 2 百村・第 3 幡野・第 5 整形 Dr	田中 9:30～	大貫	
	午後	第 1、3、5 消化器 外来(丸山)・須永・ 中山		・第 1,3,4,5 佐久間・第 2,4 馬場 ・第 1 吉田・第 2 百村・第 3 幡野・ 第 2,4 馬場・第 5 整形 Dr			

※ 糖尿病・循環器外来は紹介状の持参、もしくは当院他科を受診してからの予約となります。
※ 女性医師は赤字で記載しております。 ※ 婦人科外来の診療時間は 9:30～12:00 となります。

ゆうあい伝言板

糖尿病友の会　花友会会員募集

花友会は糖尿病患者さんと、そのご家族、医師、看護師、栄養士、糖尿病療養指導士などのスタッフで作られている会です。皆さんと一緒に楽しみながら学べるイベントを計画して行きます。
糖尿病は長期にわたって治療が必要な病気です。そのために正しい知識と療養を共にする仲間を得ることが力になると思います。
会員は随時募集しております。皆さん、この機会にぜひご入会下さい。
年会費は3,500円です。
〈お問い合わせ〉花友会事務局　☎043-258-1211

糖尿病教室のお知らせ

毎月第４木曜日（13時～14時）に開催中。医師、看護師、栄養士などが、それぞれ専門の観点から「糖尿病」についてお話しいたします。
予約不要、参加費無料で興味のある回だけ参加いただくこともできます。
皆様のご参加を心よりお待ちしております。

編集後記

まだまだ寒い日が続きます。手洗い、うがいでしっかり感染予防をしましょう（S）