



医療法人社団 有相会

最成病院
Tel043-258-1211グループホームかしわい
Tel047-480-2165最成病院ヘルスケアセンター
Tel043-257-8111最成病院 居宅介護支援室
Tel047-480-2133ゆうあい訪問看護ステーション
Tel047-480-2132千葉市あんしんケアセンター
にれの木台
Tel043-445-8012介護老人保健施設 ゆうあい苑
Tel047-480-2111

2020 年 1 月発行

編集・発行 最成病院

☎043-258-1211

<http://www.saisei.or.jp>

Vol.39



院長 鈴木 孝雄

病院長より新年のご挨拶

皆さまには清々しく新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

令和最初の新春です。今年はオリンピック・パラリンピック東京大会が開催されます。半世紀以上前になりますが、1964 年に前回の東京大会が開催されました。私は中学 1 年生で開会式が快晴だったこと、女子バレーが金メダルを取ったことなどよく覚えており、新幹線も開通し、大人も子供も高揚感にひたっていました。

翻って今回は、エンブレムの盗作疑惑に始まり、国立競技場の設計やり直し、そして、マラソン・競歩の札幌開催となんとなく気持ちが悪くありません。しかし、せっかく巨費を投じて、世界各国からアスリートを招いて開催するのですから、世界が一つになる素晴らしいスポーツの祭典になってほしいものです。

さて、私も最成病院そして有相会の職員一同も新しい年にあたりワンチームでこれまで以上に地域に寄り添い、皆さまの健康と福祉を守り抜く所存です。

この一年が皆さまに幸運をもたらしますよう心よりお祈り申し上げまして、新春のご挨拶といたします。

花見川消化器疾患セミナー2019 が開催されました

令和元年 12 月 2 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2019 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、今回で 6 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。

講演 1 はたのセントラル内科院長 内田大学先生に「高齢者糖尿病治療のポイント」をご講演いただきました。今後さらに対象患者の拡大が懸念される治療のポイントを非常にわかりやすくご説明いただきました。



松原久裕先生



講演 2 では千葉大学大学院医学研究院 先端応用外科学 教授 松原久裕先生に「食道癌・胃癌診療－最近の TOPICS－」をご講演いただきました。はじめに先端応用外科の歴史や食道癌のメカニズムをお話いただき、その後、実際の治療法を貴重な動画を交えてご紹介されました。中でも低侵襲化に注力され、口腔ケアをはじめとする術前、術後の管理の重要性など患者ファーストの治療を実践されていることが印象的でした。講演後には懇親会も開催され盛会のうちに閉会となりました。ご参加いただいた皆様、本当にありがとうございました。



演者 内田大学先生



最成食卓便り



第 7 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「やわらか鶏団子〜カレー春雨スープ〜」をご紹介します。この寒い時期に大活躍なメニューです。ぜひご家庭でお試し下さい。

やわらか鶏団子〜カレー春雨スープ〜

栄養価(1 人前) エネルギー348kcal、タンパク質 23.3g、塩分 2.1g

管理栄養士 野島 智香子



【材料 2 人分】

- | | |
|---------------------|------------------|
| ・カレールウ 1 皿分 | ・パプリカ 1/2 個 |
| ・水 500cc | ・鶏ガラスープ 小さじ 1 |
| ※鶏団子の茹で汁だとよりおいしいです。 | ・オスターソース 大さじ 1/2 |
| ・鶏肉団子 10 個 | ・塩 少々 |
| ・玉ねぎ 1/4 個 | ・春雨 80g |
| ・人参 1/4 本 | ・粉チーズ 適宜 |
| ・しめじ 1 パック | ・刻みパセリ 適宜 |

＜作り方＞

1. 玉ねぎ、人参は千切り、パプリカは細切り、しめじはほぐしておく。
2. 水 500 ccをお湯にかけて、玉ねぎ、人参、しめじを煮る。野菜を煮ている間に、別鍋で春雨を指定時間茹でて、ザルにあげて水洗いしておく
3. 野菜が柔らかくなったら、鶏肉団子、鶏ガラスープ、オスターソースを入れてさらに煮込む。
4. カレールウを加え溶かしさらに煮込み、茹でた春雨、パプリカを加え、塩で味を調えて出上がり。お好みでパセリ、粉チーズを散らして下さい。

【やわらか鶏団子の作り方】

【材料】(約 20 個分)

- | | |
|--------------|-------------------|
| ・鶏もも挽肉 250 g | ・片栗粉 大さじ 1 |
| ・卵 1 個 | ・椎茸のみじん切り 3 枚分 |
| ・酒 大さじ 1 | ・生姜のみじん切り 2 かけ分 |
| ・醤油 小さじ 1 | ・万能ねぎの小口切り 1/3 束分 |
| ・塩 少々 | |

＜作り方＞

1. 材料をすべてボールに入れる。
2. 粘りが出るまでよく混ぜる。
3. 鍋にたっぷりの湯を沸かし、スプーン 2 本を使って形を整えながら湯に落とし入れる。
4. 茹であがったら取り出し鶏肉団子の出来上がり。すぐに使わない場合は冷凍庫へ。

※茹で汁はスープ等に利用して下さい！



冷凍可能なやわらか鶏団子。鍋に入れたり味噌汁の具に！

きずな直送便～ヘルスケアセンター～

ヘルスケアセンターは、多田センター長のもと豊富な経験をもつ医師・看護師・検査技師と気配り、心配りに長けたスタッフ一同が最新の検査設備により精度の高い健康診査の提供に努めております。

毎年、人間ドック、成人病検診及びがん検診等で 1 万人以上の方にご利用いただいております。

当センターは、最成病院併設であることを最大限に生かし、万一病気が見つかった場合でも、当院外来で円滑に二次検査や治療を受けられるよう事後のフォローを充実させております。

最近では、身体計測や採血時等のプライバシー保護に取り組むとともに、婦人科診察台を最新の機器に更新し、女性の受診者様が婦人科検診を受けやすい環境づくりにも努めております。

健康年齢を保ち、元気な生活を過ごしていくために、是非一度、当ヘルスケアセンターで「人間ドック」をご利用いただき、ご意見・ご感想をお聞かせください。



ヘルスケアセンターです。

地域の皆さまが健康年齢を保ち、元気に生活できるサポートをいたします。

ゆうあい苑にて公開講座を開催しました

地域公開講座として、令和元年 12 月 11 日(水)～「ちばし いきいき体操」で健康寿命をのばしましょう！～が介護老人保健施設ゆうあい苑にて開催されました。

「ちばし いきいき体操」とは、①筋力体操（転びにくい身体づくり） ②口の体操（おいしく食べて楽しく話せるように） ③認知症予防（頭を使いながら体を動かす運動）以上 3 つ内容を 3 か月の期間で実施するプログラムです。

今回は花見川保健福祉センター健康課から講師をお招きし 2 時間体験コースとして「筋力体操」と「口の体操」を実施していただきました。

いつまでも元気でいたい。できるだけ人に頼らずに住み慣れた地域で暮らしたいと思う地域の方々の思いに応える内容で、2 時間という時間はあっという間に過ぎ、終始明るく和やかな雰囲気につつまれました。

ゆうあい苑では、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。

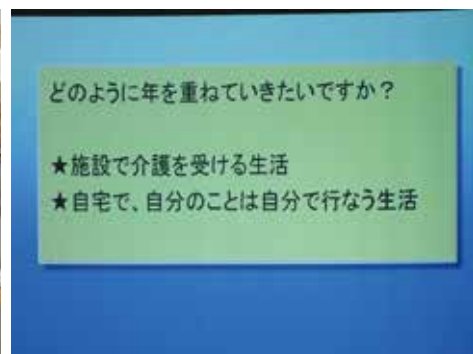
ゆうあい苑 ☎047-480-2111



花見川保健福祉センターの皆様



筋力体操の様子



将来を描くことが大切です

外来医師担当表(2020 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・斎藤 北川	齋藤 古川	雅楽・眞鍋 佐藤（達）	田中 9:30～	大貫	
	午後	多田 福原	山口 乳腺外来(藤田) 13:00～15:30	雅楽・成嶋・ 佐藤（達）			
火	午前	多田 佐伯・中島	鈴木 加賀谷 9～10:00 眞田 10:00～	小川 馬場			栗田
	午後	庭山 伊藤・古口		小川 馬場			栗田
水	午前	多田・宮澤 川島・呼吸器	藤田 9～9:30 鈴木 乳腺外来(太枝)	雅楽・成嶋 百村		大貫	
	午後	西堀・佐藤(貴) 糖尿病(伊藤)※1		スポーツ診(桜庭)・高田・百村 ・※第 2,4 のみリウマチ診(雅楽)			
木	午前	西堀・松田 深見	鈴木 古川 10:00～12:00	小林・桜庭 河野・佐藤(博)	田中 9:30～		
	午後	松田・深見 糖尿病(伊藤)		桜庭・佐藤(博) 河野・脊椎/脊髄診(眞鍋)			
金	午前	佐藤(美) 池村・太枝	藤田 齋藤	眞鍋 佐野・林	田中 9:30～	大貫	
	午後	勝俣 糖尿病(伊藤)	乳腺外来(藤田) 眞田	佐野 林		宮路	
土	午前	河西 甲斐 西尾	加賀谷 第 3 山口	・第 1,3 高田・第 2,4,5 小林・第 1,3,4,5 佐久間・第 2 馬場・第 1 吉 田・第 2 百村・第 3 幡野・第 4 本間・ 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・ 西尾・松本/中島(交代制)		・第 1,3,4,5 佐久間・第 2 馬場・第 4 久保田・第 1 吉田・第 2 百村・第 3 幡野・第 4 本間・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。

