

VOICE

[ヴォイス]

Vol. 15
2016 AUTUMN・WINTER
November・December・January・February

VOICE
特集

ご利用者さまそれぞれのご要望を受け止め、
自宅療養での生活の質を守る 訪問看護ステーション

クローズアップ／訪問看護について
診療科紹介／婦人科
RELAY MESSAGE／変形性膝関節症のリハビリテーション
From 高精度放射線治療センター
地域情報連絡室だより
多根記念眼科病院／マスコットが誕生しました
多根クリニック／人間ドックの助成制度
亀望会／コスモスのかぜ九条南のご紹介
居宅介護支援事業所より／老健てんぽーさん 通所リハビリテーション
ほっ…Time／HAPPY RECIPE「白菜の豆乳煮」
お店 イタリア小料理「Analogica」

INFORMATION



訪問看護に何を期待されるかは人それぞれです。体を看てほしいというのほもちろん相談にのってほしい、中には爪を切ってほしいという要望もありました。そのご利用者さまは白癬菌の感染で爪が変形し、ご家族の方では爪を切るのが困難になってしまっていたのです。このようにご利用者さまの言葉が見逃されやすいポイントを浮き彫りにしてくれるので、どんな些細なことでも率直な言葉でお伝えください。



多根訪問看護ステーションのご案内

お問い合わせ
06-6581-1651
ご予約・お問い合わせ受付時間
平日 9:00~16:00

訪問看護にはご自宅での看取りのサポートも含まれます。ご自宅で最期を迎えるという

ご自宅だからその柔軟なケア

また先のご利用者さまの場合、訪問看護を通じて嬉しい変化もありました。それまで一日中パジャマで過ごされていたのが、訪問がある日は服を着替え、ひげを剃って身だしなみを整えるようになったのです。看護師と交流することによって、家庭内には開かれていかなかった社会性が外にも開き、自発的な行動を促したのでしょうか。その変化はご利用者さまだけでなく、ご家族の生活にも潤いをもたらしてくれました。そんなお手伝いができることは、私たちにとても嬉しいことです。

施設の中では難しいことでも、ご自宅なら柔軟に対応できることもあります。また何が最良のケアなのかは、人によってそれぞれです。まず私たちが多様なご要望を受け入れ、ご希望や状況に応じて最良のケアを提供できるよう努めてまいります。

訪問看護の対象者と利用方法

訪問看護はご自宅で療養されている方に利用していただく看護サービスです。医師に利用の希望を伝え、訪問看護指示書を書いてもらえばご自宅でもご利用いただけます。退院と同時に利用される方だけでなく、自宅療養で介護だけ利用して、さらに訪問看護も利用されるというケースもあります。勘違いされやすいのですが、当グループの多根総合病院に通院・入院している必要はありません。ケアマネジャー、あるいは当ステーションを通して医師に相談していただければ、ご自宅でもご利用になります。ご利用者さまにはまず訪問看護依頼書を提出していただき、そこに記入されているご利用者さまご本人とご家族が希望される看護内容をもとに看護計画を立てます。



ご利用者さまそれぞれのご要望を受け止め、
自宅療養での生活の質を守る
訪問看護ステーション

医療・介護・居宅サービスなど各事業が連携し、シームレスにサービスを提供する『きつこう会ヘルスケアシステム（KHS）』。その中で在宅の患者さまをケアし、生活の質を守りながら医療を提供しているのが多根訪問看護ステーション。地域の皆さまの健康を訪問看護というかたちで支える吉田美登利所長にお話をうかがいました。

在籍人数が多い大規模ステーション

当ステーションに在籍する看護師は勤務年数が長く、経験豊富な者ばかりです。また看護師5名以下で運営している施設も多いなか、当ステーションには14名が在籍。10名以上いる施設は大型のステーションといわれ、手厚いケアや急な依頼にも対応できるほか、人数が多いことでより多くの意見が集まり、看護の質の向上にも役立っています。



クリニックのように身近な存在

婦人科の診療にあたってはお一人あたりの時間を多くとり、また患者さまの訴えやお気持ちをしっかりと汲みとり、総合病院でありながらクリニックのように患者さまに寄り添ったケアを目指しています。一方で総合病院としての強みも生かし、設備の整った環境で画像検査などに素早く対応。不安な時間を少しでも減らし、患者さまに安心していただけるよう努めています。

婦人科の疾患はデリケートなものです。悩みがあつてもなかなか受診に踏み出せない患者さまもいるかもしれません。しかし必ずしも内診など患者さまにとって負担となる診察をするのではなく、お話を聞くだけで診断できる疾患も多く存在します。またガイドラインに従うだけでなく、治療のうえで外せないポイントはおさえつつ、患者さまの選択を尊重した治療を行うなど、女性のお気持ちに配慮した診療を心がけています。

診療科紹介

婦人科

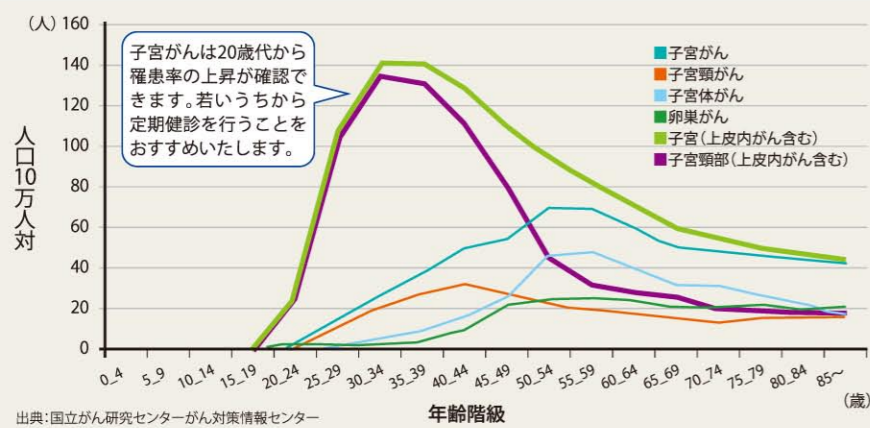
女性の気持ちを尊重した婦人科診療

がんの予防から月経痛まで幅広い診療

月経痛や更年期障害などプライマリな診療のほか、婦人科がんの予防にも取り組んでいます。とりわけ子宮がんは婦人科疾患の中でも一般的に発見しやすく、速やかに診断できる疾患です。初期の段階なら子宮摘出などせず治療可能なため、定期的な検診の受診をおすすめしています。

また、月経痛は我慢するものと思っている方もたくさんいらっしゃいます。しかし現在では良い薬を処方できますので、日常の苦しみを我慢せず気軽に受診してください。更年期障害の発汗、のぼせ、ほてりといった症状にも有効な薬があります。ホルモン剤に抵抗がある方には用量を減らしたり漢方薬を処方するなど対応し、長く治療を続けやすい方法をご提案しています。気になることがあればぜひご相談ください。

年齢階級別 罹患率(全国推計値) 2012年



アクトローズ

CLOSE UP!

在宅の患者さまをケアし、生活の質を守りながら医療を提供

訪問看護について

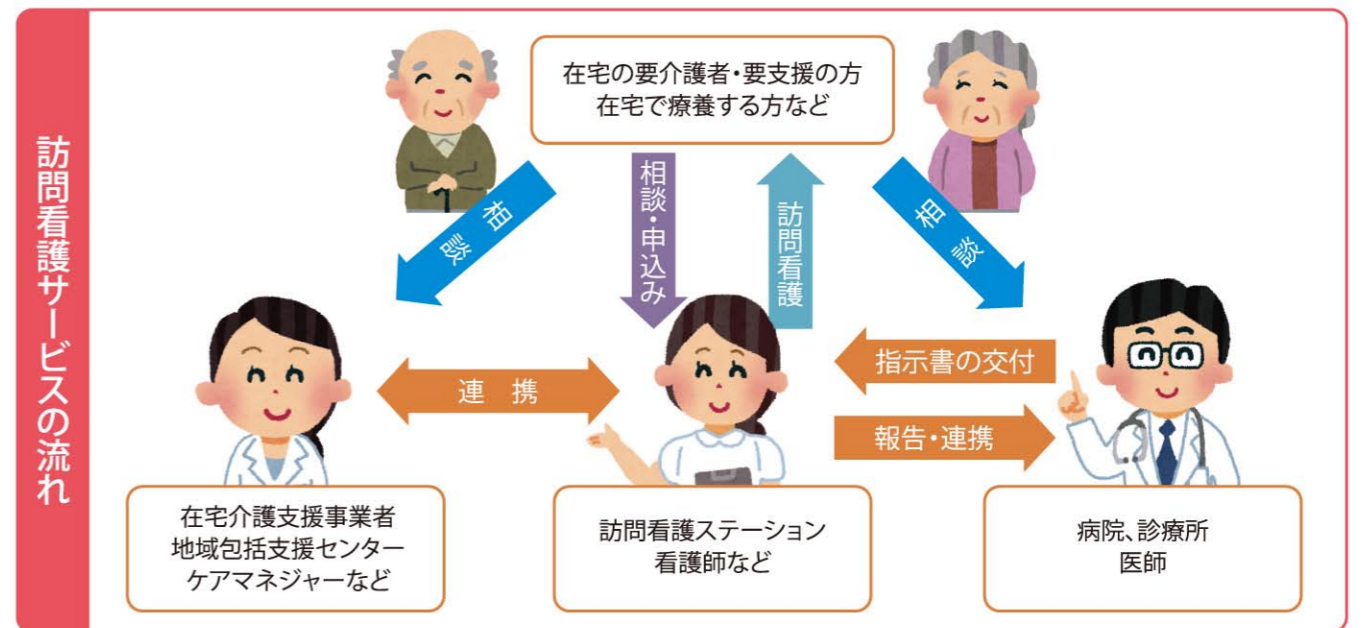
前ページで紹介いたしました訪問看護についてより詳しくご紹介いたします。

訪問看護とは…

訪問看護ステーションから、病気や障害を持った人が住み慣れた地域やご家庭で、その人らしく療養生活を送れるように、看護師等が生活の場へ訪問し、看護ケアを提供し、自立への援助を促し、療養生活を支援するサービスです。

訪問看護を利用できるのはどんな人？

訪問看護のサービスは病気や障害のある方が利用できます。



訪問看護のサービス内容

- 療養上のお世話**
身体清拭、洗髪、入浴介助、食事や排泄などの介助・指導
- 病状の観察**
病気や障害の状態、血圧・体温・脈拍などのチェック
- 医師の指示による医療処置**
かかりつけ医の指示に基づく医療処置
- 医療機器の管理**
在宅酸素、人工呼吸器などの管理
- 床ずれ予防・処置**
床ずれ防止の工夫や指導、床ずれの手当て
- 認知症ケア**
事故防止など、認知症介護の相談・工夫をアドバイス
- 介護予防**
低栄養や運動機能低下を防ぐアドバイス
- ターミナルケア**
がん末期や終末期などでも、自宅で過ごせるよう適切なお手伝い
- 在宅でのリハビリテーション**
拘縮予防や機能の回復、嚥下機能訓練など
- ご家族等への介護支援・相談**
介護方法の指導ほか、さまざまな相談対応



【脚を支える筋力強化運動】

1. 太ももの前の筋肉をきたえる

膝関節を安定させ関節への負担を減らします。

椅子に座って片方の膝を水平に伸ばします。そのまま10秒止めてからゆっくりおろします。



2. 股関節周りの筋肉をきたえる：歩容を安定させるために大切です。

①股関節の外側の筋肉をきたえる運動

横向きに寝て、上の脚を伸ばしたまま股関節を開くようにゆっくりと約20cm上げます。10秒止めてからゆっくりとおろします。上げている脚は前方に出ないように注意しましょう。



②太ももの内側の筋肉をきたえる運動

両膝を曲げて仰向きに寝ます。両膝の間にクッションを挟み、クッションを押しつぶすような気持ちで5秒間力を入れます。



【膝の動きをよくする運動】

脚を伸ばして座り、かかとの下にタオルなどを置きます(すべりやすくするため)。かかとをゆっくりとすべらせて膝を曲げます。次に伸ばします。余裕がある場合は、膝を抱えるようにゆっくりとストレッチをしましょう。



【ストレッチ】

脚の後ろのストレッチ

脚を伸ばして座ります。膝を上から押さえながらからだを前に倒します。その時出来るだけ背中をまっすぐに伸ばしてください。息を止めずに10秒数えます。

余裕があれば、つま先をそらしてください。ふくらはぎもストレッチができます。



- *各運動は10~20回を1日2回行ってください。
- *必ず痛みが出ない無理のない範囲で行ってください。
- *運動療法を行うことで症状が悪化する場合は中止し、整形外科を受診してください。

変形性膝関節症のリハビリテーション

年齢とともに痛みを感じる膝。階段の昇り降りや膝の曲げ伸ばしがしづらくなるなど日常生活に支障が出ている場合があります。今回は膝関節の軟骨のすり減りや半月板の傷みにより起こる変形性膝関節症についてご紹介いたします。脚を支える筋力を強くする運動もご紹介していますので、ぜひお試しください。

【変形性膝関節症とは】

正常な膝関節では関節の表面は軟骨で覆われています。弾力性に富んだ組織からなる軟骨は、衝撃を和らげたり、関節の動きを滑らかにしたりしています。しかし、膝関節の軟骨のすり減りや半月板の傷みにより関節内に炎症が起きたり、関節が変形して痛みや腫れ、曲げ伸ばしの制限が生じる病気を変形性膝関節症と言います。いまや日本の40歳以上の患者数は2530万人に上ると言われており、男性は860万人、女性は1670万人で中高年の女性に多く見られる病気です。

原因

加齢、外傷(骨折・靭帯や半月板のけが)、肥満、遺伝的要因

症状

歩き始めが痛い、階段の昇り降りがつらい、膝が腫れる、熱を持つ、曲げ伸ばしがしにくい、膝の変形(O脚)が進みガクガクする

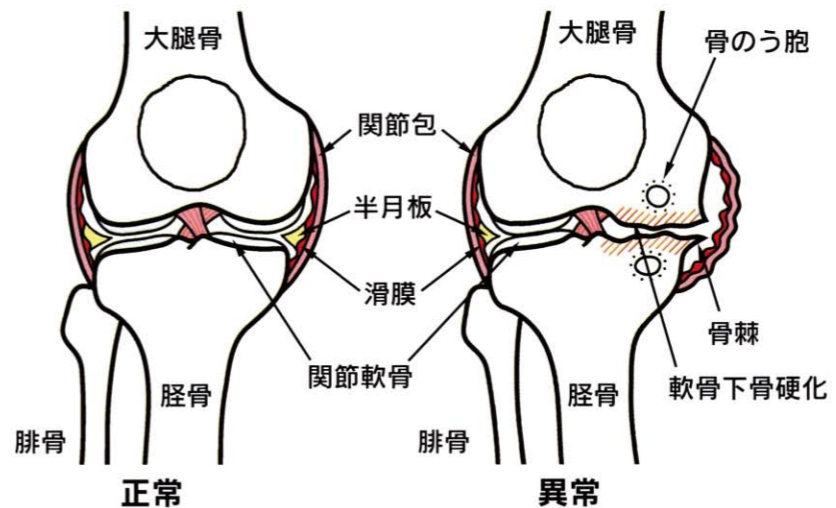
【リハビリテーションの目的】

自然経過の進行を遅らせ、症状を軽減させる効果が期待できます。運動により軟骨細胞の新陳代謝がよくなると、細胞が活性化して繊維軟骨が再生されやすくなります。また膝や股関節周りの筋肉をきたえることで、膝への負担が軽減されます。

【日常生活での注意点】

正座をしない、階段の使用を避ける、杖をつく、ゆっくりと歩くなど膝に負担をかけない工夫が必要です。また体重が重いと膝への負担は大きくなるので、減量することも重要です。

*変形性膝関節症の診断は整形外科医の診察とレントゲンなどの検査を受けてください。



軟骨の磨耗が進み関節の土台の骨(軟骨下骨)が露出したり骨棘といった骨そのものの変形が生じたりします。この状態では、膝を動かしたり立って歩いたりするたびに硬い骨同士が直接ぶつかり合うため強い痛みを生じ、曲げ伸ばしの制限も強くなり日常生活において大きな障害となります。

地域情報 連絡室 だより

7月2日(土)「多根総合病院 第20回 開放型病院 登録医総会」を 開催いたしました

7月2日(土)、大阪掖済会病院 院長 澤田鉄二先生、大阪府済生会泉尾病院 院長 唐川正洋先生、大阪みなと中央病院 院長 森望先生、大野記念病院 副院長 中河宏治先生、日生病院 院長 笠山宗正先生を招聘させていただき、当院 丹羽英記院長を交えて「地域医療のあり方」についてパネルディスカッションを行いました。院外の先生など約90名を含め総勢約200名にご参加いただき、地域医療連携や地域包括ケアなどについて議論しました。



多根総合病院からすぐのところにある渋谷内科クリニックは、糖尿病、甲状腺、生活習慣病の専門クリニックです。外来でのインスリン治療、糖尿病療養指導士による指導を行うほか、血液検査、尿検査、心電図などの各種検査、甲状腺エコーなど院内で迅速に行っていたいただけます。

渋谷孝裕院長は、日本糖尿病学会専門医、日本甲状腺学会専門医などの資格を取得され、予約制で患者さまお一人おひとりとじっくり向き合った最善の治療を目指していらっしゃいます。



〒550-0024 大阪市西区境川1-1-31
境川メディカルセンタービル3F
TEL:06-6536-8071
<http://www.shibutani-naika.com/>



院長 / 渋谷 孝裕

【診療科目】内科、糖尿病内科、内分泌代謝科

連携クリニック

多根総合病院では地域の病院と手を取り合い、適切で切れ目のない医療提供の実現を目指しています。このコーナーでは当院の登録医としてご協力いただいている先生方を紹介しています。



〒550-0003
大阪市西区京町堀2-10-21
TEL:06-6449-8023
<http://nagataclinic.com>



院長 / 永田 昌敬

【診療科目】内科、循環器科

大阪市の中心地京町堀。市民の憩いの場、鞆公園の近くにある永田医院は、25年もの長きにわたって診察されています。近隣の産業医、花乃井中学校の校医としても活動されており、まさに「町の頼れるお医者さま」です。

永田昌敬院長のお父様もお医者様で、以前は尼崎で診察されていたとのこと。町の方々に信頼され診察しているお父様の背中を見て育ったという永田先生も、患者さまが気軽に相談できる環境づくりに尽力されています。

From 高精度放射線治療センター

高精度放射線治療センターは 開設5周年を迎えました

当センターは2011(平成23)年6月より放射線治療を開始し、今年度の9月までに1601件の治療を行ってまいりました。そのうち894件が高精度放射線治療(VMAT(回転IMRT)、脳定位照射、体幹部定位照射)であり、通常照射は707件でした(図1)。また、治療部位別では前立腺(全骨盤含む)が一番多く、493件でした(図2)。

また、この5年の間に患者数の増加および質の向上を目的として常勤医を2名から3名(放射線治療専門医3名)に増員したほか、診療放射線技師は4名から6名(医学物理士4名)に、常勤看護師も2名から3名(がん放射線療法看護認定看護師2名)と、開設当初よりもさらに充実した人員体制を整えることができました。

国内におけるがん統計を見ると、2016年で新たにがんと診断される数を示す罹患数のがん統計予測は約101万例と2015年より約3万例も多い値が報告されております。このように、がん患者さまは年々増加しておりますが、超高齢社会を迎えた現在、身体への負担が大きい手術や抗がん剤によるがん治療では十分に治療ができない方が増えております。

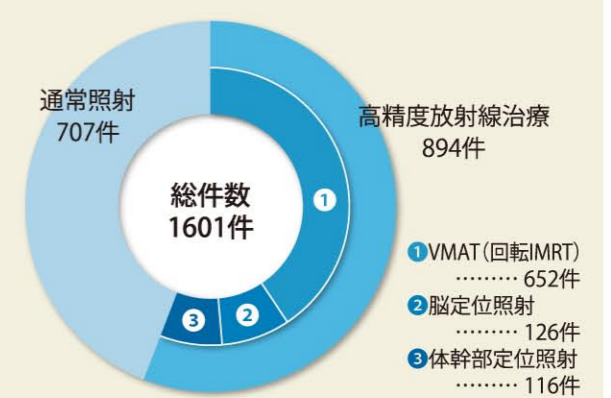
一方、放射線治療は比較的身体への負担が小さく、さまざまな既往歴や病気があり、今後その重要性は増してくるものと考えております。

今後も患者さま個々に合わせた最適な放射線治療を提供し、安全に安心して治療を受けていただけるよう日々努力してまいります。

図2 治療部位別治療実績(2011年6月~2016年9月)



図1 照射方法別治療実績(2011年6月~2016年9月)





今回は、助成制度についてご説明いたします!



第三回目となる今回は、人間ドックの助成制度についてのお話です。人間ドックというと、どうしても高額な検査料金というイメージがありますが、ご加入されている健康保険組合によっては、助成金を出している所も数多くあります。そういった制度を活用することにより、少ない自己負担で人間ドックを受診することが可能です。今回はその一部をご紹介します。

大阪府 後期高齢者 医療広域連合 ご加入の方	条件	被保険者の方
	助成方法	後日還付(上限金額は26,000円) 人間ドックを受診いただいた後に、領収書と結果票を持参の上、お住まいの役所にて所定の手続きをしていただくと、後日26,000円が振り込まれます。 〈多根クリニックで受診していただいた場合の自己負担額〉 32,400円(人間ドック代金) - 26,000円(助成金) = 6,400円(自己負担額)
全国 健康保険協会 (協会けんぽ) ご加入の方	条件	年度末年齢で35歳以上の被保険者の方
	助成方法	直接助成制度 人間ドック受診前に、協会けんぽさまへ所定の申請をしていただくと、人間ドック受診時に11,470円を検査費用から減額させていただきます。 〈多根クリニックで受診していただいた場合の自己負担額〉 35歳~74歳...19,850円 ※40歳と50歳のポイント年齢時 15,140円
大阪市 国民健康 保険組合 ご加入の方	条件	30歳以上の被保険者・配偶者の方
	助成方法	直接助成制 大阪市さまより毎年発行される特定健康診断の受診券と、当日保険証の提示が必要になります。人間ドック受診時に所定の金額を検査費用から減額させていただきます。 ※40歳以下の方は受診券がございません。30歳~39歳の方は自己負担金が変わります。 〈多根クリニックで受診していただいた場合の自己負担額〉 40歳~74歳...11,000円(45歳は自己負担金無料) 30歳~39歳...15,000円

上記の他に一般企業さまの健康保険組合でも同じような助成制度がありますので、人間ドックに興味がありましたら、一度保険証をご準備の上、当クリニックまでお気軽にご相談ください。専門のスタッフがお客さまにとって最適のプランをご提示させていただきます。

詳しくは
右記まで
社会医療法人きつこう会 **多根クリニック**
日本人間ドック学会・健康施設機能評価認定
日本総合健診医学会 優良施設認定・日本脳ドック学会 認定施設

お問い合わせ先 06 (6577) 1881
大阪市港区弁天1丁目2番 2-600 オーク200 2番街6階



多根記念眼科病院

多根記念眼科病院にマスコットが誕生しました

多根記念眼科病院には、知人ぞ知るマスコットがいるのはご存知でしょうか? その名は「たねりん」です。

たねりんは、2014(平成26)年12月に誕生した当院の公式ゆるキャラです。眼科病院に親しみを持っていただけるよう、眼科では欠かせない点眼瓶を

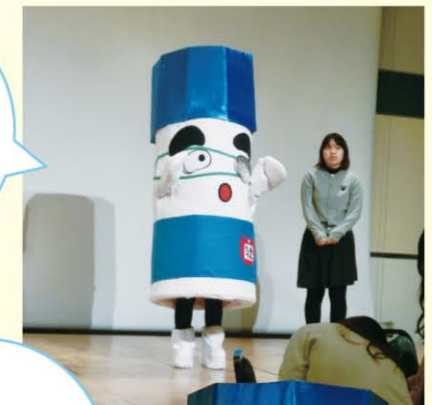
モチーフにしています。院内での忘年会でお披露目され、以降、地域の開業医の先生方にご参加いただく病診連携の会「若葉の会」などにも登場しています。

今後も幅広く活動したいと思っておりますので、どこかで見かけたらお声かけくださいね。

たねりん DATA

- 主な活動** 多根記念眼科病院のPR、様々な催しの盛り上げ役
- 出身地** 大阪市西区境川
- 年齢** 4歳(推定)
- 性別** 男の子
- 性格** 明るく元気!
- 好きな食べ物** 7階患者さま食堂のメニュー全般(特にグラタン、焼きたてパン)
- 趣味・特技** 点眼指導
- 苦手なもの** 足元の段差

きつこう会の忘年会で初めて皆さんにご挨拶しました



病診連携の会「若葉の会」も盛り上げました!

たねりんグッズもあるのです



院内で使用しているクリアファイル



貸出用の傘



居宅介護支援事業所より

第二回 老健てんぽーざん 通所リハビリテーションのご紹介

今回は、通所リハビリテーションについてご説明いたします。

①通所リハビリテーションとはなんですか？

通称デイケア。リハビリテーション・レクリエーション・食事・入浴を日帰りで提供しています。デイサービスとは違い、専門職（理学療法士・作業療法士）によるリハビリテーションを実施することができます。

②通所リハビリテーションでの一日の流れは？

当グループ、きつこう会ヘルスケアシステムの老健てんぽーざん 通所リハビリテーションの一日の流れでご説明しましょう。

一日の流れ

- 9:00 お迎え(皆さまの家の前まで車で迎えにいきます)
- 9:30 老健てんぽーざん 通所リハビリテーションに到着
- 10:00 リハビリ開始
*状況に応じ、午後からになる場合もあります。
- 11:00 お風呂
広々とした洗い場は、銭湯のように賑やかです。車いすの利用者さまでもリフト浴を使い温まっています。
- 12:00 昼ご飯
- 13:30 レクリエーション カラオケ
- 15:00 おやつ
- 15:30 お帰り

*最近では半日タイプ(午前のみ/午後のみ)のデイケアも増えています。この場合は、昼ご飯のご提供や入浴支援がない場合が多いです。詳しくは担当のケアマネジャーもしくは当事業所までご連絡ください。



ジャグジー付きの広々とした大浴場



美味しいと評判の食事の一例

お問い合わせは…

まずは担当ケアマネジャーへご相談ください。介護認定を受けていない、もしくはケアマネジャーがない場合は下記までお気軽にお問い合わせください。

多根総合病院居宅介護支援事業所
TEL:06-6536-8803
E-mail:tanekyotaku@tane.or.jp

老健てんぽーざん 通所リハビリテーションについて
当リハビリテーションは、リハビリテーションの専門員が家事や買い物などの日常生活や趣味に目を向けたリハビリテーションを行っているのが特徴です。
また、同じ建物の老人保健施設では入所やショートステイをすることができます。その際、デイケアで受けていたリハビリ専門職のリハビリを継続して行うことができます。もちろんそれだけでなく美味しい食事やジャグジー付きのお風呂、カラオケもあります。文章では語り尽くせないので、ぜひ一度体験に来てください。お待ちしております！

Q. 営業日は？

A. 日曜・祝祭日と年末年始はお休みをいただいています。

Q. 1日あたりの利用料金はいくらですか？

A. 介護保険の1割負担分の他に食事代や日用品代等で830円いただいております。例えば、介護度1の方であれば1割負担分を合わせて約1600円(あくまでも目安)です。

Q. 利用できる方はどんな方ですか？

A. 要支援1・2、要介護1～5の認定を受けておられる方です。送迎エリアは港区全域、西区と大正区の一部となっています。ご利用には、ケアマネジャーが作成するケアプランが必要になりますので、まずはケアマネジャーにご相談ください。



「福祉と地域のステキな関係」vol.2

認知症対応型通所介護

コスモスのかぜ九条南のご紹介



管理者 船倉 祥太

コスモスのかぜ九条南は亀望会が開設した認知症対応型のデイサービスです。『認知症になっても住み慣れた地域で暮らしたい!』『認知症の進行を防ぎたい!』そんな地域のニーズに応えようと2014(平成26)年1月九条南にオープンしました。

■特徴

- 在宅での生活が維持できるようにプログラムの中に調理、配膳、買い出し、洗濯物干し、洗濯物畳み、掃除、片付け、近隣の散歩などを取り入れていきます。通常のデイサービスのような決まったプログラムはなく、その人がしたいことを尊重した一日を過ごしていただけます。
- 定員12名と少人数のデイサービスなので多人数が苦手な方にも好評です。
- デイサービスの目の前に九条南公園があり、散歩や体操を楽しむことができます。
- 皆さんのリクエストに応じたメニューを基本とし、一緒に買い物に行き、一緒に栄養バランスを考えた美味しい料理を作り、一緒に楽しくいただきます。食器は温かみのある陶器を使用しています。
- 室内は、自宅にいるような雰囲気です。和室もあります。
- ゆったりつかれるお風呂で、好きな時間にご利用いただけます。もちろん個浴です。
- 利用対象者を西区の一部地域(九条南、九条北、九条、境川、本田、千代崎)と港区の一部地域(市岡、南市岡、波除)にお住まいの方に限定することで、今までの日常生活圏内での買い物や散歩を通じて地域との交流を積極的に行うことができます。

認知症に関わるご相談に専門職が対応します。認知症カフェや男性介護者を対象とした料理教室なども随時開催しています。お気軽にご相談ください。



お問い合わせ先

〒550-0025
大阪市西区九条南2-21-2 エステート幸福103
TEL:06-6586-5572/FAX:06-6586-5573
担当:船倉



INFORMATION

7月30日(土) 今年も「ブラック・ジャック セミナー」を開催しました

「将来を担う子供たちに医師の仕事に対する夢と希望を抱いて欲しい」という思いから、社会貢献活動の一環として、2005(平成17)年7月にスタートした「ブラック・ジャック セミナー」。当院もこのイベントに参画しており、今年で5回目を迎えます。

今回は、中学生1名を含む計19名に参加いただきました。当日は、外科医師や麻酔科医師が中心となり、研修医の皆さんの協力を得て、参加者の皆さんに手術縫合体験や最新鏡視下手術体験、救命救急体験(気管内挿管・AED)など様々な体験をしていただきました。この体験を通じて将来のグッド・ドクターが生まれることを願います。



セミナーの様子

皆さん真剣に取り組んでいます!



セミナーに参加して下さった学生の皆さん

「ブラック・ジャック セミナー」とは…

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 メディカルカンパニーと全国の医療機関で社会貢献活動の一環として開催されているイベントです。全国各地で開催されており、将来の医師、医療関係者をめざす高校生を対象に、実際の手術室で様々な手術の模擬体験をしてもらっています。

2005(平成17)年7月、子ども向けの手術体験として「キッズセミナー」をスタート。2011(平成23)年1月、手塚プロダクションの賛同を得て「ブラック・ジャック セミナー」と名称を改め、現在では開催数100回を超えています。

8月21日(日)「第3回多根総合病院CSファミリーデー」開催

今回で3回目となる多根総合病院CSファミリーデーを開催しました。

ファミリーデーとは、病院スタッフの子どもたちが、日頃なかなか見ることができないお父さん・お母さんの職場を見学したり、実際に業務内容を体験してみようという企画です。今回は20家族、36名の子どもたちが参加してくれました。

白衣やナース服を着てみたり、救急車に乗ってみたり、手術室や内視鏡室で簡単な器具に触れてみたり… 子供たちはすごくいきいきと楽しそうにしていました。最後に子供たちに書いてもらった、お父さん・お母さんへの手紙には、「お父さんカッコいい」「お母さんすごい」と嬉しいメッセージがたくさん書かれてあり、病院スタッフのモチベーションも上がったのではないかと思います。子供たちにとって夏休み中に家族と過ごす大切な時間となったことでしょう。



ファミリーデーに参加して下さった皆さん



実際に器具にも触ってみました!

ファミリーデーの様子

ほっ...Time

HAPPY RECIPE

ハッピーレシピ

今回のレシピ

白菜の豆乳煮

栄養科 管理栄養士 園田 恵梨 Eri Sonoda



白菜の美味しい季節がやってきました。白菜は大根や豆腐とともに「養生三宝」といわれ、精進料理に欠かせない食材です。約95%が水分と決して栄養価が高いわけではありませんが、ビタミンCやミネラルであるカリウム、カルシウム、マグネシウムの他に、大根やかぶなどと同様の辛味成分であるイソチオシアネートなども含んでいます。イソチオシアネートは、消化促進、血栓予防、ガン予防などの作用が知られています。美肌効果、風邪の予防、便秘の改善、利尿作用など、白菜には女性に嬉しい効果もたくさんあります。

今回は水に溶け出したミネラルごといただけるよう、白菜を使ったスープ煮をご紹介します。豆乳を使うことでカロリーを低く抑えられます。

【白菜の豆乳煮】

●材料(4人前)/カロリー:215kcal(1人前)

白菜……………1/4株(300グラム)
 豚こま切れ……………200グラム
 しめじ……………50グラム
 ニンニク……………1かけ
 サラダ油……………大さじ1
 薄力粉……………大さじ3
 豆乳(牛乳でも可)……………500cc
 コンソメ……………1キューブ

●作り方

- ①白菜は2cm程度のざく切りにする。しめじは石づきを取る。ニンニクはみじん切りにする。
- ②フライパンにニンニクと油を入れ火にかける。香りが出てきたら、豚肉、白菜、しめじの順に入れ炒める。
- ③薄力粉を振り入れ、粉っぽさがなくなり具材と馴染むまで弱火で炒める(とろみが付き焦げやすいので注意!)。その後、豆乳とコンソメを入れる。
- ④グツグツするまで混ぜながら煮る。最後に塩・こしょうで味を調えて出来上がり!

★ スタッフのお気に入り

本場イタリアの味を思わせる実力派 イタリア小料理「Analogica」

イタリアの食堂をイメージした陽気な店内。パスタなどの気取らないメニューが揃い、ふらっと立ち寄れるフランクな雰囲気魅力です。料理も本場の味を思わせる実力派。ドレッシングからパスタソースまで全て手作りしており、一口食べれば味の良さが分かります。シンプルな調理法ながらも素材の旨みを存分に引き出した料理は、シェフの腕の良さの証。ポリュームにも定評があり、某プロ野球チームのオフ会に利用されることもあるそう。ランチやディナーの他、10~20名までなら貸し切りもできるので年末年始の集まりにもおすすめです。



ランチセット(バゲット・サラダ 食べ放題) 850円(税抜)

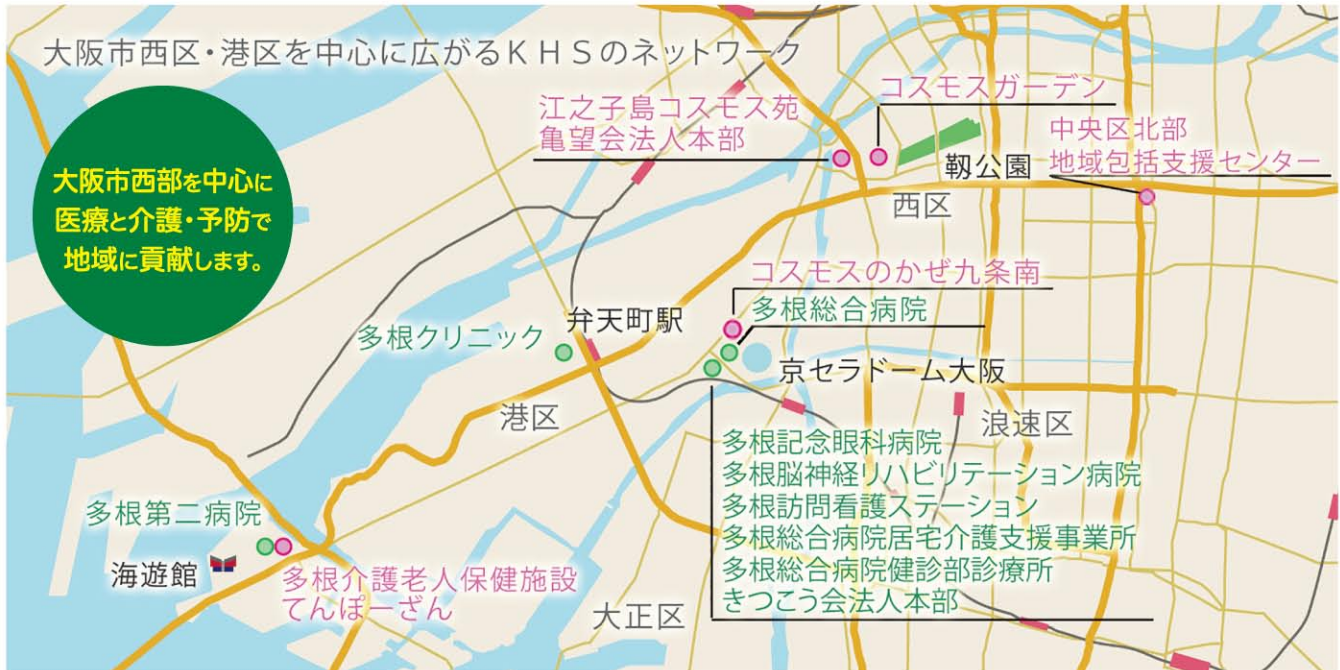
【Analogica】 大阪市西区江戸堀2-5-25 TEL.080-9686-5252

【定休日】日曜・祝日 【営業時間】11:45~14:00(LO14:00)、17:30~22:00(LO22:00)



大阪市西区・港区を中心に広がるKHSのネットワーク

大阪市西部を中心に
医療と介護・予防で
地域に貢献します。



社会医療法人 きつこう会

理念 愛を原理とし 秩序を基礎とし 進歩を目的とす

方針 質の高い全人的な医療・介護・予防をシームレスに展開し、皆様に愛され信頼される存在となります

行動規範 私たちは感性を磨き、自らを高めています
私たちは一人一人の人格を尊重し幸せな暮らしを支えます
私たちは明るい健全な運営を行い社会へ貢献します

行動指針

- 自己研鑽 ~ Self Improvement ~ 常に自己を振り返り、自己研鑽に努めます
- 顧客中心志向 ~ Customer Engagement ~ あらゆる顧客と愛着ある深い絆を築きます
- プロ意識 ~ Pride of a Professional ~ 自分たちの仕事に責任と誇りをもって取り組みます
- 共働・協調 ~ Teamwork ~ チームの一員であることを意識した行動の実践に努めます
- 意識改革 ~ Motivation & Challenge ~ 変わることを恐れず、新しいことへの挑戦を行います

今号の表紙について

今号の表紙はイラストレーターのおだ こうへいさんの作品です。とても可愛いイラストですね。おださんに今回のイラストについてインタビューしました。

Q. イラストのテーマは?

A. 多根総合病院は建物のツートンの色合いと形がユニークなのですぐに上下二段のケーキのイメージが湧きました。上が生クリームフルーツケーキ、下がチョコレートケーキのイメージです。刊行の時期がクリスマスに近い頃なのもケーキにするにはちょうど良かったです。絵の中でサンタ(のコスプレをした子供です)がプレゼントを配ってゆき、病院もデコレーションで楽しげになっています。患者さんにも、病院で働く方々にも、素敵なクリスマスになりますようにとの願いをこめて描いています。

Q. 苦労したところとありますか?

A. たくさんのキャラクターがあちこちでのびのび動き回り、ユーモアと安心感を感じてもらえるものを目指しました。同時に、病院として良質なイメージを損ねないように気を配りました。白衣の看護師さんが老夫婦を案内したり、医師が玄関を照らしたり、入院患者さんの青い鳥が屋上でプレゼントをもらったりしているところに病院の要素を入れていきます。シンボルマークをお皿やクリームにさりげなく配置していますがわかりますか?



Profile

おだ こうへい

大阪芸術大学デザイン学科卒業、同大学図書館で非常勤職員として勤め、その後フリーのイラストレーターとして

絵本や童話的なイラストの制作を中心に活動。

「キトヒトの森」 <http://kitohito.com/>

編集後記

今回の特集は『訪問看護』。言葉は知っているけど、どんなことが頼めるの?という方も多いのではないのでしょうか。少しでも訪問看護について理解いただけたら幸いです。また、今号の表紙はいつもと雰囲気を変えて、可愛いイラストです。よく見るとケーキが多根総合病院の形になっています。皆さん、気づきましたか? 企画室広報課



多根総合病院

〒550-0025 大阪市西区九条南1-12-21
Tel.06-6581-1071 Fax.06-6581-2520
[受付時間] 平日 8:30~17:00
土曜日 8:30~12:30

