

たのの



TANO HOSPITAL

田野病院

〒 781-6410 高知県安芸郡田野町 1414-1
TEL 0887-38-7111(代) FAX 0887-38-5568

発行人 白井 隆
(題字 安岡 寧水)

TANO HOSPITAL ホームページ <http://www.usui-kai.com/> E-Mail:info@usui-kai.com



室戸岬灯台から望む太平洋 撮影者：中川 智博

CONTENTS ページ

- 新年おめでとうございます 1
- 新年のご挨拶 2
- 常勤医師着任のお知らせ 4
- 研修医の先生にインタビュー 4
- 特集 平成 29 年度退院支援事業 6
- 「訪問看護ステーションたの」開設 6
- 病気のはなし 7
- お薬のはなし 7
- 第 4 回中芸・室戸地区認知症勉強会 8
- がんのリハビリテーション研修を修了しました 8
- 日本 DMAT 研修に参加しました 8
- 平成 29 年度第 1 回サービス向上研修委員会研修 9
- たのの温泉がお陰さまで 2 周年を迎えました!! 9
- 田野病院忘年会 9
- リレーエッセイ 10
- たのしい保育園だより 10
- 韓国風牛肉と大根の煮込み 10
- 新人紹介 10
- 編集後記 10

2018 戌年 新年おめでとうございませう

理事長 白井 隆

今年も切っても切れない関係にあると思われませんが、最近の方がその関係はより緊密で深くなっている気がします。

最近外来の患者さんで 90 歳ぐらいの女性が落ち込んで元気がないんですという、どうしたのかなと聞くと、16 年も飼っていた犬が亡くなったそうで、自分の年を考えると今更新しく犬を飼うわけにも行かず、寂しいとの話でした。犬で心が癒やされるという人も多いようです。

室内犬の種類も多い様ですし、マンションでも動物を飼っても良いというマンションも増えているようです。

さまざまな要因で、家族構成の変化、生活環境の変化、ストレスの増えている社会など、自分の子供のように、また友達のような気持ちで犬との生活を楽しみ、癒やされ、生きがいになっている人もたくさんいるようです。

犬に関連した言葉、表現はたくさんありますが、犬も歩けば棒に当たる、犬猿の仲、犬侍、犬死に、犬が西向きゃ尾は東、犬の遠吠え、

警察犬、麻薬犬、猟犬、牧羊犬、盲導犬、セラピー犬、愛犬、忠犬ハチ公など、仕事をして我々を助けてくれる犬、人間の行動を犬に例えた表現など、まさに昔から人間との密接な関わりを表していると言えます。セラピー犬は最近のことですが、認知症予防、認知症対応にも役立つくれそうながあります。

我が家にも小型犬がいます。以前はシーズー犬を 2 匹飼っていましたが、高齢で亡くなってしまいました。今は、チワワとペキニーズのミックスで黒色、毛はそんなに長くない、3 歳半の雌犬で、我が家に来たときは 2 ヶ月で誕生日が孫の一人と同じ 5 月 1 日。残念なことは、私とは相性が良くないようで、家に帰るとまだ顔も見えないのにワンワンと吠えて、私が近づくとベッドの下に潜り込んでしまいます。今年の目標はワンちゃんに抱いてもおしっこを掛けられないようにする事です。



新年あけましておめでとうございます。

本年も田野病院をよろしくお願い致します。

新年のご挨拶

院長 近森 文夫



明けましておめでとうございます。昨年 4 月から当院に勤務し、当地域で仕事することとなりました。一口に地域医療といってもその場で実際に仕事をしてみないとどういう状況なのかわかりません。地域医療に関しては学生実習でも初期研修でも取り上げられてはいますが、ほぼ見学に等しい状況で、実際に仕事するということにはほど遠いと思います。地域医療の新しい担い手として医学部の地域枠が創設され、彼らは半強制的に地域医療を数年担当してくれるはずですが、しかし、彼らも義務年限を消化した後は再び地域から去ってしまうことが予測

されます。実際に自分が地域で仕事をして強く感じる場合があります。地域にあっても患者さんご家族の知識は豊富です。情報化が進み交通網の発達した今日、地域の病院では満足できず、高知市内の病院を紹介してほしいと希望する患者さんご家族は多いです。無用なトラブルを避けるためにもさっさと紹介状を書いた方が楽だという見方もあります。また、急性期医療は高知市に集約化し、慢性期医療のみを地域で担当すればよいという意見もあります。しかし、そのような医療のみで満足する若い医師は当然少ないので、必然医師は地域で仕事したいとは思わなくなり、医師の数は足りなくなります。スーパーマーケットなどのお店は、地域の住民が利用することをやめればすぐに潰れてしまいます。病院とてそれは同じですが、地域の病院がなくなって一番困るのは、その病院を利用しなかった住民達自身となります。高知市内の病院で治療を受けたいという患者さんご家族の心情がわからないわけではありませんが、やはり地域でできる医療は地域でできる限り受けてほしいと思います。もちろん地域で不可能な医療に関しては積極的に紹介いたします。

昨年 4 月 1 日から 12 月 28 日まで、これまでに培った、内視鏡、カテーテル治療、手術の技術をもって地域医療に取り組んでみました。マイナーな外来手術件数は除外しますが、メジャーな透視室での放射線と内視鏡を用いた低侵襲手術件数は 171 件、手術室での手術件数は 71 件、合計 242 件と多くの手術をスタッフの皆さんのご協力により安全に行うことができました。本年はさらにこの倍の手術件数をこなせるよう取り組んでみたいと思います。とにかく地域においても仕事に活気のある病院環境でなければ若い医師は集まりません。皆さん、本年もどうかよろしくお願いいたします。

新年雑感

副院長兼小児科部長 島崎 洋成



皆様、新年あけましておめでとうございます。今年は 2018 年戌年。お隣の韓国では 2 月から平昌冬季オリンピックが開かれますが、政治的には北朝鮮問題やら慰安婦問題などで以前に比べると距離がある印象ですがどうでしょう？文化交流では音楽では K-pop の好きな人もたくさんいるでしょうし、スポーツでは今回のオリンピックで盛り上がりしてほしいものです。個人的には韓国へ行ったことないので焼肉を食べて、オリンピックも観戦したいのですが、2 月は仕事が忙しく無理でしょうねえ。2 年後には東京オリンピックもあり一度は生でオリンピック観戦したいなと思います。スポーツといえば、個人的にはゴルフを趣味で 20 年はしていますが、最近では退化の速度が加速しております・・・トホホ。自堕落な自分ですので練習もろくにせず今までは楽しんでいましたが、今年は体づくりもしないといけませんねえ。とすることで今年は犬の様に走り回ります。皆様が今年は良い年でありますように！

新年のあいさつ

事務長 吉松 誠爾



今年、法人にとりましては、経営環境に大きな影響を及ぼす、診療・介護報酬の同時改定が 6 年振りにあります。まずはこれを職員一丸となって乗り越え、これからも地域の皆さまに安心していただけるよう、連携する各機関の皆様のご協力もいただきながら、体制を整えていきたいと考えております。

地域において医療、介護を取り巻く環境はますます厳しくなる一方ですが、やりがいを感じ、皆さまに笑顔で対応できるよう、互いを思いやり、支え合う環境づくりに努めてまいります。

本年も宜しくお願い致します。



兼 経営企画部長
総務課長
安岡 将一

部署全員で決定した部署ビジョン「笑顔を忘れず互いに思いやり、最善の努力を尽くし協力しあう体制をもとに法人の縁の下の力持ちとして貢献する」の体現を目指します。



棟／
看護師長
西岡 直樹

院内だけで無く地域の多職種とも連携し、急性期病棟としての使命を全うできるように全員で頑張ります。



回復期リハビリテーション病棟／
看護師長
平井 三栄子

退院支援の質の向上に取り組み、患者様が地域で安心・安全に暮らせるようにスタッフと共に頑張ります。



外来・中材手術部／
看護師長
西岡 美幸

地域住民の健康とQOLを

地域全体で支えていける地域医療を目指します。広い知識と柔軟な対応で患者さんを支援していきます。



薬剤部／
部長
公文 桂

本年より退院支援事業が本格始動となります。入院中や退院後も最適な薬物療法ができるように頑張ります。



リハビリテーション部／
部長
細田 隆之

今年 は繋がり を大切 に した い と 思 っ て い ます 。 地 域 や 患 者 様 と の 繋 ぎ を 強 め 、 こ の 病 院 、 こ の リ ハ ビ リ は い い と 言 わ れ る よ う 、 ス タ ッ フ 一 丸 と な っ て 頑 張 り ます 。



臨床検査部／
主任
池地 世起

正確な検査結果の提供はもちろんのこと、検査を受ける患者様の緊張がほぐれるような接遇を心がけていきたいと思ひます。



栄養部／
主任
鈴木 道代

今年も患者様が元気で過ごせるよう、栄養部スタッフ一同心を込めてお食事を用意させていただきます。



放射線部／
主任代理
中石 俊

新しい機械も入り検査も増えました。患者様には安心して検査を受けて頂けるような対応を心がけていきます。



経営企画部／
課長
佐古 拓斗

来院された全ての方に真心と誠意を持ってお迎えし、安心・信頼を得られる丁寧な対応に努めます。



医療相談室／
主任
今井 恵美

生まれ育った地域で生活を続けるための支援、地域との結びつきをより強固にできる一年を目指します。



居宅介護支援事業所の
所長
松本 真由美

新年あけましておめでとうございます。利用者様に沢山の喜びと幸せを感じていただけるよう職員一同精進していきます。



訪問看護ステーションの
所長
大久保 広美

利用者やご家族様が、安心して笑顔で生活できる援助を行っていきます。



サービス・ショートステイの
所長
松岡 和彦

昨年の10月より、お世話になっております。今後もデイサービス・ショートステイともに宜しくお願ひします。



通所リハビリテーションの
副主任
小山 栄治

利用者さまが望む生活が保たれるように、スタッフ一同知識と技術の向上に努めて参ります。

ります。



訪問リハビリテーションの
サービス提供責任者
池内 昭友

地域の皆様が、自宅で自分らしい生活が送れるようにスタッフ一同頑張るって行きます。



ヘルプステーションの
管理者
岩崎 宏紀

スタッフ一同、地域に対する役割を十分に理解し、さまざまな職種、関係機関の協力を得ながら、柔軟なサービス提供を展開していきます。



温泉の
支配人
牛窓 靖

地域の皆様にご愛顧頂き3年目を迎えることができました。今年も皆様のお越しを、従業員一同心よりお待ちしております。



常勤医師着任のお知らせ



この度 当法人におきまして、平成 29 年 12 月 1 日付で、庵地孝嗣医師が常勤内科医に着任しました。

内科 あんち たかし
庵地 孝嗣 医師

12 月 1 日金曜日からの庵地医師診療予定

	月	火	水	木	金
午前	内科	内科 ※	リハ	リハ	病棟
午後	内科	内科	総合 診療	訪問	訪問

※ 10:00 ~ 11:00 まで手術対応

出身地：鹿児島県鹿児島市

趣味：旅行

好きな食べ物：お肉・甘い物

学歴・職歴：2003 年 高知大学医学部医学科

専門分野：内科全般・泌尿器

所属学会：日本泌尿器科学会

田野町のイメージは？

田園風景が広がっていて海風が気持ち良いですね。のどかな雰囲気が大好きです。

《庵地先生より一言》

1 年ほど前から非常勤医師として働かさせていただいており、初めまして！という感じではありませんが、引き続き地域に密着した医療の提供をしたいと思えます。

今後とも宜しくお願い致します。

研修医の先生にインタビュー

地域医療研修として、当法人にて研修された初期臨床研修医の皆様インタビューをしました。



はしだ ゆうき
橋田 侑樹 医師

(近森病院 初期臨床研修医 2 年目)

研修期間

平成 29 年 8 月 28 日～平成 29 年 9 月 29 日

年齢：25 歳

出身地：高知県南国市

出身大学：高知大学医学部医学科

趣味：ゴルフ

Q. 研修前の、地域医療研修への印象を教えてください。

A. 自分が近森病院に勤務していることもあり、また高知県出身ながら東部地域に来訪したことが殆どなかったことから、東部地域に対し、すぐくのどかなイメージを抱いていました。

Q. 研修中大変だったことはありますか？

A. 特に大変だったことはありませんでした。

Q. 研修中、一番印象に残ったことがあれば教えてください。

A. 室戸岬方面など、遠方からの患者さんが来院していることが印象的でした。

Q. 医療法人白井会(田野病院)のイメージを教えてください。

A. 東部地域にとって無くてはならない救急病院。

Q. 指導医、職員の印象を教えてください。

A. 指導して頂いた白井大介医師をはじめ医師の皆様、また職員の皆様には、親切にご対応いただき、大変感激しました。

Q. 将来“こんな Dr になりたい!!”という Dr 像があれば教えてください。

A. 患者さんの病気だけではなく、総合して患者さんの人生まで診ていける、そんな医師になっていきたいです。

Q. 最後に一言お願いします。

A. 1 ヶ月があっという間に終わってしまいましたが、非常に充実した研修でした。ここで経験したことを生かして、今後の医師人生を歩んでいきたいと思えます。1 ヶ月間本当にありがとうございました。





えばし ちひろ
江端 千尋 医師

(高知医療センター 初期臨床研修医2年目)

研修期間

平成29年10月2日～平成29年10月27日

年齢：25歳

出身地：兵庫県赤穂市

出身大学：高知大学医学部医学科

趣味：ピアノ・旅行

Q. 研修前の、地域医療研修への印象を教えてください。

A. 地域に根ざした医療、またスタッフ間、スタッフと患者様間の距離が近い医療が行なわれているという印象がありました。

Q. 研修中大変だったことはありますか？

A. 最初に予定表を頂いた時は、院外での研修の多さに驚きととまどいがありましたが、実際に研修では常に新鮮な気持ちで過ごすことができ、充実感がありました。

Q. 研修中、一番印象に残ったことがあれば教えてください。

A. さまざまな分野で「最東端」の病院であることと、外科の先生方も内科・整形外科など、専門分野以外の疾患も診察されていること。

Q. 医療法人白井会(田野病院)のイメージを教えてください。

A. 早期の自宅退院や施設入所へ向けて、各職員が協力しあい、医療を行なっている病院だと思いました。

Q. 指導医、職員の印象を教えてください。

A. 皆様、患者様に対してはもちろん、職員同士での会話も穏やかな口調の方が多く感じました。指導医でお世話になりました白井大介先生の小児発達外来は、患者様親子に対する温かさや優しさに溢れており、大変心癒されました。

Q. 将来“こんなDrになりたい!!”というDr像があれば教えてください。

A. Common disease(通常疾患)は全般的に診ることができ、患者様やスタッフと共に歩んでいけるような医師になりたいです。

Q. 最後に一言お願いします。

A. ここで学ばせて頂いたことを生かして、来年からは総合診療の分野で研修を積んでいきます。1ヶ月間、沢山ご指導頂きありがとうございました！



はっとり まきこ
服部 万紀子 医師

(高知医療センター 初期臨床研修医2年目)

研修期間

平成29年10月30日～平成29年11月24日

年齢：26歳

出身地：高知県高知市

出身大学：高知大学医学部医学科

趣味：ミシンを使ったバッグや子供服などの洋裁

Q. 研修前の、地域医療研修への印象を教えてください。

A. のんびりしたイメージがありました。実際は患者さんが多くて毎日とても忙しかったです。

Q. 研修中大変だったことはありますか？

A. 晩ごはんを食べる場所があまり近くになく、もっと田野町の美味しいものを食べたかったです。

Q. 研修中、一番印象に残ったことがあれば教えてください。

A. 患者さんとのリハビリでコーヒーを入れてもらったり、トーストを焼いてもらって一緒に食べたことです。リハビリはもっと味気ないイメージがあったのでリハビリのイメージが変わりとても楽しかったです。

Q. 医療法人白井会(田野病院)のイメージを教えてください。

A. どの職員の方もとても優しく、過ごしやすい雰囲気でした。

Q. 指導医、職員の印象を教えてください。

A. とても優しい方ばかりでした。話しやすく、東部地域の医療の実情など、聞いたかったことを全て聞いて帰ることができました。

Q. 将来“こんなDrになりたい!!”というDr像があれば教えてください。

A. 病気をすると体だけではなく、心もしんどくなるので、そんな心に寄り添うことのできる医師になりたいです。

Q. 最後に一言お願いします。

A. 医師の皆様、メディカル職員の皆様、子供がお世話になった保育士の皆様には優しくしていただきとても嬉しかったです。本当にありがとうございました。

病気のはなし 「聴こえ」のアンチエイジング

高知大学医学部 耳鼻咽喉科・頭頸部外科 助教 弘瀬かほり

年齢による聴力低下「加齢性難聴（かおいせいなんちょう）」は、聴こえの神経（内耳）の老化によるもので、30代からはじまっていると言われています。加齢性難聴では、「音」は聞こえるのに、「言葉の聞き取り」が悪くなり、早口の言葉や、宴会場などのやかましい場所や複数の人との会話では、さらに聞き分けがむずかしくなります。加齢性難聴は、避けることはできず、低下した聞こえを回復させることはできませんが、日常生活や食生活を改善することで、進行や悪化を軽減させることはできると思います。



聴こえを悪くする要因はいくつかありますが、その対策を行うことが、聴力のアンチエイジング（老化防止）になります。

まず騒音や強大音をさけることです。長時間騒音の中にいると、内耳は音の刺激を受け続けるため障害を受け、聴力低下が起り、年齢とともに障害も大きくなります。騒音下での作業に携わる場合は、防音に配慮し、静かな場所で「聴こえ」も休息させてあげることが大切です。

次に禁煙です。喫煙によるニコチンなどの成分は毛細血管の血流を低下させ、内耳への血流障害から神経障害を引き起こし聴力低下につながります。本人だけでなく、受動喫煙でも同様の影響があり、御家族の聴力のためにも禁煙をおすすめします。

さらに、糖尿病、腎臓や循環器疾患も、血流障害や循環不全から内耳の血流に影響し内耳の老化を早めます。生活習慣病を含めこれらをしっかり治療をすることが、聴力低下進行の予防につながります。

その他、食べ過ぎない、糖質や脂質、塩分をとりすぎない、魚類やビタミンCやビタミンA、ポリフェノールなどを含んだ食材の摂取など、生活習慣病予防と共通する食生活は、聴こえの老化防止になります。ストレスをためない、適度な運動や良質な睡眠をとることも大切です。

聴力低下は認知症の危険因子に挙げられています。「聴こえ」を大切に、耳鼻咽喉科での診察と聴力検査をおすすめします。



お薬のはなし ノロウイルスに対する消毒薬のはなし

薬剤部 主任 齊藤 忠男

寒い日が続きますが、体調など崩してはいませんか？
今回はこの季節に流行する感染性腸炎やノロウイルスなどによる嘔吐・下痢などに対する消毒についてお話したいと思います。

まずは様々な感染症の予防の第一歩として手洗いが非常に重要です。こまめな手洗いが一番手軽で効果的なのですが、実際に正しく出来ている方は非常に少ないと思います。手洗いの方法は下の図を参考にしてみてください。

もしも感染性腸炎やノロウイルスなどに罹ってしまったら、治るまでの間は調理や医療機関以外へのお出かけなど感染が広がる恐れのある行為は慎みましょう。

また、嘔吐物などの処理が非常に重要になります。感染を拡大させないためにもポイントを守って素早く適切に処理しましょう。

●必要なもの●

- ・キッチンハイター、キッチンブリーチなどの次亜塩素酸ナトリウム入りの漂白剤を薄めたもの（水 1L に対し、漂白剤 20ml 程度を混ぜたものを作る）
- ・キッチンペーパー、タオルペーパー
- ・ゴミ袋（捨てる際には口をしっかりと結ぶこと）
- ・手袋（2枚重ね以上で使用すること）
- ・マスク

●処理時のポイント●

- ・処理をする際には必ずマスク、手袋を着用する（使い捨てエプロンなどがあれば使用する）
- ・汚物で汚れた衣類などは薄めた次亜塩素酸ナトリウム（水 1L に対し、漂白剤 5ml 程度を混ぜたもの）で 30～60 分浸けてから洗う（色落ちすることが多いので注意する）
- ・目に見えるよりも広範囲に飛び散っているので周囲も薄めた次亜塩素酸ナトリウムでしっかりと拭き取りを行う
- ・拭き取り後は十分な換気を行う
- ・処理後には必ず数回手洗い、うがいを実施する



平成 29 年度第 1 回サービス向上研修委員会研修

医療相談室 社会福祉士 盛本 恵

平成 29 年 10 月 17 日、当院会議室にて平成 29 年度第 1 回サービス向上委員会研修を開催しました。今回は「院内コミュニケーション」をテーマに講師としてファイザー株式会社より地域医療推進チーム、接遇専任トレーナーの金子恵美先生をお招きし、94 名の出席者で研修を行いました。



研修では、講義を聞くだけではなく、隣の参加者とペアで参加する研修内容で、会場内がとても賑やかになる場面や笑顔がたくさん見られる研修でした。金子先生の巧みな話術と人間の思考の“枠”に関する気づきなど新たな学びもありましたが、挨拶に一言加えることや、相手に合わせたペースで話すなど基本的なことを改めて認識できる機会となりました。

法人内のコミュニケーションを大切にすることは、患者や利用者の皆様へのサービス向上につながります。今回の多くの職員の出席がまずは大変貴重なことです。研修内容のどれかひとつでも実践して日々の業務に取り組んでいきましょう。金子先生ありがとうございました！準備から片づけまでご協力いただいたサービス向上委員をはじめ職員の皆様ありがとうございました！

たのたの温泉がお陰さまで2周年を迎えました！！

経営企画部 総務課
たのたの温泉 支配人 牛窓 靖

平成 29 年 9 月、たのたの温泉が開業 2 周年を迎えました。(平成 29 年 4 月に利用者 5 万人を突破)

これもひとえに皆様のご最良ご支援の賜物と感謝しております。これを機にスタッフ一同、皆様により一層ご満足頂けますよう真心をこめて業務に専念致します。何卒今後ともよろしくご愛顧のほどよろしくお願い申し上げます。

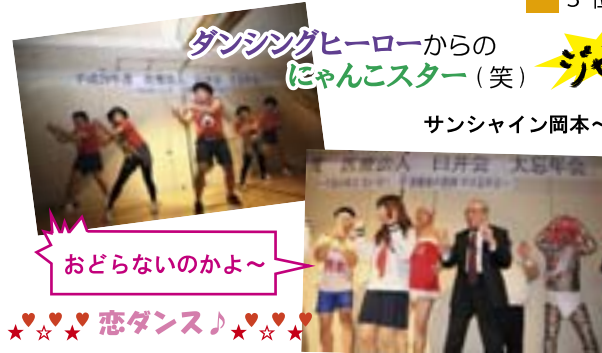
<p>血圧について ～血圧にまつわる食事と運動～ 血圧の正常値 シニアの最高血圧(平均)：260mmHg ～血圧にまつわる食事と運動～ ハビリテーション部 理学療法士 9月22日(金) 11時00分～12時00分 会場：たのたの温泉</p>	<p>腰の痛み ～予防と対処～ 講師：岡林 雅雄 9月27日(金) 11時00分～12時00分 会場：たのたの温泉</p>	<p>腰痛 ～運動方法と運動後の補助食品～ 講師：岡林 雅雄 11月24日(金) 11時00分～12時00分 会場：たのたの温泉</p>	<p>肩の痛み ～選布の効果について～ 講師：岡林 雅雄 12月15日(金) 11時00分～12時00分 会場：たのたの温泉</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------

田野病院 忘年会 2017

H29 年度 接遇 MVP 表彰者



- | | | | |
|------------|------|-------------------|---------------------------------|
| 患者・利用者投票部門 | 1 位 | 山脇 加 | 絵 (デイサービスたの・ショートステイたの 介護福祉士) |
| | 2 位 | 石原 正 | 行 (高知大学医学部 小児思春期医学講座助教・病棟医長) |
| | 3 位 | 山本 祐 | 香 (通所リハビリテーションたの 介護福祉士) |
| 職員投票部門 | 3 位 | 東野 千 | 夏 (デイサービスたの・ショートステイたの マッサージ指圧師) |
| | 3 位 | 安岡 恵 | 美 (デイサービスたの・ショートステイたの 介護福祉士) |
| | 1 位 | 牛窓 靖 | (経営企画部 総務課・たのたの温泉 支配人) |
| | 1 位 | 小林 沙 | 織 (外来・中材 手術部 看護副師長) |
| | 2 位 | 植田 奈 | 美子 (回復期リハビリテーション病棟 看護師) |
| | 2 位 | 山中 直 | 子 (回復期リハビリテーション病棟 介護福祉士) |
| 3 位 | 五藤 由 | 貴 (西病棟 看護師) | |
| 3 位 | 秋野 麻 | 紀 (外来・中材 手術部 看護師) | |



ダンシングヒーローからの
じゃんこスター (笑)

サンシャイン岡本～!

おどらないのかよ～

恋ダンス♪



ウルトラ・タガー
愛ちゃん♥
今年も来てくれました♪



ダイソン
当たった!?



豪華景品を
当てた方々
特賞 大型TV



よかったね!!



リレーエッセイ

現実逃避

ヘルパーステーションたの 米村奈穂美
介護福祉士

中 1 の長男は現在、二学期の期末テスト期間中です。長男はその日の試験が終わると友達と遊び、家に帰宅すると普段はしない自分の部屋の断捨離掃除を始めます。

私が「勉強は？」と聞くと長男は「部屋がいっぱいやと落ち着かん」と言ってきます。

そういえば私も学生時代、試験勉強とはついで別のことに没頭し、現実逃避していたことをふと思い出しました。私と長男は容姿があまり似ていないのですが、こんな所が似ているなんて嬉しいような、この先不安なような…。このリレーエッセイで何を書こうか悩んでいた私が、長男の行動に気付いたのは原稿締め切り 4 日前の休日。私は原稿の締め切りが迫っているにも関わらず、冷蔵庫の中身を全て取り出し、トレーも外して洗い、手間暇掛けて冷蔵庫掃除しました。普段はやりません。これも現実逃避です。おかげで原稿の提出はぎりぎりになってしまいましたが、年末の大掃除が一つ片付いて良かったです（笑）。



★☆☆～たのしい保育園だより～☆☆★

たのしいハロウィン仮装

10月31日(火)、仮装した子ども達が、デイサービスたのの利用者様と触れ合ってきました。

カボチャおぼけのバッグに、沢山お菓子をもらってニコニコ顔の子や、泣いてしまう子もいて、賑やかで楽しい触れ合いとなりました。



たのしいクリスマス会

12月20日(水)、たのしい保育園に、あわてんぼうのサンタクロースがやって来ました。

みんなで手作りしたリースを飾り、ワクワク・ドキドキしながらサンタクロースを待つ子ども達。大きな声でサンタさんと呼んでみたものの、サンタさんの登場に泣いてしまう子も…。みんなしっかりとプレゼントをもらいニコニコ笑顔のクリスマス会となりました。



韓国風牛肉と大根の煮込み

栄養部 管理栄養士 齊藤 里奈

【材料】

- 牛小間切れ…200g ●大根…160g
- ★合わせ調味料
- (●醤油…大さじ1 ●酒…大さじ1 ●みりん…大さじ1 ●砂糖…大さじ1 ●ゴマ…大さじ1 ●生姜…10g ●にんにく…1片 ●粉唐辛子(一味唐辛子でも可)…小さじ1 ●こしょう…少々)
- 青ネギ…適量

【作り方】

- ①大根は皮をむき、2cm幅の半月切りにする。
- ②鍋に牛肉がひたる位のお湯を沸かし強火にし、灰汁をとる。
- ③2の鍋に1の大根を入れ、牛肉と大根がかくれる位に水を足し、中火で煮ていく。
- ④★の合わせ調味料を作り、煮汁が3分の1位になったら合わせ調味料の半分を加える。
- ⑤味を見て合わせ調味料の半分を加えて、弱火で煮込む。
- ⑥大根が柔らかくなれば器に盛り、小口切りにした青ネギを散らし完成。

*いつもの大根の煮物をアレンジし韓国風にしました。



編集後記

新年明けましておめでとございます。寒い毎日ですが、皆様も体調管理をしっかり行い、暖かい春の到来を心待ちにしましょう。

回復期リハビリテーション病棟 介護福祉士

中川 美希

新人紹介

①所属・職種 ②出身地 ③趣味・特技 ④どのようなことで頑張っていますか？



村田 美穂

①西病棟 看護師 ②安芸市 ③読書 ④早く職場環境に慣れ、たくさん業務をこなしていきたいです。



濱田 恵

①西病棟 介護福祉士 ②奈半利町 ③手芸 ④少しでも早く仕事を覚え頑張っていきたいと思っています。



小松 敬祐

①通所リハビリテーションの介護職員 ②安田町 ③釣り ④介護車輛の送迎など、安全運転で頑張っています。