



明和新聞

明和記念病院

〒870-0165
大分市明野北1丁目2番17号
TEL.097(573)1000

第33号
～秋号～

みなさん はじめまして



看護部長 日隈 和子

三十数年看護職に携わり、この度、明和記念病院の職員の一員となりました、日隈和子と申します。2011年未曾有の大地震の発生は、私達の意識を大きく変え、自らの生き方も問い直すチャンスを得た様にも思います。

この大変な時代に生がある、大変とは大きく変わる時、大変なチャンスをチョイスしそしてチャレンジC・C・Cを日本人の根底にある助け合い、思いやり、天に対して畏れ入り奉る心にて行動する、患者様においては、我が父、母の如く看護・介護させていただきよう、常にお陰様の心を忘れないで頑張っていきたいと思ひます。
どうぞ宜しくお願いいたします。

明和俳句
どの子にも月を指さす時期がある
朝霧に光輝く稲穂かな

山村 哲雄



外来リハビリでは こんなことをしています!!

当院の外来リハビリテーションは、地域に密着した支援を掲げ行っています。
利用される方は60～90歳代の方と幅広く利用されています。

脳血管障害、神経難病、骨折などの
整形外科疾患の方が多いです。



骨折で入院して、
退院したが
一人で歩くには
少し心配だなあ…

麻痺がひどくて
思うように手が
動かないわ…

食事中むせて
しまうな…

話じつらいな…
なかなか
言いたいことが
伝わらないなあ

このような方にお勧めします



「歩行訓練の前に ストレッチしましょう」

体に生じた痛みや疾患により生じてしまった体の動きにくさなどに対してマッサージや各疾患に応じた専門的な運動を行なうことでそれらの軽減を図っています。



「握りにくいことは ありませんか？」

棚の上の物が取れない、箸が使いにくいことや細かい作業ができない事に対し良い方法がないか一緒に考えていきます。

人生を楽しく過ごせるように支援できればと思っています!!
活気あふれるスタッフがお待ちしておりますので、
ぜひお気軽に声をかけて下さい。
(担当 外来リハビリ 岡田まで ☎573-1000)



お待ちしております!!



「飲み込みにくさは ありませんか？」

ことばによるコミュニケーションや食べることに問題がある方々とそのご家族とともに、よりよい生活が送れるようがんばっています。

教育委員会活動中!

3病棟 看護主任 小野 秀子

教育委員会では、年間計画として医療安全、感染対策、接遇、研究発表などの全体研修を実施しています。今年度の目標として「基本に戻ろう」ということで、口腔ケア、褥瘡、スキンケア等、看護、介護共に基礎をしっかり再確認し、新しい知識技術を身につけ、患者様に十分な看護サービスを提供できるように様々な研修を企画しています。



デイケアの体験してみませんか?

デイケア係長 平野 政治

デイケア(通所リハビリテーション)は、自宅で生活されている利用者様に対し、「自宅での生き活きた生活」の継続をお手伝いします。

自宅までの送迎や入浴、おいしい昼食をご用意させていただいております。また、専門スタッフにより個別にリハビリ計画を立て、それに沿って実施しております。多彩なレクリエーションや生花・手芸等グループ活動や、毎月の誕生会、その月の誕生者のお出かけ(美術館・佐野植物公園)、その他季節の行事を行っております。

体験利用(500円のみ)も可能ですので、是非一度ご利用下さい。お気軽にご相談下さい。



リレ→ト→ク



3病棟 秦 耕造

当院に入職して4ヶ月経ちましたが、介護の仕事は初めてで、戸惑う事ばかりですが、スタッフの皆さんが優しく教えてください、患者さんには

温かい励ましも頂き、毎日が充実し、楽しく働かせていただいています。趣味はバイクでツーリングをすることで、近いうちに四国ぐらいまで友達と行く予定です。

一日でも早く、仕事の技術・知識を身につけていき、患者さんに合ったケアを提供できるように精進していきたいと思います。



4病棟 藤井 涼

最近私がハマっていることを紹介します。それはぬいぐるみや食べ物を取るクレーンゲームです。取るまでの間がやっぱり楽しく、取った時の達成感は何とも

いえません。もっと腕を磨き完璧に取れるように頑張っていきたいです。

当院に入職して2年になりますが、只今皆勤中です。長いようで短かった気がします。現在の目標は介護福祉士の資格を取得し自分のスキルアップをはかることです。今後も体調管理に気をつけて仕事に励みたいと思います。



デイケア 長岡 秀和

近況の変化を少し書かせて頂きます。今年の4月に結婚しまして、7月28日待望の第一子(男の子)が無事生まれました。名前は「蒼空」と書いて「そら」と読みます。

名前の由来は夏の空の様に青く綺麗で壮大なという意味で命名しました。画数は、もちろんバッチリです。徐々にですが父親としての実感と親としての責任感を感じている今日この頃です。家の中でも家事・育児等徐々にですが頑張る様に心掛けています。子供の成長とまた父親として成長していく姿を温かく見守って頂けたらと思います。

南瓜と豆乳のヘルシーチーズケーキ

材料 17.5×8cm パウンドケーキ型1本分

- クリームチーズ 100g ● グラニュー糖 大さじ2 ● 卵 1個 ● 薄力粉 大さじ1.5
- 豆乳 100cc ● カボス果汁 小さじ1.5 ● バター 10g ● 南瓜 150g
- メイプルシロップ 小さじ1 ● レーズン 大さじ1(ブランデーに漬けておく)
- ビスケット 5枚 ● バター 15g ● 飾り 南瓜の種2粒

作り方

- ① ビスケットはビニール袋に入れすりこぎなどでたたいて粗く潰し、溶かしたバター15gを加える。なじんだらオーブシートを敷いた型の底にしっかり敷き詰める。
 - ② 南瓜は皮を剥いて薄く切り、電子レンジで2分加熱。熱いうちに潰してメイプルシロップを加え冷ましておく。
 - ③ ボウルにクリームチーズを入れゴムベラでよく練る。なめらかになったらグラニュー糖を加え、泡だて器でよく混ぜる。
 - ④ 卵を溶き、数回に分けて加え、そのつど混ぜる。
 - ⑤ ふるった薄力粉、豆乳、カボス果汁の順に加え、そのつどよく混ぜ、溶かしたバターを熱いうちに加え混ぜる。
 - ⑥ ①に②を上から重ね平にしてレーズンを散らし、⑤を流し入れる。180度のオーブンで約40分焼き、オーブンから出して荒熱がとれたら、網の上で冷ます。
- * できたらで食べてとふわふわ、冷蔵庫で冷やすとしっとり、どちらもおいしくいただけます。



ポイント 管理栄養士 野口 裕美子

生クリームの代わりに豆乳を使用し、南瓜を底に入れて底上げしクリームチーズの使用量を減らすことでひと切れ(4等分)140kcal 減らすことができました。

南瓜は粘膜や皮膚を丈夫にして風邪予防や美肌に効果があるβ-カロテンやビタミンCが含まれています。南瓜のビタミンCは糖質に守られているため熱に強く、チーズや豆乳に含まれるたんぱく質やカルシウムと一緒にとることでストレス緩和作用があります。

クロスワードパズル

A B C D

		6			8
	1			7 A	
2					
3 C					
4	B			5	D

- ヨコのカギ
1. 1954年から経済成長が〇〇〇〇する。
 2. 血糖値を低下させるため、糖尿病の治療にも用いられている。
 3. 「太陽」を英語でいうと?
 4. お祝いをして振り払おう。
 5. 〇〇くよするな。
- タテのカギ
1. 男女が結婚の約束をすること。
 2. 病気になったら診てもらいましょう。
 6. ナシの一種。幸水・新水とともに三水のひとつ。
 7. 飲み物を英語でいうと?
 8. 農地、宅地、グラウンドなどの過剰な地下水を排除するための吸水管



編集局だより

皆様こんにちは。紅葉が際立つ爽やかな秋本番になりつつあります。今後一年を通し爽やかな内容とオリジナリティーのある発想や内容を取り入れ、皆様方に四季折々の明和新聞を楽しみにして頂ける様邁進していきたく思います。

3病棟 衛藤 晶