医療法人 芙蓉会 通信

みなみん

第2号

2015年5月発行

みなみんは地域の皆様とご一緒にできるかぎり元気で、
たとえ人の助けが必要になっても安心して住み続けることができる
まちづくりの知恵を出し合っていきたいと思います。

▲アオバズクは夏に神社などで見られます。写真は宮山昇様が春日神社で撮影されました。

メディカルケア南ヶ丘開設！

6年ぶりの介護付有料老人ホームが誕生しました。

※筑紫エリアにおいて（春日市・大野城市・太宰府市・筑紫野市・那珂川町）

地域包括ケアシステムとは

最後まで住み慣れた地域で過ごすために「医療」「介護」「予防」「住まい」「生活支援」を一体的に提供していくしくみです。

発行：医療法人 芙蓉会

■ 筑紫南ヶ丘病院　■ メディカルケア二日市温泉　■ ケアプランサービス「南ヶ丘」
■ 南ヶ丘訪問看護ステーションききょう　■ メディカルケア南ヶ丘

医療法人 芙蓉会 ☎ 092-595-0595
HP http://www.minamigaoka.jp/
〒816-0971 福岡県大野城市牛頸 1034-5

筑紫南ヶ丘病院でクリック！ 筑紫南ヶ丘病院 検索

芙蓉会職員のおしゃべりタイム

卒業式の翌日から働き始めた頑張り屋さん

4F K.Tさん

高校を卒業して、なれない地での初めての職場ということで不安だらけだったのですが、みなさんやさしく声をかけて下さったり教えて下さり毎日楽しくお仕事をすることができています。まだわからない事だらけですが、早くみなさんの力となれるよう日々頑張っていきたいです。

無遅刻無欠勤。いきいきと働く姿に感心しています！

心に残った「師長を贈る言葉」。今思い出しても涙が出てきそうないい合唱でした。

昨年、M師長が定年（実は引き止められ続けて○年超過）退職されました。年末に3F東スタッフが海援隊の「贈る言葉」の替え歌を芙蓉会のカラオケ大会で披露しました。歌詞の一部をご紹介します。口ずさんでみて下さいね。

◎歌：3F東 全員　◎作詞：S.Sさん

♪優しい笑顔で病室回る　師長は皆の目標でした
恐い顔で叱られたけど　それも師長の愛情でした
求めないで優しさだけじゃ　人を強くはしないのだから
おかげでこんなに成長しました　もう恐くない、師長の顔も
これから始まる暮らしはきっと　ビール三昧　朝からでしょう
だけど体には気を付けてください　全然若くはないのだから♪

（一部抜粋）

マイレシピ【簡単本格派】

玉子豆腐

材料
◎豆乳（紀文）…600cc　◎しお…少々
◎玉子…4個　◎白だし…少々

作り方
1）材料をまぜてこす。
2）20分くらいむす。
3）めんつゆにみりんを少し入れたたれをかける。

2F M.Kさん

カラオケ大会で3F西 優勝の牽引役

芙蓉会の歌姫 I.Kさん

カラオケ大会で思いっきり歌えて楽しかったです。もちろん賞金でみんなと食べた焼肉も最高でした。いつも観客を自分の歌の世界に引き込むような歌声を届けたいと思って歌っています。小さい頃声優かNHKの歌のお姉さんになりたいと思っていました。ピアノやフルートのレッスンも続けています。

七夕会やクリスマス会でも彼女ののびやかな歌声を心待ちにしている人がいます☆

健康教室スケジュール（5月～9月）

どなたでもお気軽にご参加ください！（要予約）

5月28日（木）◎11:00～12:30	栄養サポート・ランチの会（栄養に関するお話とお食事会）
6月17日（水）◎14:30～15:40	いきいき！健康脳のつくり方『運動で出来る認知症予防』おうちでカンタン!!やってみましょう!!
7月23日（木）◎11:00～12:30	栄養サポート・ランチの会（栄養に関するお話とお食事会）
8月19日（水）◎14:30～15:40	よく眠れていますか?『睡眠薬との付き合い方』 検査値に振り回されないために『生活習慣病の検査』
9月17日（木）◎11:00～12:30	栄養サポート・ランチの会（栄養に関するお話とお食事会）

《お申し込み・お問い合わせ》
筑紫南ヶ丘病院　連絡先：092-595-0595

南ヶ丘訪問看護ステーション ききょう・ケアプランサービス「南ヶ丘」

満9年になります。

平成18年9月に事業所開設を行い、約9年になろうとしています。

「私たちは、高齢者の生活の質の向上の為、真心をこめて、支援いたします」の理念のもとに、日々在宅で生活されている方の支援をさせていただいています。

病院サイドで5月から地域包括ケア病棟をスタートさせたのに伴い、在宅でも医療、介護、福祉の多職種の方々との連携により、誰もが住み慣れた地域で、住み慣れた我が家での生活が、一日でも継続できる事を願っています。

病気を持っていても、家族や本人が安心した生活が出来るように、その人に合った社会資源を活用し、その人らしい生活が出来るようにこれからもお手伝いさせていただきます。

訪問部 師長 松岡いそ子

「栄養サポートランチの会」は42回目を迎えました！

平成20年5月に開始した「ランチの会」は元気で健やかになるための食生活の知恵を学ぶランチ付きの健康教室です。どなたでも参加することができます。お待ちしてます！（要予約、参加費として800円程度必要となります）

栄養課主催の第42回「栄養サポートランチの会」が3月26日に行われました。最初に栄養士の話。

今回は、「健康の秘訣＝まず出すこと！」というテーマを提供しました。

ウンチの説明には笑い声があちこちからあがりました、その後実際の食事を見てもらいながら食事の説明をしました。「うわ～素敵！美味しそう！」「これで何キロカロリーですか？」と華やぎました。

いよいよ食事。春を意識した献立は、皆さん喜ばれました。

管理栄養士 梶川聡美

じゃがいものチーズガレット

肉料理の付け合わせや、おやつにどうぞ。

材料
◎じゃがいも（メークイン）…2個　◎パルメザンチーズ…大さじ2　◎しらす干し…大2　◎塩…小さじ1/4　◎こしょう…少々　◎サラダ油…大さじ1　◎バター…大さじ1

作り方

1）メークインは皮をむき、千切りにして、水にさらさずそのままボウルに入れます。パルメザンチーズ、しらす干し、塩、こしょうを加えてよく混ぜ、2～3分置いて少ししんなりさせます。

2）フライパンにサラダ油を熱してバターを溶かします。1)を1/6量ずつ平らに円形にまとまるように入れます。

3）弱めの中火で3～4分焼き、まわりが少し透明になってきつね色に焼けたら、上下を返してもう片面も3～4分焼いて火を通します。

（参考資料：明治デイリーズレシピ　1個分：75kcal）

食物繊維たっぷりのヘルシーランチ

★菜の花散らし　★海老のしんじょ椀　★魚の香味焼き　★若竹煮　★じゃが芋のチーズガレット　★白滝とピーマンの炒り煮　★ひじきと水菜のサラダ　★ピンクグレープ羹　★コーヒーor紅茶

総カロリー 568kcal

連載 そうだ！地域包括ケアシステムだ①

～不安を一歩ずつ一歩ずつ安心に変えて行きましょう～

ご近所のつながり編

○○さんいる？

はーい！

竹の子食べる？

ありがとう
あがってお茶でも飲んでいって

近々娘の近くに引っ越すことにしたの

どうして！

一軒家に一人じゃ**いろいろ心配だから**

さみしいわ

その「いろいろな心配」を地域全体で支える。それが地域包括ケアシステムです。

芙蓉会にできること その1

介護予防

高齢者は10年前より11才若返っているといわれています。私たちは、病院で、施設で、時には地域にでかけて介護予防の取り組みなどを行っています。

牛頸公民館での健康教室

南ヶ丘コミュニティセンターでの講演

離床プロジェクト「5F病棟のお花見散歩」

こぼれ話 「メディカルケア南ヶ丘」の内覧会を盛り上げた南ヶ丘病院のレストランスタッフ

4月25日（土）に「メディカルケア南ヶ丘」のお披露目パーティーが行われましたが、そこで評判だった料理は百武さんはじめレストランスタッフの手作りでした。

シリーズ 芙蓉会の縁下力（えんげりょく）① 縁の下の力持ち

「今を大切に、今から先も大切に、安全で美味しいお食事を提供いたします。」

（株）ミールマックス
百武正雪さん

元気な厨房スタッフの中で、いつも笑いの中心にいる百武さん。育児休暇中の若い職員さんが赤ちゃんを見せに来たりで、チームワーク抜群です。手のかかることもいとわず、裏山の栗を渋皮煮にして給食に出してくれたりもします。