

JAとりで通信

第325号 2017年10月31日



発行 JAとりで総合医療センター 〒302-0022 茨城県取手市本郷 2-1-1 E-mail: toride@medical.email.ne.jp 発行人 新谷 周三
TEL 0297(74)5551 (代) URL http://www.toride-medical.or.jp/

LEADER

新リーダーに 聞く



リハビリテーション技師部長
豊田 和典

「入院患者さんの場合、一日20分から1時間位のリハビリをマンツーマンで毎日行います。この時、入院

患者さんの本音を
受け止める

リハビリテーション技師部長で、理学療法士として18年目の豊田和典さんにお話を伺いました。

「スタッフの教育システムにも力を入れています。新人には、5年・10年目になるプリセプター（新人を教育・指導する担当者）を配置し、日常業務から研究活動まで指導、援助します。

教育システムに
力を入れて

生活の中で感じているストレスなどをポロッと話してくれる時もあります。それを受け止め、大事な情報として他職種間で共有するようになっています。

リハビリテーション部には現在、理学療法士が33名、作業療法士が11名、言語聴覚士が4名、合計48名の技

専門性を高めて
もらうため

さらにその上に、15年目位の技士もかわります。このスタッフは、プリセプター側の悩みやストレスを緩和してあげるのが役目です。

豊田部長は日本史が大好き。ストレス解消に、お風呂で湯舟につかりながら「歴史人」を読むのが楽しみです。

士がおり、一日にリハビリ治療を受ける患者さんは約200人です。

「当院のリハビリは、急性期から回復期、さらに在宅まで一貫して関わっています。技士として、専門性を高めてもらうため診療科別にチームを組み、「外科班」「内科班」「回復期班」と分かれていて、班ごとにリーダーもいます。学会発表も年間約20演題位行っていますが、今後は発表内容の質を高める方向を目指そうと考えています」

第26回ふれあいまつり

盛況に開催、約800名来場



左からはひなちゃん、ひばりくん、みとちゃん

「健康横丁」の様子

第26回ふれあいまつりが10月14日に開催され、約800名の皆様が来場され賑わいました。

今回のテーマは「知っていますかあなたの未病？未病を知る人間ドック」とし、健康管理センター内に人間ドックの説明コーナーも設けました。

講演会ではがん医療を取り上げ、宇田川外科部長と山下呼吸器内科部長、嶋田放射線科部長が講演しました。午後のミニ講演会では「当院の超急性期脳梗塞治療」と題して、河野脳神経外科部長と石原神経内科部長が講演。両方の講演会とも多くの皆様が熱心に聴講



茨城県立藤代高等学校吹奏楽部の演奏

されていました。

茨城県立藤代高等学校吹奏楽部と「CTK Brass Quintet」のみなさんの演奏には、大きな拍手が送られていました。正面玄関前のJA茨城みなみとJA竜ヶ崎のコーナーは毎年人気があり、今年も行列が出来ていました。

「取手大利根ライオンズクラブ」、「NPO法人透析回避をめざす腎生会」、「取手市消防本部」からもブースを設けて頂きました。取手警察署からのパトカー展示など、多方面の皆様からご協力を頂きお礼を申し上げます。

「健康横丁」（血圧、骨密度、血管年齢を測定）と「血糖測定コーナー」にも、昨年にも増して多くの方がみえました。昨年より多いスタッフで対応しましたが、行き届かなかった点もありお詫びいたします。

秋雨の中、お出で頂いた多くの皆様に改めてお礼を申し上げます。

第20回国際農村医学会・学術総会 第67回日本農村医学会・学術総会

2018年10月10日～12日

東京で合同開催

10月5日、6日と第66回日本農村医学会学術総会



合同開催を説明する新谷院長（右端）



第66回日本農村医学会学術総会の様子

会が沖縄県で開催され、当院からは医師等が10演題を発表しました。

また、当院の新谷周三院長が日本農村医学会の理事長に就任しました。

来年の第67日本農村医学会学術総会（学会長、千葉大学大学院医学研究・公衆衛生学教授の羽田明先生）と第20回国際農村医学会学術総会（学会長、新谷周三）が、2018年10月10日から12日まで、東京有明の東京ファッショントアウンビルにおいて、初めて合同開催されます。

メインテーマは、「高齢化・生産人口減少社会の中での地域医療 in the world・日本では首都圏、地方都市、中山間地のそれぞれにおいて・・・」です。国内外から多くの方々のご参加をお願い致します。

今

号より、数回にわたり『栄養だより』と題し、栄養や食事についてお話をさせていただきま。日々の生活の中で、こんな時はどんなものを食べたらいのかなど、疑問に思ったり、栄養と食事のことに少しでも興味がありましたら、ご利用いただけたら幸いです。

最

近、テレビや雑誌で話題になっていくる栄養や食事のこと、健康に関するいろいろな情報が日常のなかにあふれています。

この食べ物には目にいい、あの食べ物は糖尿病にいいから食べるなど、からだにいいからといってたくさん摂ったりしていませんか？

どんなに体にいいと言われていても、食べ過ぎは禁物です。食べ物を平らに食べる。いろいろな食べ物を食べることが大切です。

今

回は『栄養』についてお話しをしたいと思います。

栄養と聞くと、何を思い浮かべますか？

「たんぱく質」や「ビタミン」などといった言葉が思い浮かぶのではないのでしょうか。

実は「たんぱく質」や「ビタミン」は栄養素といい、栄養そのものではありません。

私

たちは「食べる」とを通じて、必要な「栄養素」を体内に取り込み、からだを動かすエネルギーとして使ったり、健康なからだをつくらたりしています。

この生命を維持する一連の活動を『栄養』といいます。食べて栄養素をとり、からだを維持していくこと、『栄養』活動は生きることそのものなのです。

栄養だより (1)

栄養について

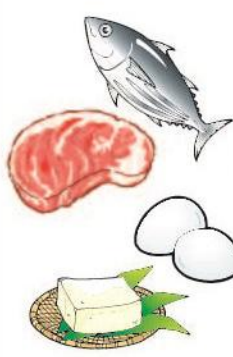
栄養技師部長 唯根理子

ま

ずは、『五大栄養素』を知りましょう。栄養素のなかには、エネルギー源となるもの、からだの調子を整えるもの、栄養素によって様々な働きがあります。

たんぱく質

筋肉や骨や血液などから材料をつくる材料



脂質

少量でも効率の良いエネルギー源・細胞膜やホルモンの材料



炭水化物
からだの主要なエネルギー源



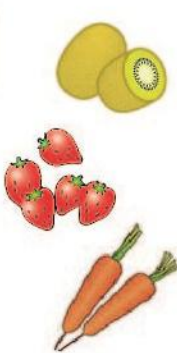
ミネラル

からだの働きを正常に保ち、生命の維持に必要な栄養素



ビタミン

からだの調子を整える



か

らは、栄養素のいずれかが足りなかったり、多すぎたりするとからだの調子を崩しやすくなります。

いろいろな食品を食べ、バランスのよい食事をすることが、すこやかな日々を過ごすことにつながります。

今回は、『一年のしめくり、年末に向けての食事』についてお話しをしたいと思います。

院内保育所からお誕生日おめでとう

小倉 知己 (おぐら ともき) くん

3さい

平成26年10月22日生まれ



最近少しずつお話しができるようになってきたので、これからいっぱいお話ししようね。元気いっぱい走り回るのはいいけど、追いかけるのが大変なのでほどほどに！たくさん食べて、すくすく成長してね。・・・お母さんより

第5回 医療スタッフによる 公民館健康セミナー

毎日取り組む転倒予防

◆11月29日(水) 午前10時～正午
相馬南公民館

◆講師 JAとりで総合医療センター
リハビリテーション部
理学療法士 山本 一樹

◆定員：申し込み先着50名様

◆申し込み：保健センター 電話 0297-85-6900

人の動き

【採用】 上田 真由美 看護部
(9月) 及川 正代 看護部
倉益 直子 看護部



管理栄養士の

治療食レシピ

さけのラビゴットソースかけ

「ざくろの会」(糖友会)では、糖尿病食の調理実習を管理栄養士の指導のもと、定期的(3か月に1回)に行っています。

今回は、「さけのラビゴットソースかけ」と「しらたきとえのきのしぐれ煮」などを作りおいしくいただきました。



「ざくろの会」のみなさん

材料 (1人分)

さけ	80g
塩	0.3g
こしょう	少々
油	1g
トマト	1g
きゅうり	20g
たまねぎ	20g
オリーブオイル	3g
酢	6g
ベビーリーフ	15g

作り方

- ① トマト・きゅうり・たまねぎを粗みじん切りにする。
- ② ①をボールに移し、オリーブオイル・酢・こしょうを入れる。
- ③ ベビーリーフは水で洗っておく。
- ④ さけの水気をふいて、塩とこしょうをふっておく。
- ⑤ フライパンに油をひき、④をいれて、中火から弱火の火加減で焼く。
- ⑥ 火が通ったら、お皿に移し、③を盛り付け、②をさけにかける。

糖
尿
病
食