

たしよ



第 117 号

平成 28 年 5 月 発行

独立行政法人地域医療機能推進機構
神戸中央病院附属介護老人保健施設

新舞踊



春の演芸



銭太鼓



惣山町、悠遊クラブによる新舞踊、銭太鼓を行いました。音楽に合わせた踊りを披露！お揃いの衣装に施設が華やかな雰囲気になり、楽しいひと時となりました。

施設 1 階ロビーに展示している五月人形です。最近では自宅に飾られることも少なくなってきました。改めて見ると立派ですね！



採用職員紹介



【採用】(平成28年4月1日付)

理学療法士 高氏 幸美

作業療法士 長友 洋一郎

介護福祉士 秋田 英士

【異動】

看護師 山田 達也 神戸中央病院より

【退職】

運転手 植木 美晴

家族介護教室開催のお知らせ



テーマ： 介護者のストレスケア対処方法

日時：平成28年5月25日(水) 13:30~15:00

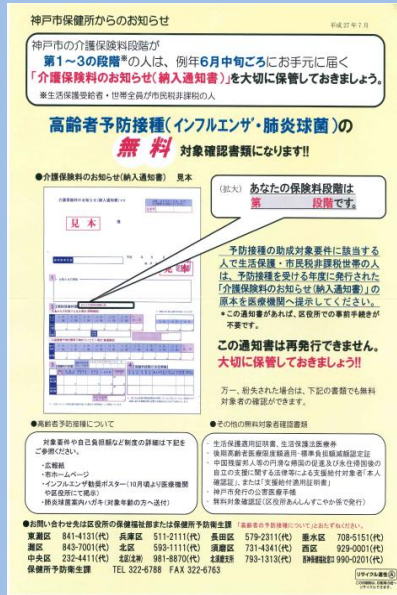
場所：JCHO 神戸中央病院附属介護老人保健施設 4階会議室

家族介護教室



平均寿命のうち、健康で活動的に暮らせる期間のことを『健康寿命』と言い、早い時期から健康な生活習慣を確立し、体のメンテナンスや発病予防などの考えを持って生活することが大事とされています。その中の、食生活をテーマに講義を行いました。基本的なことかもしれませんが、1日3食、規則正しく食事を摂り、料理の工夫で食べやすく、緑黄色野菜や肉や魚など栄養素を考えて調理することが健康の秘訣のようです。また、簡単に調理にプラスできる食材として、粉豆腐、レンコンパウダーやココナッツオイルなど、調理師お勧めレシピの紹介も行いました。参加者からはすぐに役立つ料理方法を学び、良かったというご意見などを頂き、好評な教室となりました。少しでも『食』というものを意識して健康で楽しい日常生活が送れる、お役に立てればと思います。家族介護教室の内容は惣山町自治会館でも定期的に行っていますので、是非、お近くの方は足を運んでみてください。

高齢者予防接種（インフルエンザ・肺炎球菌）の無料対象確認書類について



神戸市の介護保険料段階が第1～3の段階※の方は、例年6月中旬ごろにお手元に届く『介護保険料のお知らせ（納入通知書）』を大切に保管しておきましょう。

※生活保護受給者・世帯全員が市民税非課税の方が対象となります

*当施設の1階ロビー掲示板にポスターを貼りだしていますのでご参照ください

介護支援ソフト導入



当施設では平成28年4月1日より介護支援システムをさらに活用していくため、新たに19台のパソコンを導入しました。今まで書類で情報交換していた物が、システムを運用することにより医療との連携強化や記録の活用などパソコン画面での作業に変わってきました。導入直後はパソコン操作に慣れない職員も悪戦苦闘しながらキーボードを叩くことが出来るようになり、少しずつですが作業時間の削減に努めている最中です。その分、利用者様にゆとりあるケアの充実が図れるよう職員一同、努力していきたいと考えています。ご理解の程、宜しくお願いします。

サービスステーション
内にて診察中

デイケアの部屋にて記録中



鯖の照り焼き (1人分)

材料

☆新生姜の甘酢漬け
新生姜 20g
酢 小さじ1
砂糖 小さじ1/2
塩 少々

さわら 1切れ
濃口醤油 小さじ1強
砂糖 小さじ1/2
調理酒 少々
みりん 少々
青しそ 1枚



新生姜

《新生姜の作り方》

- ① 新生姜は赤い部分を残して薄くスライスする。
- ② ①をサッとボイルする。
- ③ 合わせ酢を作り、②に漬けこむ。

《さわらの作り方》

- ① さわらを調味料に30分程漬ける。
- ② フライパンで焦がさないように焼く。
- ③ 青しそを敷き、①を盛り付ける。

*火が強すぎると焦げるので注意して下さい。
生姜の根茎(根しょうが)のことで、種生姜から分かれてできたものを新生姜といい、2年以上たつとひね生姜といえます。
*甘酢漬けにしたものがピンク色になるのは、生姜に含まれるアントシアニン系色素が酢と反応したためです。

*生の生姜は殺菌作用にすぐれ食中毒が懸念される梅雨の季節には最適なメニューです。是非この機会に作り置きしてみてください

お知らせ

理美容 (散髪¥2000・顔剃り¥1500)

【6月】1(水) 2(木) 3(金) 6(月) 7(火)

【7月】1(金) 4(月) 5(火) 6(水) 7(木)

*申し込み締切日：前月の25日まで

喫茶・売店

【6月】8(水) 22(水)

【7月】13(水) 27(水)

お茶会

【6月】14(火) 28(火)

【7月】12(火) 26(火)

行事

5月18日(水) オカリナ演奏

(2階) 14:00~14:15

(3階) 14:20~14:35

編集後記

先月4月14日、16日と相次いで熊本県、大分県で大地震が発生し多くの被害が出ました。神戸の震災から21年。備えに対する意識も自分の中で薄くなっていったように思います。当施設でも、防災訓練や備蓄食など基本的な備えは行っていますが、日頃から今、地震が起きたら…と意識して生活していくことが大事だと改めて感じました。

震災で被害に遭われた方にとって、これから梅雨の季節、ますます大変だとは思いますが、神戸が復興したように希望を持って生活していただきたいと願っています。

(坂根)



独立行政法人地域医療機能推進機構
神戸中央病院附属介護老人保健施設
〒651-1145

神戸市北区惣山町2-1-9

TEL 078-595-2323

FAX 078-595-2717