

デイサービス三輪だより

6月のお楽しみイベント★手打ちうどん



朝からこねたり、切ったりの作業をして、昼にうどんが完成！出来たうどんはお昼に美味しく頂きました。

事業拡大のためスタッフ募集中！採用フェアを開催いたします

日時 7月11日（水） 13時～19時

7月14日（土） 9時～12時

会場 ぽっぽ町田 B1階(町田駅徒歩5分)

予約不要

入退場自由

ご都合のよい日時にお越し下さい

募集職種

介護士
看護師

お問合せ

☎ 044-988-2322
(総務課採用担当まで 月・土 9時～17時)

7/12（木）、7/13（金）に予約制の院内見学・説明会も実施いたします。採用フェアとどちらかご都合のよい日にご参加ください。



ズッキーニのツナチーズ焼き

399kcal 約300円

夏もいよいよ本番！もう夏バテしていませんか？簡単にサッパリしたものもいいですが、しっかり栄養を摂る事が夏バテ解消には一番の方法になります。夏野菜は体を整える効果がたくさんあります。今回は夏野菜の一つ、ズッキーニを使ったメニューをご紹介します。しっかり食べて、夏に負けない体作りをしましょう！



材料（2人分）

ズッキーニ：1本
ツナ缶：1缶（汁をしっかりと切る）
玉葱：60g（みじん切り）
人参：20g（みじん切り）
大葉：1枚（千切り）
とろけるチーズ：50g
具材に混ぜる用25g
上にかける用25g
醤油：小さじ2弱

つくりかた

- ①ズッキーニは縦に半分にカットし、スプーンでくり抜き中身を刻む。
- ②くり抜いて刻んだズッキーニ・玉葱・人参・汁気をしっかりと切ったツナ缶をフライパンで炒め、小さじ2弱の醤油で味を整える。（中に入れる食材は、冷蔵庫に残っているものでOKです。）
- ③②にとろけるチーズ25gを加えて炒め、中身をくり抜いたズッキーニに盛りつける。
- ④上にかける用のチーズ25gをトッピングして、上にアルミホイルをかぶせて魚焼きグリルで中火で6分焼く。
- ⑤3分焼き、焼きあがったらアルミホイルを取る。

栄養メモ

- ◆ズッキーニは瓜科の野菜で南瓜の仲間になります。血圧を下げる効果のあるカリウムが豊富です。また、ビタミンC・βカロテンも豊富に含まれているので、アンチエイジングにも効果的です！
- ◆チーズ、ツナ缶のたんぱく質を取り入れることで免疫力を上げる効果があります。夏バテしやすい体には、抗酸化作用のあるズッキーニと相性は抜群です。
- ◆大葉は緑黄色野菜で殺菌作用があり、ビタミン・ミネラルが豊富に含まれる優秀食材です。食事のアクセントにはぜひ入れたいですね！

レシピ監修：鶴川記念病院 栄養科



医療法人社団 三医会

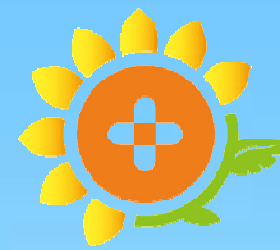


鶴川記念病院
鶴川リハビリテーション病院
在宅支援室
健診部（院内）
健診部（出張）

TEL:044-987-1311
TEL:044-988-2322
TEL:044-980-1305
TEL:044-987-9716
TEL:044-322-9152

ひまわり総合支援室
【訪問看護ステーション】
鶴川ひまわり
長沢ひまわり
デイサービス三輪

TEL:044-322-8296
TEL:044-987-6969
TEL:044-977-9674
TEL:044-980-3939



ほ、えみ

平成30年 夏 55号



リハ病院2F／3F

スタッフによる
デコレーション

平成30年 夏号のトピック

平成30年新卒職員のご紹介

地域連携活動報告

みどり山夏祭りの
おしらせ

保育室だより

デイサービス三輪だより

採用フェアのおしらせ

栄養レシピ



編集後記と今号の見どころ

今年の夏も猛暑が予測されていますね。皆様いかがお過ごしでしょうか。夏バテ予防には大切なことが4つ、適度な運動・水分補給・睡眠・栄養バランスの良い食事があげられるそうですよ。さて、今回のほほえみは毎年恒例の新卒職員特集となっています。4月から現場で活躍しているフレッシュなスタッフの想いの詰まったコメントに注目です！その他にも地域連携活動報告や栄養科からの栄養レシピなど盛りだくさんな内容となっています！夏号は暑さに負けず頑張るほほえみをお届けします！！

ほほえみ編集委員（お問い合わせは 044-987-1312まで）

新卒職員決意表明

テーマ 自分が患者様・利用者様にできること、したいこと

私は新卒で、経験もないのでできることもほとんどありませんが、これからも勉強して患者様の入院生活をより良くできるような看護がしたいと思っています。また、患者様の事を思うご家族のお気持ちを尊重することも忘れずにいたいと思います。



看護師 すずき

初めまして。私が患者様・ご家族にしたいことは患者様とご家族の立場や気持ちを理解して毎日の看護を行うということです。どんな気持ちで何を望んでいるのか、望んでいないかを常に考えていたいと思っています。よろしくお願いいたします。



看護師 どばし

患者様に寄り添い、安心で楽しいリハビリを提供していきたいと思っています。ご家族様にも信頼して患者様を預けられるような気配り・目配り・心配りを忘れないようにしていきたいです。



理学療法士 まつぎき

私が患者様やそのご家族様にしてあげたいと考えることは、患者様本人、またご家族様の要望に沿えるリハビリです。他にも患者様の心の寄り所になることやコミュニケーションがなかなか取りづらい患者様でも最善を一番に考えてリハビリをすることが大事なのかなと考えます。



言語聴覚士 さいとう

私は患者様やご家族の立場に立って思いやりの心を大切にしたいと思います。リハビリが患者様にとって心地良い時間になるよう心がけたいと思います。



言語聴覚士 おかだ

私は患者様やそのご家族を笑顔にしたいです。自分が病気になるって辛い思いをしていると思います。またそのご家族も姿を見て悲しい思いをしていると思うので私は患者様やご家族を笑顔にしたいです。



介護士 いしかわ

私が患者様にしてあげたいことは、手浴や足浴をしてあげたいです。私は仕事で患者様の清拭をしていて患者様の手や足をきれいに洗っているのでも患者様の手浴足浴はしてあげたいです。できることは、なるべく患者様と楽しくコミュニケーションをしたいです。



介護士 くろだ

当院に携わる方々一人一人に寄り添った対応をさせて頂きたいと思っています。職務上、皆様と顔を合わせる機会は少ないと思いますが、安心して心地よくご利用できるように努めさせて頂きます。



総合職（総務課） かもしだ

困っている患者様、ご家族様がいたら笑顔で手を差し伸べることが出来るので、持ち前の笑顔で対応し、1日でも1人前になれるよう精進していきます。よろしくお願い致します。



総合職（医事課） こまつ

私は子ども達が笑顔で過ごすことができ、保護者の方にも安心してお子様を預けていただくことが出来るように頑張っていきたいと思っています。



保育士 はました

みどり山夏祭り

今年の夏も夏祭りに出演&出店をいたします！
職員有志による迫力の南中ソーラン披露と（18：30～19：00頃予定）、毎年完売の焼きたてフランクフルトと夏にぴったりのタピオカドリンクの販売を予定しています。
ぜひぜひお立ち寄りください！

〈日時〉 8月18日（土）

※雨天時翌日順延

〈会場〉 三輪緑山スポーツ広場

職員専用託児施設 ひまわり保育室



それぞれ
こいのぼりを作り、
みんなで大きな
ひとつのこいのぼりに
しました。

こいのぼりの
由来を
聞きました



地域連携活動報告 医療・介護・健康相談会を開催しました

6月20日（水）、マルエツ鶴川店さんにて㈱ツクイさんと合同の「医療・介護・健康相談会」を開催いたしました。看護師や社会福祉士などの各専門家による相談ブースのほか、骨密度検査、血管年齢測定、”インボディ”による本格的な体成分分析などを体験していただきました！



血管年齢測定のようす



たくさんの方にご参加いただきました！



今後も合同イベントを開催予定です。（ホームページにて告知予定）