



平成30年 秋 56号

敬老会

9月24日(月)に敬老会を開催しました。長寿・米寿の方の表彰や、ボランティアの方による歌や踊りでお祝いをしました。



バザーのお知らせ

看護師による健康相談コーナーも!

開催日
11月24日(日)
10時スタート

冠婚葬祭で頂いたシーツ、タオル、食器などの未使用のものはございませんか?ご自宅まで取りに伺いますので、ご協力ください。

※回収は三輪緑山、三輪町に限らせて頂きます。持ち込みもOKです。
※回収品は【食器】【日用品】【雑貨】の未使用品ほか、【手づくり品】も大歓迎です。
大きいものやゴルフバッグ・食品は受け付けておりません。
※当日お買い物される方はエコバッグをご持参くださると助かります。

くわしくはお問合せください

連絡先 044-980-3939 担当 岩淵 阿部

回収期間 10月1日～11月17日まで

※バザーの収益金は、利用者様のソファベッド購入の為に使用いたします。

地域連携活動報告 -地域包括ケア事例発表会に参加しました-

去る9月21日、町田市文化交流センターにおいて鶴川記念病院・鶴川リハビリテーション病院、町田病院さん、多摩丘陵病院さん、株式会社ツクイさんと共同で「2018年度事例発表会」を開催しました!今年度は「地域包括ケア～多職種連携～」をテーマに、困難な問題を複数の事業所で解決した事例の発表とパネルディスカッションを行いました。医療と介護の支援に「同じケース」は存在しません。かならず患者さんや利用者さん独特の問題があって、それを専門職が知恵を出し合って希望をかなえていく、そんな前向きな支援への努力と、成功させる秘訣を話し合う場となりました。来年も秋に開催予定となります。観覧ご希望の方は「ひまわり総合支援室」までお気軽に御相談下さい!



◆患者様作品
「彩雲」

平成30年 秋号のトピック



🍎 看護部 & 栄養科特集 ～病院での取り組み～

🍎 インフルエンザ予防接種のおしらせ

🍎 ソーラン隊2018夏の活動報告

🍎 デイサービス三輪だより

🍎 地域連携活動報告

🍎 保育室だより

職員専用託児施設 ひまわり保育室 -すいかわりをしました-

すいかわりをしました。なかなか割れませんでしたが一工夫すいかを叩いて割り、皆でおいしく食べました!



医療法人社団 三医会

鶴川記念病院 TEL:044-987-1311
鶴川リハビリテーション病院 TEL:044-988-2322
在宅支援室 TEL:044-980-1305
健診部(院内) TEL:044-987-9716
健診部(出張) TEL:044-322-9152

ひまわり総合支援室 TEL:044-322-8296
【訪問看護ステーション】
鶴川ひまわり TEL:044-987-6969
長沢ひまわり TEL:044-977-9674
デイサービス三輪 TEL:044-980-3939

編集後記と今号の見どころ

今年は一際きびしい暑さでしたが、体調など崩されていませんか?もうすっかり秋らしくなり、過ごしやすくなりましたね。これから食欲の秋!今号のみどころのひとつも、食にちなんだ栄養科特集。旬の食材を使ったレシピにも注目です!そしてもうひとつの特集は、「看護部の取り組み」です。患者様とご家族の笑顔が少しでも増えるように、両病院の看護師・介護士が協力して行なっている取り組みの一部をご紹介します。秋のほほえみ、最後までお楽しみください。



看護師・介護士が協力して企画から制作までを行い、病棟談話室にて100歳を迎えた患者様のお祝いをしました。



看護部の取り組み

～患者様とご家族の笑顔が少しでも増えるように～

ナースステーションや病棟の廊下には、患者様やスタッフが作成したにぎやかな装飾が。季節ごとに入れ替えを行なっています。



移動ができる患者様は、病室から談話室まで介護スタッフがお連れして、ほかの患者様やご家族といっしょに食事をとってもらっています。

また、食事前には介護スタッフが指導して「えん下体操(お口の体操)」を行い、患者様の食べる・飲み込む機能の向上をはかっています。



ソーラン隊2018

新入職員を中心とした有志で活動するソーラン隊。今年のみどり山夏祭りで総勢31名による迫力の演舞を行なったほか、地域の敬老会でも踊りを披露しました。



栄養科ってどんなところ？

管理栄養士、栄養士、調理師、調理補助スタッフの所属する栄養科では、「個人の食歴を尊重し家庭に近い暖かみのある食事をお出する」をモットーに、毎月1回の行事食や食事アンケートの実施など、さまざまな工夫をしながら、毎日患者様ひとりひとりに合ったお食事を提供しています。入院食の提供以外にも、栄養指導、院外での講演会などの活動を行っています。今回はその一部をご紹介します。

栄養指導

管理栄養士が、食生活に不安のある方や病気で食事制限のある方を対象に、その方に合わせた栄養相談を行い、健康寿命を延ばすお手伝いをします。

- 糖尿病の治療中
- コレステロールが高い
- 血糖値が高い
- 血圧が高い
- など

鶴川記念病院で栄養指導を受けるには…

外来診察の際、医師または看護師にお声かけください

管理栄養士による講演

これまでに「コンビニ活用らくらくクッキング」「目からウロコ！油を制すれば身体を制する」などのテーマで、調理実演・試食を交えた講演を行なっています。



鮭のマスタード焼き

10Y 233kcal ● 約119円

今年の夏はとても暑かったですね。暑さも和らいでいき、食欲の秋となってきます。あなたの好きな秋の味覚はなんですか？今回はこれからの旬のものを使ったレシピで秋をおいしくいただきましょう！

材料(1人分)

鮭 ※肉でも可	… 60g	パン粉	… 5g
塩・こしょう	… 少々	パセリ	… 少々
粒マスタード	… 8g	ブロッコリー	… 添え程度
マヨネーズ	… 15g	しめじ パプリカ	

栄養メモ

- ◆ 鮭・きのこ類はビタミンDを多く含み、鮭1匹で1日分の摂取量を満たします。
- ◆ ビタミンDはカルシウムの吸収を促し、骨の形成が促進されるので、骨粗鬆症予防にもなります。また、筋肉の合成を促す効果もあります。
- ◆ 鮭の赤色はアスタキサンチンという成分。強力な抗酸化作用があり、アンチエイジングになります。



レシピ監修：鶴川記念病院 栄養科

つくりかた

- ① 鮭に塩・こしょうをふる。
- ② ①を魚焼きグリルで5～6分焼く。マスタード、マヨネーズ、砂糖をあわせておく。
- ③ あわせた調味料を鮭に塗り、パン粉をかけて1～2分焼く。
- ④ ③にパセリをふる。

インフルエンザ予防接種のおしらせ

今年もインフルエンザの流行の季節が近づいてきました。鶴川記念病院では、10月中旬～下旬よりインフルエンザの予防接種を開始予定です。料金は昨年と同様です。

13歳以上	: 3,800円	2回目(希望者)	2,800円
6か月～2歳まで	: 2,300円	2回目	1,800円
3歳～12歳まで	: 3,800円	2回目	2,800円
町田/八王子/日野/稲城/多摩市の65歳以上の方 : 2,500円			

※ワクチンの入荷数が少ないため、ご来院前に電話でお問い合わせのうえご確認ください。044-987-1311(代表)