

デイサービス三輪だより

おとなの学校

デイサービス三輪では毎日14時頃から「おとなの学校」を実施しています。おとなの学校とは「学び」をテーマにした学習の活動で30分程度の勉強です。

「おとなの学校」に参加する事で脳が活性化され認知症予防にもなり、ご利用者様ひとりひとりの意欲向上に繋がっています。

学びの風景



7月1日 日直 阿部

見学を希望される方は担当までお問合せ下さい。 ☎044-980-3939 担当 阿部

医療と介護の地域連携ニュース「ひまわりのタネ」

外出しない連携のはなし

桜が咲く前から病院と介護事業所はコロナの話で持ちきりでした。ご家族が入院されていたり、施設入所されている方は面会できず、非常にご苦労をなされたと思います。この3か月間、地域の連携を担当する私たちも、お互いの状況が見えるようになるまで試行錯誤を繰り返しました。コミュニケーションの大事さと、それを対面で行えないことの難しさ。「離れたままでつながるように」を叶えてくれたのはやはりテクノロジーでした。



会えなくても、顔を見て話すこと

コロナウイルス感染拡大下での連携は、直接発症患者さんを受入れている救急病院だけでなく、多くの免疫力が低下した患者さんや利用者さんが利用されているその他の病院や施設でも、救急病院同様対応に細心の注意を払ってまいりました。その一つとして直接会わなくても顔が見えるWeb会議や医療用SNSを活用して、医療や介護の情報のやり取りを行いました。今はまだ設備等ハードルの高いWebですが、この技術がもっと進化すれば、オンライン診療やお家からの面会など、患者さん、利用者さんに近づける大事な技術に育つかもしれません。



健康相談会中止のお知らせ

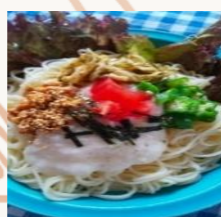
6月開催で予定しておりました「マルエツ鶴川店」さん、「スターバックスコーヒー鶴川店」さんでの健康相談会ですが、より安全な形での再開を実現させるために、今回は中止とさせて頂きました。次回開催日は院内掲示等でお知らせ致しますので、何卒ご了承下さい。

イベントの御相談 講演等のご依頼は (相談再開しました) ひまわり総合支援室 地域連携担当まで ☎044-322-8296



免疫力を上げる！ パリパリネバネバそうめん

1471kcal 183円



7月は暑さに負けずに免疫力を上げるパリパリネバネバそうめんを紹介します。

材料 (1人分)

- ・そうめん 80g
- ・パリパリネバネバすぐにできるお料理袋1/4袋 (切り干し大根ときざみ昆布で代用可能)
- ・市販の希釈用のめんつゆ100ccと水100cc
- ・納豆 1/2パック
- ・長芋 3cm位
- ・おくら 2本
- ・トマト中サイズ 1/6
- ・きざみ海苔・ゴマなど

つくりかた

- ① パリパリネバネバを作る。(袋に記載してあります)
- ② 市販のめんつゆ100ccと水100ccを合わせ、①に入れよく混ぜる。
- ③ 長いものは皮をむきおろし、トマト、おくら好みの形に切る。
- ④ 湯をわかしおくらを軽く茹で取り出し、そうめんをゆでる。
- ⑤ そうめんを皿に盛り、納豆1/2と他の具材を乗せる。

レシピ監修：鶴川記念病院 栄養科 管理栄養士 中溝こずえ

栄養メモ

免疫力を上げるには腸内環境を整える事が大切です。ネバネバ食材には水溶性食物繊維が含まれ善玉菌の増加や整腸環境を整え、豊富に含まれたミネラルには疲労回復効果があります。納豆のネバネバは、うまみ成分であり、野菜とは少し効果が違いますが、安価でたんぱく質やビタミン豊富な、おすすめ食品です。

パリパリネバネバすぐにできるお料理の袋は、町田市の業者さんが販売しています。簡単にパリパリネバネバの食感がクセになります。



ほ、えみ

令和2年夏 63号

令和2年 夏号のトピック

- ・熱中症対策+マスクの着用方法
- ・発熱外来のとりくみ
- ・三医会10年の歩み
- ・デイサービス三輪だより
- ・地域連携活動報告
- ・栄養レシピ

医療法人社団 三医会

鶴川記念病院ホームページ



リハ病院ホームページ



健診トップページ



アクセス・バス時刻表



LINE@

鶴川記念病院 公式アカウント



鶴川記念病院	TEL:044-987-1311	在宅支援室	TEL:044-986-9499
鶴川リハビリテーション病院	TEL:044-988-2322	デイサービス三輪	TEL:044-980-3939
ひまわり総合支援室	TEL:044-322-8296	【訪問看護ステーション】	
健診部(院内)	TEL:044-987-9716	鶴川ひまわり	TEL:044-987-6969
健診部(出張)	TEL:044-322-9152	長沢ひまわり	TEL:044-977-9674

編集後記

梅雨が明けると本格的な夏が始まります。今年の夏も暑くなりそうなので、こまめな水分補給や適度な休息、紫外線対策を行い暑い夏を元気に乗り切りましょう！

ほほえみ編集委員 (お問い合わせは 044-987-1312まで)

夏場のマスクは熱中症のリスクを高めます!

マスクをしていると、自分の呼吸によって温かい空気しか入ってこないため体温を上昇させてしまいます。外出時暑さを感じたら、人のいないところでマスクを外して休憩しましょう。

熱中症を防ぐには?

- ★こまめに水分補給
特にマスクをしていると、のどの渇きを感じない場合が多いため、こまめにゆっくり水分を摂りましょう。
- ☆涼しい服装
外出時には日傘、帽子の着用を心掛けましょう。
- ★暑い日の無理な外出は控える
早朝に運動、夕方に外出するなど、気温の高くなる時間帯を避けましょう。
- ☆ぬるま湯のシャワーなどで体を冷やす
水分が蒸発する際に熱を体から取り除く効果を利用しましょう。

マスクの着用の有無にかかわらず熱中症対策は変わりません
自分が出来る対策を取りながら夏を乗り切りましょう

マスクの着脱方法



45年の歩み

昭和50年6月
鶴川厚生病院 開設
一般病床 61床



平成27年2月
鶴川リハビリテーション病院 開設
療養病床 98床
回復期病床 22床

平成22年7月
鶴川記念病院 開設
一般病床 60床
療養病床 120床



鶴川記念病院は10周年の記念イベントを開催予定でしたが、新型コロナウイルスの影響により実施できませんでしたが、次年度に皆様に喜ばれるよう企画して参ります。

現在、一般病床を増床のため準備を行っています。
引き続き、地域医療へ貢献できるよう精進してまいります。

鶴川記念病院を

安心して受診いただくために

検温実施



職員・来院される
全ての方に実施

マスク 手指消毒 シールド



発熱症状がある方は 専門の場所で



電話での診察 を実施



診察・処方
オンライン診察検討中

当院での 取り組み



小児科 予防接種・健診



毎週木曜の午後
受付時間14時~16時

換気 手すりや 座席等 の清掃の実施



ソーシャル ディスタンス



間隔を空けています

面会制限 しています



少人数、予約制



医療法人社団 三医会
鶴川記念病院

町田市三輪町1059-1

<https://www.tsurukawakinen.or.jp/>

お問合せ 044-987-1311
月~金 9:00~17:00