

いいぶ



携帯QRコード

第121号 平成31年新春号

新年明けましておめでとうございます。

平成の世も終わり、新しい時代を迎えようとしております。
これで昭和、平成と続き三代の世を生きることになります。昔は吉事や災害の度ごとに改元が行われ、一年のうち回数に数回の改元があることも珍しくありませんでした。
この頃では昔とは比較にならぬほどの甚大な災害も続きます。
これでは災害ごとに改元では切りがたいでしょう。
すべてがコンピュータで制御されるこのご時勢、改元の度ごとにプログラムを手直しでは膨大なエネルギーが必要です。
やはり一列に並んだ、単純な時間軸表現を使うほうが現実的かなと考えるものです。

岩国病院 院長 庄司 孝

新年明けましておめでとうございます。年頭にあたり謹んで新春のお慶びを申し上げます。皆様におかれましてはつつがなく新年をお迎えになられたことと存じます。昨年以前お伝えした組織としての基礎作りから更に一歩進んで、将来に繋がるような種を蒔く年であったと感じました。当院では初めての試みとしてリハビリテーション部門を開設しました。理学療法士一人とあって人員や設備の面からまずは一歩一歩ですが入院患者さんの退院に向けてのリハビリを中心に行っています。他にも機能回復の一環として管理栄養士らとともに嚥下のサポートも行い、訪問看護部とも連携を取って退院直後の支援も可能な限り行っています。またこれまで以上に関連施設であるあいらの杜やプランドール錦見ともお互い協調しつつ地域の皆さまの様々な状況に応じて援助できるよう医療介護の理想的な形を目指します。これからも地域の皆様のための病院として鋭意工夫を重ねていきますので本年も変わらぬお引き立ての程どうぞよろしくお願い申し上げます。

平成31年元旦

医療法人岩国病院 理事長 庄司 凡





高齢者と一緒に楽しむおせち料理



新しい年の始まりには、おせち料理を囲み笑顔でお祝いしたいものです。

今回は、高齢者向けのおせち料理を作る際の注意点やおすすめの料理について紹介します。

やわらかく飲み込みやすいもの

高齢者の食事能力は人によって大きく異なります。健康で嚥む力や飲み込む力に問題がなければ提供するのに制限はありません。心配であれば食材を小さめにカットすることで、のどに詰まるリスクを軽減することができます。嚥む力や飲み込む能力に不安がある人に対しては、やわらかく飲み込みやすい料理を提供します。

だし巻き卵やクリーム状の栗きんとん、フリの照り焼き、茶碗蒸しなどはおすすめです。

おせち料理の定番である黒豆の煮付けや根菜の煮物、昆布巻きなどはじっくりと煮込んでやわらかくすれば提供することができます。

お餅は白玉粉や大根餅で代用可能

病院や介護施設などではお餅がのどにつまることによる事故を防止するため、お餅を提供することは基本的に禁止です。そのかわり、**白玉や大根餅**をお餅の代用としてお雑煮を提供しているところが多いです。

自宅でお雑煮を提供する場合にも同じようにすることでお餅を食べた鬱陶気を味わってもらうことができます。

大根餅の作り方は簡単で、すりおろして水分を絞った大根に片栗粉をまぜて丸い形にします。後はフライパンで焼けば出来上がりです。おしょうゆで味付けしたり、のりをのせてもおいしくいただけます。

(管理栄養士 内野宮みどり)

ヘルシー餅風雑煮



<1人分> エネルギー108kcal たんぱく質 5.7g 食塩相当量 0.5g

【材料】(2人分)

絹ごし豆腐 30g

白玉粉 30g

鶏もも肉(皮なし)30g

かぶ(根) 40g / さといも 30g

金時にんじん 20g / こまつな 30g

うすくちしょうゆ 小さじ 2/3

清酒 小さじ 1 / だし汁(こんぶ・かつお)260cc

【作り方】①絹ごし豆腐と白玉粉をボールに入れてよくこねる。

②①を4つに分けて平たく丸め、茹でて水に取る。

③かぶ、さといも、にんじんはいちょう切り、こまつなは軽く茹でて2cmに切る。

④鶏肉に清酒を振る。

⑤だし汁に③の材料(こまつな以外)と④を鍋に入れ火にかける。

⑥全体に火が通ったら味を調べて椀に盛り、こまつな、②の団子を2つ加える。

ポイント! 白玉粉をこねる際は絹ごし豆腐の水分があるので水は不要。

★ノロウイルスについて★

ノロウイルスとは嘔吐・下痢を症状とした感染性胃腸炎です。

感染力が強いため帰宅時や食事の前は洗剤を使って手洗いしましょう。

もし吐物等を処理する場合は、手袋・マスクを使用するなどして、お部屋の換気をするなど

感染を広げないように注意しましょう。



★健診のご案内★

岩国市より配布されるがん検診の受診券の期限は平成31年3月31日です。

3月中は込み合うことが予想されますので健診を希望される方はお早めにご予約下さい。

※大腸がん検診について

容器配布→平成31年3月31日まで

容器提出→平成31年4月5日まで

