

診療担当医表

6月より診療担当医表が変更になりました。



宇土市も高齢者人口の増加により、来院困難な患者さんが増えています。そのため、これまで午後のみに行っていた訪問診療を、6月より午前も始めることになりました。これにより、診療担当医表が変更となっています。終日、担当の先生が不在という場合もあり、外来診療に出る日数が少なくなります。ご希望の先生がいらっしゃいましたら、下記の診療担当医表を参考に来院されてください。外来の患者さんには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願い致します。

➡「訪問診療」とは・・・定期的かつ計画的に医師が患者さんのご自宅へ伺い診療することです。

令和2年6月1日現在

		月	火	水	木	金	土
8:30	午前診療	外来	金森 正周 (10時から診療開始) 濱田 勢治	金森 正周 木脇 祐聡	金森 正周 木脇 祐聡	金森 正周 木脇 祐聡	第1土曜 金森Dr. 木脇Dr. 第2土曜 濱田Dr. 齋田Dr. 第3土曜 濱田Dr. 木脇Dr. 第4・5土曜 濱田Dr. 木脇Dr. 齋田Dr.
		訪問診療	齋田 和孝	木脇 祐聡	木脇 祐聡		
		検査		胃内視鏡検査 超音波検査	超音波検査	胃内視鏡検査 超音波検査	大腸内視鏡検査 胃内視鏡検査 超音波検査
12:00							
14:30	午後診療	外来	濱田 勢治 齋田 和孝 木脇 祐聡	濱田 勢治	齋田 和孝	濱田 勢治 循環器外来(予約制) 白濱 裕一郎	～12:30
		訪問診療	齋田 和孝	藤井 俊弘 木脇 祐聡	木脇 祐聡	木脇 祐聡	
		検査		大腸内視鏡検査 (第3週)	大腸内視鏡検査 (第2・4週)		
17:45							

お薬を処方する際は必ず診察が必要になります。

金森正周：外科・胃腸科・内科・リハビリ科・東洋医学科
濱田勢治：外科・胃腸科・内科・リハビリ科
齋田和孝：外科・胃腸科・内科・リハビリ科
木脇祐聡：内科・腎臓内科・糖尿病科

※ただし、都合により急きょ変更する場合がございます。ご了承ください。
詳しくはお電話でお問合せください。

※内視鏡検査・超音波検査は予約が必要です。

新任ドクター紹介

循環器内科 Dr 白濱 裕一郎



はじめまして。4月から勤務しております白濱と申します。専門は循環器内科です。まだ不慣れなこともあります。患者様に寄り添った診療を行っていきたく思います。宜しくお願いいたします。

各部署での

お花見

金森医院通所リハビリ

お花見といえば毎年、通所リハビリの利用者さん達とドライブをしながら桜の名所を訪れていますが、今年は新型コロナウイルスの影響により残念ながらそれが出来ませんでした。ですが、少しでも利用者さんにお花見気分を味わって頂こうと思い、金森医院の敷地内に咲いている桜の木の下でお花見をしました。桜を囲んでおやつを食べたり会話をしたりと、利用者さんもスタッフも楽しい時間が過ごせました。



デイサービスうと本町

今年は、コロナウイルスの為、楽しみにされているお花見が出来ず、少しでもお花見気分を味わって頂きたく、利用者さんと花紙で大きな桜の木を作ってみました。ケアコートにも立派な桜が咲き、毎日お花見ができ利用者さんも喜ばれていました。

管理栄養士
おすすめ

免疫力を上げるレシピ

免疫力が高まれば新型コロナウイルスだけでなく、様々な感染症の予防も期待できます！

火を使わない 納豆キムチチャーハン

材料：(2人分)

- エネルギー 515kcal/1人
- 食塩 1.7g/1人



ごはん …茶わん2杯(300g)
キムチ …………… 150g
納豆 …………… 2パック
ごま油 …………… 小さじ2
卸しにんにく …………… 適量
卵黄 …………… 2個分
小ネギ …………… 小さじ2
白ごま …………… 小さじ2

作り方

- ① 温かいごはんキムチ、納豆(タレもかける)、ごま油、卸しにんにくを混ぜる。
- ② ①を皿に盛り、卵黄をのせ、小ネギ、白ごまをかける。

※ごはんは少し硬めに炊いておくとうい



レンジ蒸し鶏の香味だれ

材料：(2人分)

- エネルギー 290kcal/1人
- 食塩 1.9g/1人

鶏むね肉 ……小1枚(200g)
塩 ……………小さじ1/5
酒 ……………大さじ2
生姜のうす切り…1/2かけ分
ネギ(緑の部分) ……………20cm
キャベツ ……1/4玉(250g)
ネギの白い部分 ……………5cm
Aすりごま ……………大さじ1
A卸し生姜 ……1/2かけ分
A醤油 ……………小さじ2
A酢 ……………大さじ1
A砂糖 ……………小さじ1
A鶏の蒸し汁 ……………大さじ1



卸しにんにく ……………1かけ分
豆板醤 ……………小さじ1/2
ごま油 ……………大さじ1
ピーナツ(刻む) ……………適量



作り方

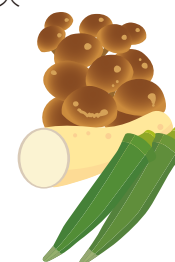
- ① 鶏肉は塩をすり込み30分おく。
- ② キャベツは5cm角に切り、ラップをして電子レンジ(600W)に3分かけ、少し冷ました後軽く絞る。ネギの白い部分を白髪ねぎに切っておく。
- ③ 鶏肉は皮を下にして耐熱皿に入れ、生姜とネギをのせる。酒をふり、ラップを食材にぴったりとくっつくようにしてかぶせ、もう1枚ラップをふんわりかぶせる。電子レンジ(600w)に3分かけたら2分間そのまま置いて蒸らす。鶏肉の上下を返してラップをかけ直し、そのまま余熱で火を通す。完全に冷めたらラップを外し、食べやすい大きさに切る。加熱後、鶏肉から出た蒸し汁は④で使用するのどとっておく。
- ④ Aの調味料を混ぜ合わせておく。
- ⑤ フライパンに、ごま油、卸しにんにく、豆板醤を入れ弱火で熱し、香りが出たら火を止め④の調味料を加えて混ぜる。
- ⑥ 器にキャベツを盛り鶏肉をのせ、⑤のたれをかける。ピーナツをパラっとふりかけ、白髪ねぎを添える。

オクラ・なめこ・長芋の柚子ポン和え

材料：(2人分)

- エネルギー 55kcal/1人
- 食塩 0.9g/1人

長芋 ……………10cm
オクラ ……………4本
なめこ(カット済み) 1/2袋
かつお節 ……………小1袋
ポン酢 ……………大さじ1
柚子胡椒 ……………小さじ1/2



作り方

- ① 長芋は小さめの角切りにする。オクラは塩ゆでして1cm幅の輪切り。
- ② なめこは洗ってザルにあげる。耐熱容器に入れふわっとラップをかぶせ、電子レンジ600Wで1分加熱する。
- ③ ボールにポン酢と柚子胡椒を入れ混ぜる。長芋、オクラ、なめこ、かつお節を入れ良く混ぜ合わせたら出来上がり。



基礎研修について

金森会では毎年、基礎研修プログラムを実施しています。職員としての基礎を習得することはもちろんのこと、職員間の仲間作りも兼ねた研修内容になっています。10月まで、全8課程を予定しています。

今年度は、新型コロナウイルスの影響もあり、通常より遅れてのスタートとなりました。4月はグループワークの研修があり、写真は個人の意見を発表し、それぞれから出た意見をまとめている所です。最初はぎこちなかったものの最終的には研修生同士で活発な意見交流ができていました。



職員紹介

あさひコートリハビリ部
理学療法士 岩崎 淳子

もともとこれといった趣味も無く過ごしていた私ですが、4年前に友達同士の何気ない会話のなかでの「一度は富士山に登ってみたいね」をきっかけに、富士登山部なるものを発足!1年かけて装備を揃え、先ずは金峰山から登山開始。徐々にいろいろな山に登りながら経験を積み、2年前に富士山に挑戦!とても苦しい登山でしたが、「子供達に負けられない」となんとか踏ん張り登頂することができました。これからも「趣味は山登り!」と言えるくらいに、長く登っていったら良いなと思っています。



岩崎

あさひコート入所
介護士 渡並 みち子

入職して12年目になります。未知のウイルスとの闘いの中、何もない日常がどんなに幸せな事か。主人の趣味の家庭菜園では一年を通して季節の野菜が実り、収穫が楽しみです。つけものを作ったり、食べる事が大好きな主人と今晚もビールでカンパイ!と少々メタボが心配になってきました。6人の孫の成長を楽しみに、休みの日には家族でバーベキューをしたり、旅行に行ったりしています。68才の今、楽しく仕事ができる事、感謝の気持ちでいっぱいです。



渡並

グッドトライカード

金森会では、タイムカードの横にグッドトライカードとポストを設置しています。これは、職場の同僚に対して、「ありがとう」「いいね!」「気付き気配り」「チームワーク」等の12種類のカードにコメントを書いて、投函してもらうためのものです。

毎月1回ポストを開け、名前を書かれた人にお配りしています。もらった人は嬉しい気持ちになりますし、カードを書く人も口頭ではなかなか照れ臭い事もカードであれば書きやすいようです。毎月、施設単位でたくさん書いた人、たくさんもらった人の表彰を行っています。職員同士で感謝の言葉が飛び交う職場になって欲しいですね。



介護福祉士 資格取得者



デイサービスすみよし
介護福祉士 神谷 悠
無事に合格する事が出来、嬉しく思っています。これからも初心を忘れず、頑張っていきたいと思います。(^^)/



デイサービスうと本町
介護福祉士 中間 祐子
無事に合格する事が出来ました。ここからがまたスタートと思い今まで以上にがんばります。



小規模多機能ホームうと本町
介護福祉士 尾崎 美樹
昨年、実務者研修を受講し3月に介護福祉士の資格を取得することができました。実務者研修では介護の専門性を深く学びました。これからも勉強しながら専門性を活かせるよう努力していきたいです。利用者さんやご家族、職場の皆さんに信頼される介護福祉士を目指して頑張ります。





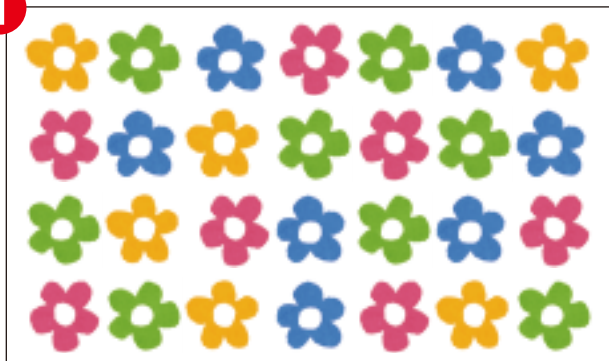
シリーズ 頭の体操

『一番多いのは?』

一番数が多いイラストはそれぞれA～Dのどれでしょう?
(制限時間: 30秒)



1



- A. 黄色の花 B. 緑色の花
C. 青色の花 D. 桃色の花

2



- A. 緑色の風船 B. 赤色の風船
C. オレンジ色の風船 D. 青色の風船



ページの罫線 □:◎ 2枚の罫線 8:①【冬号】

2020年行事予定

8月

- 当番医(2日)
- 献血車来院

9月

- 消防訓練
- 当番医(22日)



かなもりヘルスケアグループ

在宅療養支援診療所 **金森 医院**
通所リハビリテーション
宇土市本町6丁目5番地 ☎ 0964-22-0017

介護老人保健施設
地域包括プランチ本町
通所リハビリテーション **あさひコート**
宇土市旭町106番地 ☎ 0964-23-5211

居宅介護支援事業所
看護リハビリセンター
24時間ケアステーション **うと地域総合ケアセンター**
宇土市本町6丁目7番地 ☎ 0964-23-5266

介護予防センター まちなかりハビリ
宇土市北段原町69番地3 ☎ 0964-27-5151

デイサービス はなぞの
宇土市花園町1054番地1 ☎ 0964-24-1225

認知症対応型通所介護
デイサービス えがお
宇土市栄町26番地3 ☎ 0964-26-1820

デイサービス すみよし
宇土市網津町68番地1 ☎ 0964-26-1588

住宅型有料老人ホーム
デイサービスうと本町
小規模多機能ホーム **ケアコートうと本町**
宇土市新小路町2番地 ☎ 0964-24-5888

ベンリー 宇土松橋店 ☎ 0120-498-444
熊本県宇土市松山町4382 ☎ 0964-24-5511

