

発行責任者 青木弘人

種類	対象	内容
国保特定健診	40～74歳の倉敷市国民健康保険ご加入者	問診・診察・身体計測・血圧・血液検査・尿検査・心電図検査
75歳健診	75歳の倉敷市国民健康保険・後期高齢者医療制度ご加入者	
長寿健診	76歳以上の後期高齢者医療制度ご加入者	上記から腹囲・貧血・心電図除いたもの
胃がん検診	前年度受診していない50歳以上	問診・胃内視鏡またはエックス線検査
大腸がん検診	40歳以上	問診・2日分の便潜血検査
胸部レントゲン検診	40歳以上	問診・胸部エックス線撮影
前立腺がん検診	50歳以上の男性	問診・血液(PSA)検査
肝炎ウィルス検診	40歳以上(14以降にこの健診を受けた人は対象外)	問診・血液(B型・C型肝炎)検査
女性の一般検診	20～39歳の女性	問診・診察・身体計測・血液検査・尿検査

シリーズ透析室⑦

透析室で祝うお誕生日

透析室では、誕生日にカードをプレゼントしています。
当院に透析室が開設されて10年。開設当初から通院されている患者さんはなんと10年分の写真のリースができました！！
ご本人はもちろんご家族もとても喜んでくださり、スタッフも感慨深いものがありました。
大人になると写真を撮る機会がめっきり減ってしましますが良い記念になると喜ばれています。

(透析室看護師 丸野 由紀)



参加職場の作品たち

は、労働者の日であり「労働者の権利」を主張し団結を誇示する日です。各職場で作成したプラカードが1階売店向かいのスペースに並びました。また、5月7～13日の期間で投票も行いました。患者さんや組合員さんを始め多くの方に作品をみていただき、投票に協力していただきました。投票の結果、1位に選ばれたのは「地域連携室・相談室」の



優勝を喜ぶ「地域連携室・相談室」のメンバー

第96回メーデー



作品でした。ご協力くださった皆様、ありがとうございました。働く者の想いをメーデー当日に伝えることが出来たように思います。

(地域連携室 柳瀬 佳奈)

玉島協同病院は今後も部屋代はいただきません／カルテを開示しています

加集万里子のお料理教室

シリーズ198

チキンチキンごぼうのせ 冷やし中華



チキンチキンごぼうとは
山口県を中心に広まる郷土料理のひとつで、一口大に切った鶏肉と薄切りにしたゴボウをそれぞれ片栗粉をまぶして素揚げし、茹でた枝豆と共に砂糖や醤油などで作られた甘辛いタレに絡めた料理。

ひと手間かけてハムの代わりにチキンチキンごぼうを作ったのせました。ごぼうの食感で食べ応えがあります。タレが簡単で美味しいので、ぜひ試してみてください。

材料 (2～3人分)

- | | |
|---------------------|------------------------|
| ♥ とりむね肉 1枚 (1.5cm角) | チキンチキンごぼうのタレ |
| ♥ ごぼう… 小1本 (斜め切り) | ♥ しょうゆ、酒、砂糖、水 |
| ♥ 片栗粉 …… 大さじ2 | ♥ 各 大さじ4 (ひと煮立ちする) |
| ♥ あげ油 …… 大さじ5 | |
| ♥ 中華麺 …… 2～3玉 | 冷麺のタレ |
| ♥ きゅうり …… 2分の1本 | ♥ 酢 …… 100cc |
| ♥ もやし …… 2分の1袋 | ♥ しょうゆ …… 100cc |
| ♥ 卵焼き …… 2切れ | ♥ 砂糖 …… 2分の1カップ |
| ♥ トマト …… 2分の1こ | ♥ ジンジャエール …… 300～400cc |
| ♥ ゴマ油 …… 大さじ1 | ♥ お好みでからし …… 少々 |

作り方

- ① むね肉、ごぼうをポリ袋に入れ片栗粉を振り、油で揚げ焼きにする。合わせたタレに入れて絡め、あればごまを振る。
- ② 冷麺のタレを作り冷やしておく。
麺を茹で冷水で冷やし、水気をきったらゴマ油を絡める。
卵焼きを作り冷めたら薄切り、きゅうりは千切り、トマトは薄切り、もやしはレンチンして冷ます。
- ③ チキンチキンごぼうや野菜など彩りよく盛り付けたら冷やしておいたタレをかける。

タレが余ったら、サラダや和え物に使えます

— 富田グループ交換研修報告② —
その人らしい生活支援を

当院では人材育成・顔の見える連携を目的に、病院と介護施設間での交換研修を昨年から行っています。今年も地域の介護事業所にご協力いただき、当院から4名の看護師が参加をしましたので、シリーズで感想をご紹介します。

2024年9月、富田グループ交換研修で「共生型看護小規模多機能ホーム・桃の鈴花」に行かせて頂きました。「看護小規模多機能」とは、看護と介護・医療行為も含めたサービスを一体的に利用でき、利用者・家族のニーズに応じて提供できること、そしてケアマネジャーが常駐しているので、迅速な対応が可能であることを学びました。更に「共生型」というのは介護保険サービスと障害福祉サービスの両方を提供する事業所ということで、研修中にショートステイを利用している小児のケアにも携わることができました。その他には各事業所の見学や看護師さんに同行して訪問看護など、貴重な経験をさせて頂きました。座学では介護サービスの組合せについても学びました。施設の特徴や介護サービスなど、新たな発見ばかりでした。この研修での学びから自分自身が知識を身につけることで、患者さんにあった施設はどこなのか、どんなサービスが良いかなど、情報提供もスムーズにできると思います。医療介護の役割を理解して、共有と連携を図りながら、「その人らしい生活支援とは何か？」の考えを続けていこうと思います。

(外来看護師 永田 幸子)



Follow Us !

玉島協同病院
公式Instagram

@tamashima_kyoudou

