

HIBARI

HALFYEARLY PUBLIC INFORMATION

医療法人 富松記念会 広報誌

半年刊(年2回刊行)

平成24年7月1日発行

後期号

No.22

爽

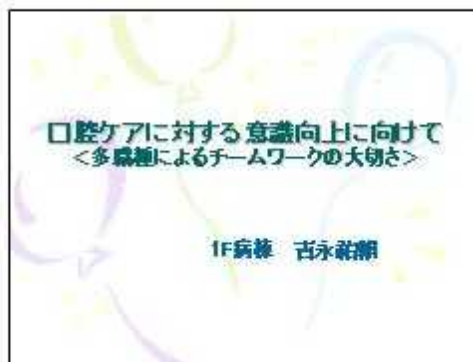
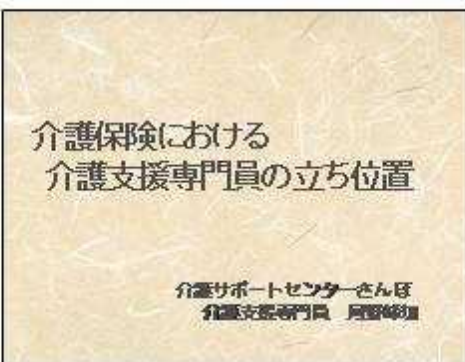
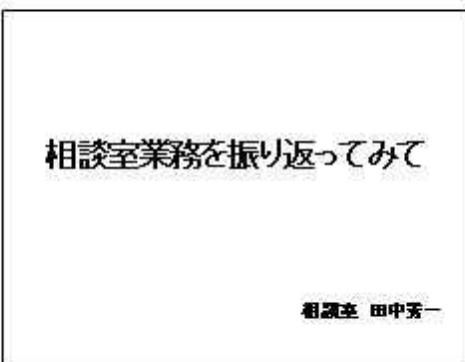
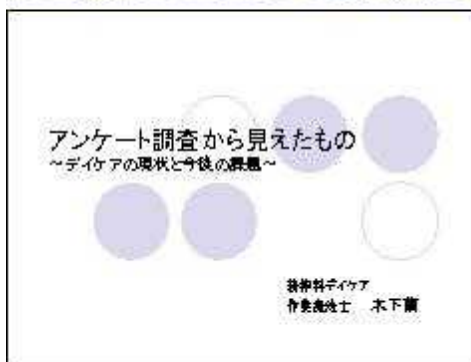
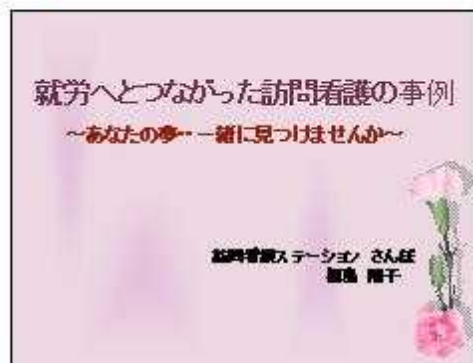
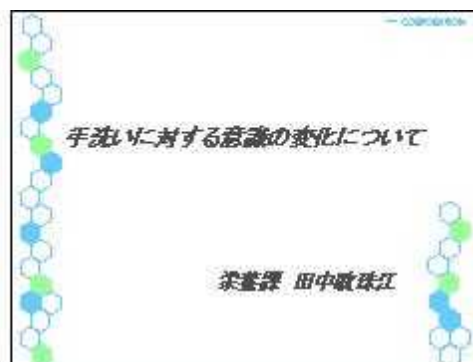
Koh Rok Nok - photo by okuni@garasunome <http://www.zorg.com>

第10回 富松記念会 法人内学会

平成24年4月21日に恒例となった医療法人富松記念会の法人学会を行いました。

今回は記念すべき第10回目の開催となりましたが、今年度の発表対象となった部署からさまざまな発表が行われ、普段はあまり関わりを持つことの無い部署の現状や、問題となっていること、取り組んでいることを聞くことが出来て大変勉強になりました。

また、発表後には様々な立場から、違った視点での質疑応答、意見交換が活発に行われ、予定時間を越えてしまうほどでした。



今夏は昨年以上の節電が求められています。

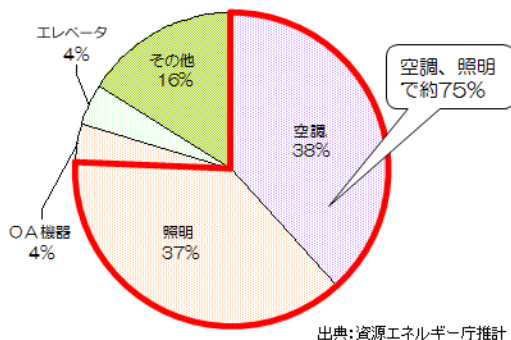
今年の5月に国内の商業用原発50基の中で唯一稼動していた北海道電力泊原子力発電所3号機が定期検査に入り、現在日本は42年ぶりにすべての原発が停止しています。その結果、今夏は深刻な電力の需給逼迫が予想され、特に北海道、関西、四国、九州の4電力管内では、真夏の電力使用ピーク時に大規模停電を回避するために計画停電を検討し準備が進められています。当然、大幅な節電要請もあり、九州電力管内の場合7月2日～9月7日の平日（8月13日～8月15日を除く）にピーク時電力使用量を猛暑だった2010年夏と比べ10%と昨年以上の節電が求められています。

昨年震災直後、計画停電が実施された東電管内では信号の消灯による交通の乱れ、エレベーター停止による閉じ込め、医療機関の混乱などの様々な被害がでました。そのような事態を招かないためにも節電にしっかり取り組まなければなりません。そのうえ、原発稼動、エネルギー問題のある限り電力需給逼迫は夏、冬と毎年起こる可能性が高く、節電対策の継続、工夫が必要です。

次に九州電力のホームページから医療機関と家庭の電力消費率、緊急節電要請の案内をします。

医療機関の例

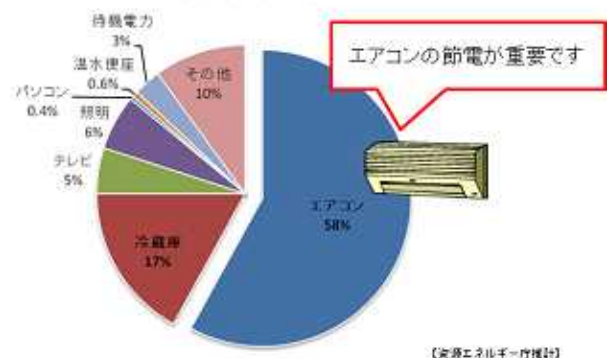
一般的な医療機関における用途別電力消費比率



電力消費のうち、空調が約38%、照明が約37%で合計すると電力消費の約75%を占めるため、これらの分野における節電対策は特に効果的です。

家庭の例

ご家庭における夏の昼間（14時頃）の電気機器の使われ方（在宅世帯の例）

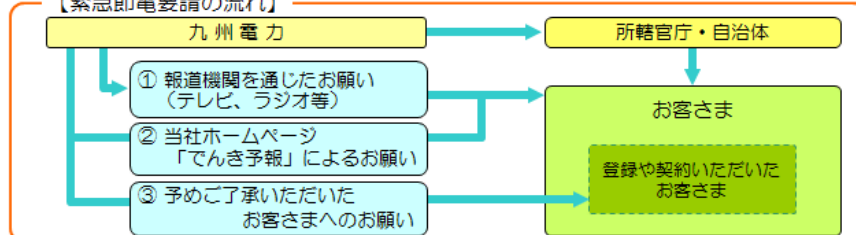


電力消費のうち、エアコンが約58%を占めています。28度（体調に応じた適正温度）に設定することは特に効果的です。

【緊急節電要請のタイミング】

- ・前週木曜日の夕方
翌週（月曜日から金曜日）のうち、需給ひっ迫が予想される日をお知らせし、より一層の節電の準備をお願い
- ・前日の夕方 - 翌日の需給ひっ迫の可能性が高まったことをお知らせし、翌日に備えたより一層の節電の準備をお願い
- ・当日の朝 - 需給ひっ迫がほぼ確実となったことをお知らせし、当該時間帯におけるより一層の節電の実施をお願い

【緊急節電要請の流れ】



需給両面の対策を実施しても、需給ひっ迫（供給予備率3%未満）が予想される場合には、計画停電を回避するために、九州電力、所轄官庁や自治体が連携をとりながら、報道機関やホームページ等を通じた要請、「緊急時の節電ご協力お願いメール」等による緊急の節電要請を行ないます。その際、空調の停止や照明の消灯など、より一層の節電で対応しましょう。

病棟合同バスハイク

5月に3回に分けて病棟合同バスハイクへ行ってきました。

今回の行き先は『大木町の温泉センターとポピー畑』もしくは『熊本城とヤクルト工場見学』のどちらかを選択するものでした。

温泉センターとポピー畑コースでは、効能たっぷりの温泉や見頃を迎えたポピー畑を満喫し、の〜んびりと癒されました。しかし、広報部員を筆頭に花より団子な皆さん。昼食の時間が何よりも楽しみなのでは？と思えるほどの食欲と笑顔が見られました。

熊本城とヤクルト工場見学コースは人気が高く、2班に分けての実施となりました。こちらは、熊本城の二の丸公園で昼食をとり、お土産を購入。続いてヤクルト工場では、製造工程の説明を受け、質問をする場面もあり、熱心に見学されている様子が伝わってきました。商品の試飲やストラップなどの記念品も頂き、楽しみながら学ぶことができました。

どちらのコースに参加された方も屋外の気持ちよさやおいしい食事を堪能され、大変喜ばれているようでした。



訪問看護バスハイク —楽しい楽しいバスハイク—

「今度のバスハイクいつ行くとねー？」嬉しい催促の声。

訪問看護では年に5～6回バスハイクに行ってます。みなさんのリフレッシュと交流が目的です。最近では桜・バラ・菖蒲などの花見や食事会に行きました。バスの中でのカラオケ大会・じゃんけん大会など、お楽しみも盛りだくさんです。

《参加者の声》

A氏「初めての参加で、不安と期待が入り混じっていましたが、参加してよかったです。楽しかったです。」

S子「歌ったことがなかったけど、歌ってみたら楽しかったです。ありがとうございました。」

N子「じゃんけん大会で商品をもらったのが嬉しかったです。いろいろ企画してください。」

K氏「ダイエット中だけど、バイキングがおいしかったので、思いっきり食べてしまいました。」

皆様の協力で事故もなく実施できる事に感謝しています。今までに参加された事のない方も、今度はぜひ御参加下さい。（待ってまーす！！）



～ 三池病院 納涼祭のお知らせ ～

夏の恒例行事となる『三池病院納涼祭』が今年も開催されます。地域との交流を目的とし、手作り感のある身近なイベントとして毎年、大盛況となっております。多くの皆様のご参加をお待ちしております。ぜひご近所お誘いあわせの上、お気軽にご来場下さい。

❖ 三池病院 納涼祭 ❖

日時：平成24年8月25日(土曜日) 17時45分～20時(雨天中止)

場所：三池病院運動場(駐車場あり)

内容：各種露店(焼きそば、ジュース、ゲーム、アイスクリーム、ぜんざい等) ※全て無料です。
イベント(ボランティアによる出し物、お楽しみ抽選会等)



第四回 さんぽ祭りのお知らせ



日時(予定)：平成24年9月29日(土曜日) 18時～20時

場所：さんぽ正面駐車場(雨天時はさんぽ1階フロアにて)

内容：露店(全て無料)、ボランティアによる出し物、花火等

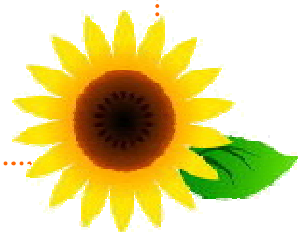
毎年思考を変えて、利用者様、地域の方々へ日頃の感謝をこめ、職員一丸となつて今年もさんぽ祭りを開催します！ お楽しみに♡ お待ちしてまあ～す(^^♪

サンフラワーが変わりました

かねてよりお知らせしていたように、H24年4月1日より福祉ホームB型からグループホームへと転換しました。それに伴い、従来と異なる点が生じます。

《転換による変更点》

- * 事前に各市町村役場にて、自立支援福祉サービスの利用申込みが必要です。
- * 入居費が28000円(共益費を含む)となりました。
- * 本人及び配偶者の収入に応じて、サービス利用費が発生します。
(非課税世帯及び生活保護世帯は発生しません)



家賃補助等の公的な助成もあります。

不明な点や興味のある方は、下記までご連絡下さい。

問い合わせ先：サンフラワー (0944-59-7066)



浦江 恵
歯科衛生士

患者様が健(口)で笑顔あふれる生活を送れる様、心身のケアに努めたいと思います。



宮下 忍
看護師

今年2月1日に入職しました。まだまだわからない事が沢山ありますのでお願いします。



三宅 敦士
看護助手

新人で未熟ですが、頑張っていきたいと思しますのでよろしくお願いします。



大城あゆみ
看護助手

平成24年4月23日に入職しました。わからない事ばかりなのでご指導宜しくお願いします。



田中 奈々
スポーツインストラクター

常に相手の気持ちを考え、信頼関係を大事にし、笑顔でやっていきたいと思っています。



林 あさみ
心理士

社会人1年目、仕事を覚えてできる女になる！痩せる！を目標にがんばります！



加倉 直子
老健さんぽ 施設ケアマネージャー

施設ケアマネージャーとしてご利用者の立場にたった支援を心がけていきたいと思っています。



坂井 拓哉
老健さんぽ 介護員

これから頑張っていくので、よろしくお願いします。



古賀千代美
老健さんぽ 介護員

迷惑をかけると思いますが、一生懸命がんばりますのでよろしくお願いします。



中嶋 香
老健さんぽ 介護員

迷惑をたくさんかけると思いますが一生懸命がんばりますので、よろしくお願いします。



原田 七緒
老健さんぽ 介護員

入社したばかりで、たくさん迷惑をかけてしまうと思いますが、何事も積極的にします。一生懸命頑張るので宜しくお願いします。



小田優美子
老健さんぽ 事務員

一日も早く仕事に慣れて、スムーズな対応が出来る様に頑張ります。宜しくお願いします。



山口 美保
老健さんぽ 事務員

2月に入職しました山口です。さんぽの事務を担当しています。どうぞ宜しくお願いします。



河野千恵子
GHいろは 介護職員

3月に入ってまだ慣れない事ばかりですけど、先輩方をお手本にして頑張りたいと思います。



吉山まりい
GHいろは 介護職員

初めてこの仕事に携わってわからない事がありまだまだ勉強中です。よろしくお願いします。



屋山みさき
GHいろは 介護職員

高校を卒業したばかりで社会の経験が少なくわからないことばかりですが頑張ります。

今回は、夏の青い空に良く似合う『**ハイビスカス**』をご紹介します。ハイビスカスの名前はエジプトの美の女神ヒビスに由来され「ヒビスのように美しい」といわれています。「ハワイの花」というイメージが強いですが、元々は東アジアから中国原産の種が伝えられ改良が加えられたそうです。花は一日しか咲かず、実は真夏の暑さにも弱いという繊細な花なのですが、ハワイでは首にかける「レイ」や耳飾りに用いられ、料理や化粧品にも利用されています。クレオパトラも飲んでいたとされるハイビスカスティーは、クエン酸を含んでいて酸味がありますが、ビタミンやミネラルも豊富なため、疲労回復や美肌効果があります。夏バテ予防にぜひ、一度飲んでみてはいかがでしょうか。



学名	Hibiscus rosa sinnensis	花言葉	「勇敢」 「繊細な美」 「新しい恋」 「常に新しい美」
分類	アオイ科ヒビス属		
原産地	アフリカ、ハワイ、中国、インド等		
開花時期	5～10月		



わがやのなごみちゃん vol.18



介護老人保健施設さんぽ

千蔵さんちの犬

名前：ミー

種類：ミニチュアダックス

年齢：2歳（♀）

特技：ボール遊び

一言：食いしん坊です



精神科デイケア

池田さんちの犬

名前：イヴ

種類：トイプードル

年齢：8ヶ月（♂）

特技：二足歩行・伏せ

一言：ボクが大将です



グループホームいろは

徳永さんちの犬

名前：姫

種類：ダックス&チワワの
Mix

年齢：8ヶ月（♀）

特技：ご主人が帰ってくる
時間に玄関で待っ
ている。

一言：とにかく甘えんぼ！



介護老人保健施設さんぽ

加倉さんちの植物

名前：シーさん

種類：シークワサー（沖
縄の健康みかん）

年齢：2歳

特技：血糖値、血圧上昇を
抑制する有効成分
「ノビレチン」をみ
かんの12倍含有し
ている！

一言：シークワサージュース
にするのが楽しみ

— 富松記念会 関連施設 —

介護老人 保健施設 **さんぽ**

TEL 0944-53-1001 FAX 0944-53-4922

介護サポート センター **さんぽ**

TEL 0944-41-8300 FAX 0944-53-4922

訪問看護 ステーション **さんぽ**

TEL 0944-53-4877 FAX 0944-53-0117

ヘルパー ステーション **さんぽ**

TEL 0944-53-5520 FAX 0944-53-5521

グループ ホーム **いろは**

TEL 0944-53-3168 FAX 0944-53-3178

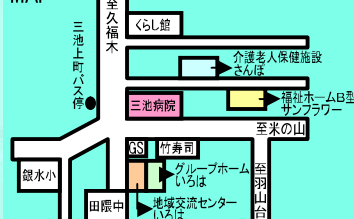
地域交流 センター **いろは**

※お問い合わせは、グループホームいろはをお願いします

グループ ホーム **サンフラワー**

TEL 0944-59-7066 FAX 0944-53-4863

MAP



トマト焼肉丼



健康レシピ



カロリー 502kcal



調理時間 15分

■材料・2人分の分量

トマト……………中 2 個
豚肉切り落とし…150g
もやし……………1/2 袋
油……………小さじ 1
焼肉のたれ……………大さじ 2
ごはん……………300g
刻みねぎ……………適宜
塩こしょう……………適宜

■作り方

- ① トマトは洗ってヘタをとり、厚さ1cmの輪切りにしておく。もやしは洗ってよく水気をきる。
- ② フライパンに油を入れて熱し、豚肉ともやしを入れて塩コショウで味付けし、さっと炒めて皿にとっておく。
- ③ 続けて②のフライパンにトマトを並べて入れ、強めの中火で両面を焼く。こんがり焼き色がついたら、②を戻し入れ、焼肉のタレを絡め合わせて仕上げる。
- ④ 器にあたたかいごはんを盛り、③のをのせ、仕上げに刻んだねぎをちらして出来上がり。

memo

赤いトマトの色素「リコピン」は美白作用や動脈硬化、アレルギー疾患等の予防に期待されています。生で食べるだけでなく、料理にもどんどん取り入れてみましょう。

ひばりのさえずり

今季のサエズリスト

三池病院 作業療法室 作業療法士 坂井 憲太郎

雨がしとしと、不愉快度指数が急上昇な季節になってしまいました。梅雨明けが待ち遠しいですね。梅雨が明けたら野外コンサートにビアガーデン、暑い夏を満喫せねば。双子の子守は嫁に任せてリフレッシュを目論んでいます。でも何かと口実を作らないと…。あ、嫁もこの記事読む可能性が高い。これはあくまでフィクションです(汗)。皆さん家庭を大切に☆

次回はいつもハスキーボイスな金子君にバトンを渡したいと思います。

