

私のおすすめレシピ

簡単作り置きメニュー

豚そぼろ



千秋病院
管理栄養士
藤山 友紀

エネルギー：150kcal
塩分：0.9g 1人分

材料(1人分)

- 豚ひき肉..... 50g
- 人参..... 15g
- 玉ねぎ..... 30g
- しょうゆ..... 4g
- 砂糖..... 1g
- にんにく(すりおろし) ... お好みで
- ショウガ..... お好みで

作り方

- ①人参は千切り、玉ねぎはみじん切りにする。
- ②フライパンに豚ひき肉、しょうゆ、砂糖を入れて混ぜ合わせる。
- ③②に①、にんにく、ショウガを加え、強めの中火にかけ、汁気がなくなるまで炒めて完成。



できあがり

旬の玉ねぎを使用し、作り置きとしても使えるちょい足したんぱく質レシピです。冷蔵庫で3~4日程度保存も可能です(なるべくお早めにお召し上がりください)。使う分だけを電子レンジで温めて「そぼろ丼」、野菜炒めやオムレツに加えるなどアレンジ豊富です。



3

11東日本大震災

追悼の日の班会で

3月の加納馬場班の班会には、4人が出席しました。体重測定やら尿検査はまずまずの結果で一安心。次は大腸がん自己チェックで、2人は異常なし。あとの2人は検査の試験容器を家に置いてきて「アチャー」。やり方をよく見ておいて、自宅でやることになりました。脳トレでは、みんな興奮！「私、計算は苦手だよ」と、間に合わなかつ

ホットケーキでおやつトレク

千秋病院デイケアセンター

2月12日、千秋病院デイケアセンターで、おやつトレクを行いました。ホットケーキを焼き、トッピングにイチゴとモモと生クリームを乗せました。ホットプレートに油を引き始めた時から、利用者さんから「いい匂いがする」と声が上がります。笑顔が見られました。利用者さんに焼いてもらったのですが、最初はあまり

そして、今日は3月11日。14時46分、東日本大震災が発生した時間に合わせて、近くの法光寺で鐘つきをさせていただきました。御霊よ、安らかに。千秋支部 柴田とし子



ひっくり返すのが上手な方も



美味しく焼きました!

職員募集

尾張健康友会グループ

働く人にとっての魅力とは?

働き続けられる理由

- ①充実の研修システム
- ②家庭や家族の実状に配慮があり無理なく働ける(柔軟に対応できる育児休暇・介護休暇制度)
- ③子育て職員をサポートする院内保育所(専任保育士が子育て支援。病児保育にも対応)

時々の募集職種などはQRコードから詳細をご覧ください
登録ヘルパーや送迎担当者も募集しています

尾張健康友会本部 ☎0586(76)0003
千秋病院師長室(担当 丸井) ☎0586(77)0012

将来の尾張健康友会グループを担う
医学生・薬学生・看護学生
志望している方をご紹介ください



輝け!職員

151

一人ひとりに

向き合う看護を

千秋病院A2病棟

看護師 加藤 諒真さん(28)



昨年4月に千秋病院へ入職。「この1年間は上司や先輩からの指導や研修でたくさん学ばせていただきました。中でも、患者の権利研修では、自分自身の変化を強く感じました」と話します。

この研修では、担当として受け持った患者さんの「自宅に帰りたい」という希望を権利ととらえ、どうしたら叶えられるかを医師やリハビリスタッフと相談を重ねながら、治療にあたる中で自分の役割を探りました。

意識的に多職種と情報を交換することで、入院時には食べたり歩いたりできない状態だった患者さんが、概ね自立した生活ができる状態になり、その姿を見てもらうことで家族の不安も減り、最小限の介護を受けながら自宅まで送ることができるようになったそうです。

研修で「やりがいを感じたと同時に、自分は今まで病気が見えなかったことに気づきました」と振り返ります。以来、患者さんを「病気」にならずに「人」として向き合い、「一人ひとり」に合った看護を考えられるようになり、「笑顔で話します。」

焼く際には、きれいな丸形を描く方や、ひっくり返すのが上手な方もいました。普段は見られない利用者さんの姿が見られて、職員にとっても新鮮な体験になりました。肝心の味の方も好評で、皆さん笑顔で「美味しいよ」と言ってくれて、良いおやつトレクになりました。クラーク 勢川玄樹