

# 歩き続ける我が人生

稲沢支部 吉田 日支雄さん

健康を保つには「歩くことが一番」と、昔から言われており、この事を念頭に生活を送っています。

健康を保つには「歩くことが一番」と、昔から言われており、この事を念頭に生活を送っています。

## 私の楽しみ・こだわり 会員の声



健康は保たれませんが、林を縫って歩く爽快感、歩いた後のいい汗、心地よさがたまりません。

# 私のおすすめレシピ 宇和島鯛めし



愛媛と言えば真鯛の生産量が日本一で、鯛めしが有名です。愛媛の鯛めしは地方によって違うのはご存知ですか？

- エネルギー：468kcal 塩分：0.8g 1人分
材料(1人分)
ごはん 200g
鯛の刺身 50~60g(5~6切れ)
卵 1個
(たれ)
醤油・酒・みりん 各大さじ1/2
砂糖 少々
だし汁 10cc
薬味(お好みで)
大葉・ねぎ・刻みのり・ごま・わさび・海藻



作り方
①たれの材料を鍋に入れひと煮立ちさせ冷ましておく。
②薬味、大葉は千切り、ねぎはみじん切りにしておく。

卵とたれをよく混ぜ、そこに鯛の刺身とお好みの薬味を入れてなじませます。お茶碗によそったご飯の上に、具をのせます。残った卵液もかけて頂きます。

# 千秋中学で話しました 看護師としての「この道ひとすじ」

## 感想文にほっこり

千秋病院 看護副部長 沢田美名



2月4日、千秋中学校の『この道ひとすじ』という進路学習イベントに参加しました。5つの職

種に分かれ、教室で実践や講義を行う企画です。看護のこと、コロナのことを中心に話をしました。生徒の皆さんはまっすぐ私を見て、真剣に聞いてくれていました。

「感想文集から」
「コロナの正しい恐れ方や予防のしかたを知れてよかったです。看護師のが忘れられませんか。数日後、他界された方も、移動の負担が大きすぎたのでは？など

「看護士の仕事は、命に向き合う局面があります。何が正しいのか判りませんが、ご本人の意向にどう寄り添うか、探求する日々です」と真剣です。

## 輝け！職員

### 四十路で看護師になり 患者さんに寄り添う日々

千秋病院すずらん病棟 主任 寺澤 詩子さん(48)



育児休暇を終え復職する矢先、リーマン

産。祖母を訪ねて来ていた看護師さんの姿が心に留り、家族の反対を押し切り37歳で看護師の道を選びました。

40歳を過ぎて千秋病院へ就職。6年目の昨

「看護士の仕事は、命に向き合う局面があります。何が正しいのか判りませんが、ご本人の意向にどう寄り添うか、探求する日々です」と真剣です。

## 職員募集

尾張健友会グループ

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 (中途採用でも新卒に匹敵する制度を完備)
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 登録ヘルパーや迎送担当者も募集しています

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

将来の尾張健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