

# HUMAN

Vol.324 | 2019.4

医療を通じて人と人とのふれあいを広げる



特集 理事長就任



| SPECIAL TALK

## 理事長就任

さくら総合病院 病院長 小林豊

### 医療法人医仁会という会社の「あるべき姿」

「管理」「運営」「経営」「教育」をそれぞれにおいて「あるべき姿」を追い求めて、これを達成することは、地域社会における医療と福祉のニーズに対して、確りと永きにわたって答えていく当法人の行き先であり、私に課せられた使命であり、着任にあたっての所信である。

医療法人医仁会は1983年に発足しているが、その布石は1980年の「大口外科クリニック」の開院に遡る。私が赴任してきた2011年までの31年間は歩を緩めることなく、規模の拡大を図ってきた。これは地域におけるニーズとこれに対して絶対に「断らない」というポリシーを前理事長が貫き、前理事長自身が寝食を忘れて地域医療・地域福祉へ尽力してきた結果、いや途中経過であった。高齢化社会が急速に進行していく中で、「断らない医療」を進めていきつつ、この地域のニーズを満たしていくには、この規模は譲れない必然であった。救急を積極的に遂行している総合病院を要する医療法人が大規模福祉施設を運営している、というのは、全国でも稀有であり、これがうまく噛み合った時に、超高齢化社会に対する医療と福祉における一つの答えとなり、社会のために当法人が歩んできた道のりは、確固とした信念に基づいた「あるべき姿」なのである。

規模の拡大は人員の増員を要し、急激な増員は職員の定着を許さず、職員の回転が教育を阻み、働く者のモチベーションの維持は大きな課題であった。どんな会社でも従業員のモチベーションはテーマとして掲げられるが、当法人で

も例外ではなかった。モチベーションの向上は一朝一夕にしてなるものではなく、これは環境の変化が求められた。私が赴任して、職員の集会で最初にスピーチで話した目標は、「離職率の低下」と「従業員満足度の向上」であった。他業種の企業では当たり前になっている、「顧客満足度(Customer Satisfaction; CS)」は「従業員満足度(Employee Satisfaction; ES)」の上に成り立つ、ということの具現化である。医療や福祉という業界は、そもそもCSのためにESを犠牲にしてきた業界であり、働く者の気合と根性で作り上げられてきた文化であった。医療福祉業界は、大きく触先を「あるべき姿」に向けて転換することを求められているのである。

私が赴任してきた2011年は平成23年であり、平成生まれが大学を卒業して社会人としてデビューしだすタイミングであった。恐らくこのタイミングは、ESを犠牲にするということを医療福祉の業界でも見直さなければならぬ時期を迎えた、そういう波を感じる時代の変化であった。2015年の大手広告代理店の新入社員の過労自殺をきっかけに、時間外労働や労働環境

の改善がいかなる業界にも求められ、今般の「働き方改革」にまで急激な変化を末端の企業にまで求められるところまで急変した。そもそもESの犠牲に成り立ってきた医療福祉業界は社会や経済の整備がなされないままに、このES重視の時代の波が訪れ、現場の管理・運営はその波に飲み込まれそうになっているのが、現代医療の現状である。

この度、2019年4月1日をもって医療法人医仁会理事長に着任した。この船出は容易なものではないが、8年前に私が掲げた目標が時代に合致しており、これが最優先課題であり、大願成就のための最短コースであることも確信が持たれるところである。「管理」「運営」「経営」「教育」をそれぞれにおいて「あるべき姿」を追い求めて、これを達成することは、地域社会における医療と福祉のニーズに対して、確りと永きにわたって答えていく当法人の行き先であり、私に課せられた使命であり、着任にあたっての所信である。2025年問題と言われる年はすぐそこまできている。私の会社は、2045年、2055年を見据えた地域社会への貢献を約束して、「あるべき姿」を具現化していくために歩を前に進めていく。

私は12年間、総合病院で病棟勤務をしていましたが、タイミングとご縁があり昨年よりデイケアセンター御嶽に所属させて頂くことになりました。

最初はどんな所かわからず、看護師として何ができるのだろうか、私に務まるのだろうかと不安でいっぱいでしたが、ご利用者様から優しく話しかけてくださり、少しずつ緊張が解けていきました。

主に、ご利用者様の健康管理や利用中の急な体調不良の対応、傷などの処置をしています。そして、世間話に交えて「こんなこと聞いていいのかしら。」と、病気の事、薬の事などを聞かれることも多くなりました。利用者様がどんなことが気になって、どんなことに困っているのか、またはどんな工夫をされてどんな苦勞をしながら生活しているかを知ることができました。病棟では、ゆっくり話をすることが少なかったかもしれ

医療

## ご利用者様と接する中で感じたこと

さくら総合福祉センター  
デイケアセンター御嶽



ません。さらに、病院では退院を目標に、看護計画を立てたり医療処置をしたりしてきましたが、その先の生活を細かく想像することができませんでした。医療と福祉は繋がっており、退院後にはもっとリアルな日常生活が続いていくのです。その中で、いかに生きがいを見つけて自分らしく生きていくかが大切だと思います。

利用者様がきらきらした笑顔で、趣味やレクリエーション、リハビリに取り組まれている姿を見るととても嬉しくなります。私は、そんな利用者様の笑顔が増えるように、そして安心して取り組んでいただけるようにサポートできるように頑張りたいと思います。

お問い合わせ

さくら総合福祉センター  
デイケアセンター御嶽  
tel.0587-95-8900



## デイケアセンター御嶽 求人のお知らせ

病院内でのデイケアの教育体制は段違い！  
基礎から学べることはもちろん、  
たくさんの未経験者が現場で活躍中です。  
一緒に楽しく働きましょう！



ケアスタッフ  
(常勤)

介護業務(入浴・食事介助・  
送迎・オムツ交換等)  
資格・学歴:不問  
介護有資格者歓迎

ケアスタッフ  
(非常勤)

介護業務(入浴・食事介助・  
送迎・オムツ交換等)  
資格・学歴:不問、介護福祉士・ホームヘルパー歓迎



お問い合わせ

さくら総合福祉センター  
デイケアセンター御嶽  
tel.0587-95-8900

### 4月18日は、よい歯の日です 歯周病を 予防しましょう

歯周病は歯肉炎・歯周炎の総称で、徐々に進行する病気です。歯周ポケットと呼ばれる、歯と歯茎の間に溜まった歯垢を除去し、歯周病の原因菌を増やさないようにすることが大切です。

#### 普段の生活にもご注意を

高カロリー・高脂肪・高塩分を避け、栄養バランスのとれた食事をしっかり噛んで食べましょう。睡眠不足や喫煙は免疫力が低下します。健康を維持し、抵抗力を高めることも必要です。

#### 歯周ポケットを意識しましょう

歯と歯茎の境目にハブラシの毛先を45度の角度で当て、5mm程度に細かく動かしながら軽い力で磨きましょう。一方向だけでなく上下左右に小さな円を描くように磨くとさらに効果的です。そして1日1回は、歯間ブラシやデンタルフロスを使い、歯の隙間の歯垢も落としましょう。



#### 歯磨きは食後1時間後位に

食後は唾液の分泌が多く、歯を保護してくれます。食後1時間後位の歯磨きが効果的です。睡眠中は唾液が減り、口腔は細菌が繁殖しやすくなります。寝る前にきちんと歯を磨くことが歯周病予防に最も効果的です。

#### 定期的な歯科健診を

歯周ポケットに入った汚れは歯磨きでは取れません。定期的に歯科医院で除去してもらいましょう。

お問い合わせ

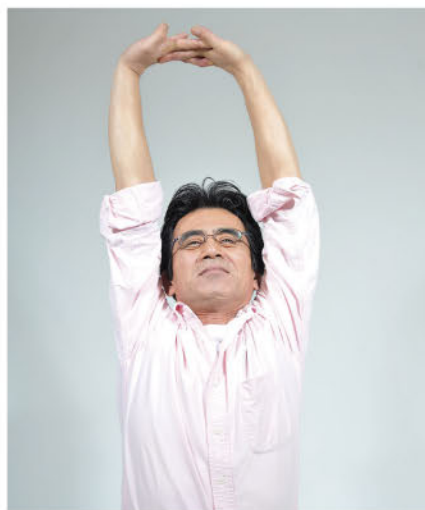
**デンタルセンター**  
tel.0587-95-6711



### 気象の変化による身体の不調 寒暖差疲労に ご注意を

春先は寒暖差が激しく、体調を崩しやすい時期になります。その原因に寒暖差疲労があります。

体温の調節には自律神経が関わっています。寒暖差の激しさが自律神経のエネルギー消費を増やすことになり、疲れやすくなります。これを寒暖差疲労といいます。



前日から5度以上の気温差で、寒暖差疲労が起きやすくなります。身体の冷え・常に眠気がある・疲れやすいなど、を感じたら無理をせず休みましょう。免疫力も下がり、感染症などの病気にもかかりやすくなります。

1日3食、朝食は必ず食べましょう。就寝中に下がった体温を上げ、自律神経を整えます。ストレッチや散歩で体の代謝を上げるのも効果的です。寒い日もありますので、暖かい服装をして、規則正しい生活を心がけましょう。

## 心とところが通い合う老人保健施設



#### ご利用対象者

- ・要介護1～5のいずれかに認定された方
- ・65歳以上で、寝たきりや認知症などで介護が必要な方、また家事や身支度などの日常生活に支援が必要な方。
- ・40歳以上65歳未満の方で、初老期認知症や脳血管障害など、老化が原因とされる病気により介護が必要な方。

お気軽に施設見学にお越しください

**老人保健施設 さくら荘** 愛知県丹羽郡 大口町新宮1-96  
tel.0587-95-6722 fax.0587-95-6787

### はじめまして

2月に入職した職員



秘書

**武藤 紗世**  
Sayo Mutou

一生懸命頑張ります。よろしくお願ひします。



看護師

**野仲 真由美**  
Mayumi Nonaka

患者さんに笑顔になって頂けるよう精一杯努力します。よろしくお願ひします。



### 2月13日 デイケアセンター御嶽 絵手紙教室

デイケアセンター御嶽にて、絵手紙教室を開催しました。もうすぐ訪れる春の絵柄をモチーフに、職員や先生方と一緒に作品を完成させていきました。今後も楽しみながら出来る催しを継続いたします。



### 2月18日 デイケアセンター御嶽 クラフト手芸

デイケアセンター御嶽にて、クラフトバンド教室を開催し、モンブランケーキの形をした小物入れの制作しました。参加者同士が手順を教え合ったり、完成した作品を持って記念写真を撮影するなど和気あいあいとした楽しい催しになりました。



### 3月12日 お水取り お松明をお分けしました

お水取りが終わると、春が来ると言われております。国を守り、天下の安泰、五穀豊穡、万民の健康を祈る行事として続けております。今年もお水取りのお松明を持ち帰りました。皆さんに少しでもお分けして、共に健康に生きられる幸せを分かち合いたいと思います。



### 3月13日 デイケアセンター御嶽 絵手紙教室

デイケアセンター御嶽にて、絵手紙教室を開催しました。男性も多く参加し、一生懸命に絵筆を走らせておりました。これからも皆様に楽しんで頂ける催しを継続いたします。

## 睡眠時無呼吸症候群について

睡眠時無呼吸症候群は、生活習慣病をはじめ様々な病気と合併する可能性があります。寝苦しい・いびきをかく・疲れが取れないなど、健康リスクが高い傾向にあり、自覚症状がない方が多いのが現状です。

### 循環器疾患のリスクが増大

睡眠中、平均で1時間に5回(10秒～)以上、呼吸が止まる場合は睡眠時無呼吸症候群の疑いがあります。脳・心臓・血管に負担をかけるうえ、高血圧・脳卒中・狭心症・心筋梗塞など循環器疾患のリスクが上がります。

### 生活習慣を見直しましょう

上気道の閉塞がある閉塞性の場合、過度の飲酒や喫煙を避ける、肥満の改善、鼻疾患の治療、横向きに寝るなど、就寝時の気道を確保することで改善が期待できます。

睡眠時の無呼吸でお悩みの方は、お気軽にご相談ください。

### 耳・鼻・喉疾患センター(D棟2階)

午前:9:00~12:00  
午後:17:30~19:30(月~金)  
午前診は年中無休、午後診は月~金  
tel.0587-95-6711



医療 **AtoZ**  
ヘルスケア NO.26





### 3月度 全体集会

3月度の全体集会を行ないました。新入職員紹介の後、訪問リハビリについての説明、病院長によるスピーチが行なわれました。さくら総合病院は夜間・休日(日祝)も診療を行なっており24時間365日対応いたします。急な病気や怪我でお困りの場合は、ご来院ください。



### 環境美化運動 院内清掃

3月度の環境美化運動を行ないました。診療科受付やカウンター、ソファなどご来院くださった皆様に気持ちよい環境を提供できるよう清掃を行ないました。今後も引き続き美化運動を継続いたします。



### 感染対策全体研修 結核について

当院では職員に向け、定期的に研修を開催しています。H30年度 2回目の感染対策全体研修を行ない、結核の感染経路・予防策を受講しました。これからも地域医療に貢献できるよう研修を通じて知識向上に努めます。



### 市民啓発ミーティング

市民啓発ミーティングを行ない、次回開催予定のさくら市民公開講座のポスターやスタッフ選定、冬の院内コンサートについて話し合いました。第17回 さくら市民公開講座は5/25(土)に開催を予定しております。ご来場よろしくお願いたします。

## 何度でも利用したくなる ショートステイ 太郎と花子 介護保険利用者様向け

在宅で生活されている方が一時的に宿泊できるサービスです。ご自宅と同じように生活が送れるよう、24時間対応で食事・入浴・排泄等の介護を行ないます。ご家族様の介護負担を軽減し、ご病気や冠婚葬祭、ご旅行等で今からでも一時的に介護ができなくなった場合などに、ご利用いただけます。



お問い合わせ

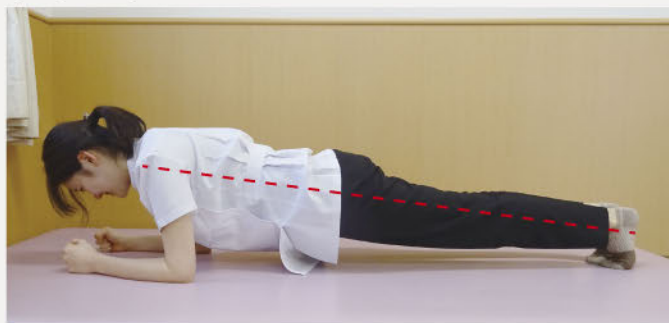
ショートステイ 太郎と花子  
tel.0587-95-0134

月曜日～金曜日  
9:00～17:00

# リハビリ健康体操 | 腹筋を中心に効果のある体幹トレーニング：中級編

体の気になる痛み・コリなどを解消できる健康体操を、リハビリ職員がご説明いたします。今回は体幹トレーニングのプランクとサイドプランクをご紹介します。

## プランク



- 1 つま先を床に立てた状態で、床にうつ伏せになりましょう。
- 2 上半身を起こして、前腕を床につけます。
- 3 腹筋に力を入れて、膝と腰を床から浮かせます。
- 4 体を一直線のラインにして、この状態を維持します。

- ⚠️
- ・肘は肩の真下にくるようにすること。
  - ・頭から踵までのラインが真っ直ぐになるようにしましょう。
  - ・膝を曲げたり、腰を反らせたりしないようにし、あごを引いておくこと。

## サイドプランク



- 1 横向きに寝た姿勢をとりましょう。
- 2 片方の肘を床につき、両足を伸ばします。
- 3 腰を床から持ち上げて、体を一直線にして、この状態を維持します。
- 4 反対側も行ないましょう。

- ⚠️
- ・下側の肘は肩の下にくるようにして、前方へ伸ばしておきます。
  - ・両脚は揃えておきましょう。
  - ・身体がしっかり真横を向くように意識しましょう。

## 第17回 さくら市民公開講座 地域に健康と安心を

5月25日(土) 12:30~15:50 大口町民会館 丹羽郡大口町丸2丁目8



主催 ● さくら市民公開講座 事務局 0587-95-6711(代表)  
 後援 ● 尾北医師会/小牧市医師会/大口町/扶桑町/犬山市/小牧市/江南市

参加費  
無料

事前申込不要

車いすの方も  
ご参加頂けます

講演には  
手話通訳が  
付きます

[第1部] 12:30~13:55

健康ブース 最新の介護用品 展示・体験あります

- 血圧・血糖測定
- 介護相談
- 手洗いチェック
- 栄養相談
- 口コミ体操
- フットマッサージ

[第2部] 13:55~15:50

- 開会の挨拶..... さくら総合病院 副院長 秦 誠 宏
- 講演1..... さくら総合病院 看護師
- 「手術室について(仮)」..... 大野 弘 嗣
- 講演2..... さくら総合病院 麻酔科部長
- 「麻酔について(仮)」..... 西良 雅 夫
- ..... さくら総合病院 院長
- 閉会の挨拶..... 小林 豊

※内容および時間は一部変更となる場合があります。予めご了承ください。





**第17回  
さくら市民公開講座**  
5月25日(土) 12:30~  
入場無料、参加申込も不要、  
車いすの方もご参加頂けます。  
お気軽にお越しください。  
[場所] 大口町民会館

**1 大口町 五条川の桜並木**

～4月15日(月) ※ぼんぼり設置期間  
五条川沿い約8km・約2000本の桜並木  
を楽しめます。4月4日(木)までは新田橋  
～平和橋までライトアップが行なわれ、  
屋台の出店もあります。

[場所] 大口町 五条川河畔、尾北自然歩道

**3 第51回 一宮桜まつり**

～4月10日(水)  
桜の開花にあわせて、市内各所で開催。  
メイン会場となる大江川緑道では、屋台  
が出店するほか、夜はライトアップされ、  
幻想的な夜桜を楽しむことができます。

[場所] 大江川緑道、木曾川堤ほか

**5 第385回 犬山祭**

4月6日(土)・7日(日)  
国宝犬山城を仰ぐ城下町にからくり人形  
を備えた車山が繰り出します。夜車山の  
巡行では提灯の灯りが夜桜に映え、美し  
い夢幻の世界へと誘います。

[場所] 犬山市 城下町地区一帯

**2 岩倉桜まつり**

～4月7日(日)  
「日本さくら名所100選」として有名な、岩  
倉市の五条川河畔で開催されます。のん  
ぼり洗い・山車巡行・からくり実演・夜桜  
のライトアップなどが催されます。

[場所] 岩倉市 五条川河畔

**4 小牧山さくらまつり**

～4月10日(水)  
約1150本の桜が満開となる小牧山城を  
背景に開催されます。6日(土)・7日(日)  
には、特産品販売、児童写生大会、甲冑  
試着体験などのイベントが催されます。

[場所] 小牧市 小牧山

**6 第54回こうなん藤まつり**

4月20日(土)～5月6日(月・祝)  
藤の名所、曼陀羅寺公園で開催されま  
す。紫・紅・白と色とりどりに咲き誇り、甘  
い香りを楽しめます。各種催しのほか、夜  
間は藤棚がライトアップされます。

[場所] 江南市前飛保町寺町202

※大口町・小牧市の催しについては、桜の開花状況により変更あり

患者さん図書館  
**さくらの森通信**  
月-金 10:00～12:00  
13:00～16:00



今月の  
図書紹介  
Book of the Month



今月の図書紹介  
**介護がラクになる  
マンガ  
在宅ケア**

著者  
島村 八重子  
樁 しょう

厚生労働省の在宅医療に関するデータによると、国民の60%以上が「自宅での療養」を希望しており、要介護状態になっても自宅や子供・親族の家での介護を希望する人が4割を超えているそうです。しかし、介護者の身体的・精神的な苦痛は想像するに余りあるのではないのでしょうか。介護に直面したときの気持ちのあり方や、関わる人同士の関係性についてのヒント、また介護に役立つ情報や工夫を、全10話のマンガを通して紹介した図書です。介護現場で苦闘する皆さんに読んでいただきたい一冊です。

医療・治療・検査・薬に関する医学書や小説などの一般書、DVD・パンフレットの他にインターネットによる医療情報の検索も可能です。ぜひ、お気軽にご利用ください。▶さくらの森:C棟2F 脳卒中脊椎脊髄センター前

# MENTAL GYMNASTICS

## 頭の体操

### クロスワードの解き方

- 1) タテ、ヨコ、それぞれの問題を解きましょう。枠にはカナが入ります。  
 2) 色枠に入った文字をAからGの順に並べると、なんとという言葉になるでしょう？  
 \*ヒント: 傷病者を医療機関に搬送する救急車は、ここから出動します。

答:

1	7	10	12		16		21
2				14			
3						19	
4				15	17		
5			13				
		11					E
6	8					20	
	9				18		

### 横のカギ

- 泣くよウグイス平安京。いい国作ろう—幕府。
- 花びらが吹雪いているように舞い散るさま。
- 江南市・小牧市に隣接する、五条川で桜まつりが行われる街。
- な人と、いつも前向きで明るい雰囲気の人をいいます。
- は世につれ世は—につれ。
- 筋力・持久力・パワー・バランス・柔軟性などの運動能力。
- 美濃加茂～犬山まで木曾川沿岸の峡谷を日本—といいます。
- 食物や花粉、ハウスダストなど—ルギーの原因は様々です。
- かつて広島カーブが敷いた、王選手対策の守備シフト。
- 犬山祭りの名物は、車山のカラクリ人形と—返しです。
- 素朴でのどかなさまを—的といいます。
- 先祖—、針—など死者以外の道具にも行なわれます。
- 海の—、地の—、川の—など、一番下の所。

### 縦のカギ

- 火災を感知したら警報を発して周知させる警報機。
- ミヤ—はノコギリクワガタに並んで人気のクワガタです。
- さやが—を向いて育つことから—豆と名付けられました。
- 目まい・貧血で頭が—する。
- 数学で、文字・式などが指す数値。値打ち、価値など。
- ンスは、フランスを代表する洋梨です。
- 必須脂肪酸—酸は、オリーブオイルの主成分です。
- と云ふは死ぬ事と見つけたり。は「葉隠」の一説です。
- ビジネスの基礎知識ともいわれる経理職の資格。
- ぜ—、は—、どちらも水分補給を忘れず入浴しましょう。
- り合うも他生の縁。
- いつまでも—くよ悩まず、反省してさっと忘れましょう。
- 風邪や神経痛・血行障害・筋肉痛に良い漢方的一种。

### 数独の解き方

- タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- 太線で区切られた3×3の枠内(マスは9個)にも1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- タテ・ヨコ、枠内で同じ数字が重複して入ることはありません。

#### 問題 1

難易度 ★

4		9		5	2		6	
		5		3		1		
1	3		9				5	2
	5	3	2		7		9	1
		1		8		5		4
6	2		5	1			3	
	1		3			8		
	4	7			5	2		6
5			7	2			4	

#### 問題 2

難易度 ★

	4		2			6		5
1	2		5		7		9	4
		3		9		7		
				4		5		
4	6		7		8		3	
3		1	9		2	4		6
6		2		7	5		4	3
5			1	2			6	
	7	8			4	1		2

## 緑茶の健康効果

私たちにとって身近な飲み物の緑茶には、美容・ダイエット、血圧・血糖値の抑制、抗菌・抗ウイルス効果(感染症予防)などの、様々な健康効果が期待できます。

### ●美容・美肌効果

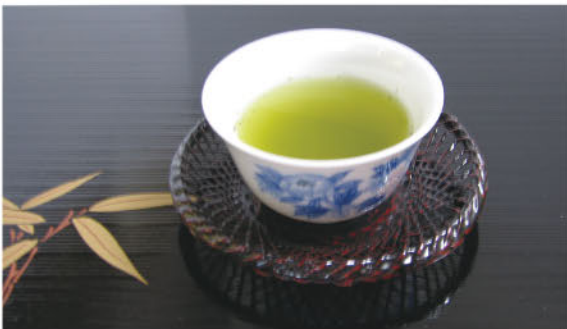
大量に含まれるビタミンCはメラニン色素の生成を抑制・皮膚への沈着を予防し、肌を保護します。コラーゲンの生成をサポートし、シミ・くすみ・美白に効果があります。

### ●ダイエット効果

食前に飲むと満腹感が得られ食べすぎを防止でき、食後に飲むことで脂肪や糖質の吸収をゆるやかにしてくれます。運動前に飲むことで脂肪を優先的にエネルギー源として使われるように働きかけてくれます。

### ●活性酸素を除去する抗酸化作用

カテキンには活性酸素を除去する抗酸化作用があります。免疫力を高め、血圧・血糖値も正常に保ち、心疾患・脳血管疾患・呼吸器疾患疾患・骨粗しょう症などのリスクを減らし、認知症予防にも効果が期待できます。殺菌作用もあるので虫歯・口臭予防、感染症ウイルスの殺菌効果など、緑茶を飲むだけでも予防策になります。



他にも脳を活性化させ、ストレスを緩和させるなどの効果も期待できます。疲れたときは、緑茶を飲んで心身ともにリフレッシュしましょう。

## 旬を食す

季節の行事に味わう旬の食材

### ヨモギ

ダイエット・便秘解消に効果のある不溶性食物繊維を含んでいます。古くからお灸や漢方としても使われ、香りにはアロマ効果があります。



### ゼンマイ

ビタミンCやβカロテン・カリウム・葉酸・食物繊維などが豊富に含まれ、風邪予防や便秘解消・美肌にも効果が期待できる山菜です。

### コゴミ

βカロテンが豊富に含まれ、皮膚・粘膜の免疫力を高め、生活習慣病予防に効果があります。抗酸化作用の強いビタミンEも含まれています。



### ワラビ

身近な場所で採取できる山菜です。アク抜き後に乾燥させることで、鉄分やカリウムの含有量が10倍以上になります。

### タケノコ

食物繊維やビタミンB2が豊富に含まれ、脂質代謝・高血圧予防、細胞の再生を促進します。足などのむくみを取る作用があるカリウムも含まれています。



さくら'sキッチン

SAKURA'S  
KITCHEN

さくら総合病院  
栄養管理センター監修



HEALTHY RECIPE

春ならではの山菜をたっぷり使った和風スパゲッティです。

## 山菜とベーコンの和風ペペロンチーノ

[ 材料 ] (2人分)

- スパゲッティ…200g
- オリーブ油…適量
- ヨモギ…60g
- 鷹の爪…適量
- ワラビ…10本
- 醤油…大さじ2
- コゴミ…10本
- みりん…大さじ2
- ゼンマイ…適量
- 酒…大さじ2
- タケノコ…1/2本
- 顆粒だし…小さじ1
- ベーコン…4枚
- 胡椒…適量
- ニンニク…2片

[ 調理方法 ]

- 1 ヨモギをよく洗い、塩茹でしたら流水にさらし、水気を切って微塵切りに。その他の山菜もアク抜きして、ベーコンと共に食べやすいサイズに切ります。
- 2 フライパンを熱しオリーブ油・ニンニク・鷹の爪を弱火で炒めます。ニンニクが香ってきたらベーコン・ヨモギ・山菜を中火で炒めます。
- 3 フライパンに茹で上がったスパゲッティを入れ、調味料で味付けして完成です。

# 住宅型有料老人ホーム 太郎と花子 入居者募集中!

施設見学 随時受付中!!



医療法人 医仁会が運営する住宅型有料老人ホーム太郎と花子は、徹底した医療体制と手厚い介護で心から安心して過ごせる老人ホームです。ご入居に関するご相談やご質問など、お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ

住宅型有料老人ホーム 太郎と花子

愛知県丹羽郡大口町新宮1-10

tel.0587-95-0111

受付時間 9:00~17:00



## 求人募集

「やりがい」が「生きがい」に

### 看護部門

あなたの熱意を求めています

### 医療技術部門

明日への暮らしを支えるお仕事です

### 診療支援部門

患者さんの「最適プラン」を見つけるお手伝い

### 事務職員

他職種からの転職大歓迎!  
医療の現場で力を発揮しませんか?

### さくら総合福祉センター

一緒に支えよう。みんなで支える。  
明日への暮らし

### 医療法人医仁会さくら総合病院 採用情報

各職種の詳細は  
こちらから  
ご覧ください



## 頭の体操

さくら総合病院では、近隣の消防署と連携し、E.Rにて救急車の受入れ時間外・夜間の救急患者さんの受入れを行っています。

### クロスワード 解答

シ	カ	マ	ク	ラ	ポ	ツ	カ
ヨ	サ	ク	ラ	フ	ブ	キ	ツ
ウ	イ	ワ	ク	ラ	シ	ソ	コ
ボ	ホ	ガ	ラ	ド	ン	デ	ン
ウ	ウ	タ	オ	ウ	シ	フ	ト
シ	チ	ア	レ	ン	ク	ウ	
ヨ	キ	ソ	タ	イ	リ	ヨ	ク
		ラ	イ	ン	ク	ヨ	ウ

### 数独 ナンバス 解答

問題 1

4	8	9	1	5	2	3	6	7
2	7	5	4	3	6	1	8	9
1	3	6	9	7	8	4	5	2
8	5	3	2	4	7	6	9	1
7	9	1	6	8	3	5	2	4
6	2	4	5	1	9	7	3	8
9	1	2	3	6	4	8	7	5
3	4	7	8	9	5	2	1	6
5	6	8	7	2	1	9	4	3

問題 2

7	4	9	2	3	1	6	8	5
1	2	6	5	8	7	3	9	4
8	5	3	4	9	6	7	2	1
2	9	7	6	4	3	5	1	8
4	6	5	7	1	8	2	3	9
3	8	1	9	5	2	4	7	6
6	1	2	8	7	5	9	4	3
5	3	4	1	2	9	8	6	7
9	7	8	3	6	4	1	5	2