仁敬だより

JINKEI DAYORI

仁厚会・敬仁会合同広報誌
2024年1月1日発行

発行：社会医療法人 仁厚会
〒682-0023 鳥取県倉吉市山根43番地
TEL(0858)26-1012
社会福祉法人 敬仁会
〒682-0023 鳥取県倉吉市山根55番地
TEL(0858)26-3864
https://www.med-wel.jp/

2024 新春号

2023年度 共通法人理念

仁は人の心なり

仁を以ってかかわるすべての人たちの
幸せを追求し、
地域社会とともに歩み続けます。

大平焼　干支置物「辰」　ゆりはま大平園

C O N T E N T S

P2-3 新年のご挨拶
P4 医師の明瞭解説
藤井政雄記念病院附属歯科クリニック 市来浩司所長
P5 発達障がいプログラム「DOORS」スタート
ストレスケア病棟開放運用開始
デイサービス リニューアルオープン！
P6 よどえ夢まつりに参加しました！
もりのみ新商品続々登場
大和公民館祭　出張健康講座
P7 防災・防犯訓練
P8 行事・地域活動の再開
P9 コンテスト参加報告
JIN'Sキッチン
P10 令和5年仁厚会・敬仁会重大ニュース
P11 健康レシピ
Photo Report
P12 News Topic

謹賀新年

「新年のご挨拶」

社会医療法人　仁厚会
社会福祉法人　敬仁会
理事長　藤井　一博

あけましておめでとうございます。

皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

4年以上に及んでいる新型コロナウイルス感染症も昨年5月に感染症法上の5類に移行されました。ご利用者やご家族の皆様には、感染対策でやむを得ないこととはいえ、外出の制限や面会の制限などで大変ご不便をおかけしました。御協力に改めて感謝申し上げます。また、両法人職員も地域の皆様の命や健康を守るため全力で働いて頂いたこと、そのご労苦に対し心から敬意を表します。

本年は、『診療報酬改定、介護報酬改定、障がい福祉報酬改定』が実施されることになっており、より良質な医療・福祉が提供できるよう職員一同で取り組んでいます。

また、仁厚会藤井政雄記念病院においては、『介護医療院』が開設されることとなっており、昨年以前から諸準備が進められてきたところであります。介護医療院とは、医療ケアと介護サービスの両方を必要とする要介護の高齢者が、長期間安心して暮らしていくために、介護支援（生活支援）に加えて、医療ケアにも力を入れて一体的に提供する施設であり、新たな取り組みとなります。

一方、地域を取り巻く環境は、コロナ禍をはじめ世界各地の紛争、円安などによりガソリンなど燃料や食料品等の物価高騰が続いており、住民の皆様には厳しい生活が強いられておりますが、そのような中、各施設が地域のオアシスとして安らぎの場となるよう願っております。

私も一昨年7月参議院議員として国政の場に出させていただいてから早1年8月を過ぎようとしております。国会では参議院厚生労働委員会をはじめ常任委員会、その他特別委員会や調査会に委員として所属し、自身の政策の基本理念『地方創生及び医療福祉の充実』、そして郷土鳥取県の諸課題解決のために今後とも邁進いたします。

結びに皆様のご健勝とご多幸を祈念いたしまして新年のご挨拶といたします。

開かれた精神科病院を目指して

医療福祉センター 倉吉病院

院長 兼子 幸一

新年明けましておめでとうございます。新年が皆様にとって明るく、穏やかな年になりますよう祈念申し上げます。

令和5年5月に新型コロナ感染症が5類移行して半年以上が経ちました。幸い、大規模な感染拡大や死者数の増加は起こらず、メディアでは現地開催の大規模イベントが頻繁に取り上げられるようになっています。感染に対する恐怖心が完全に消えたわけではありませんが、折り合いをつけながら、新たな取り組みに手を付けようという前向きの雰囲気が醸成されつつあるように感じられます。

倉吉病院の場合、中央棟の完成、病棟のリニューアルの際、地域の皆様に、開かれた精神科病院を体感して頂けるイベントを開催する予定でした。残念ながら、コロナ禍でイベントを実現することは出来ませんでした。タイミングは少し遅れましたが、次年度には是非実施したいと考えております。精神科病院の雰囲気は言葉や画像だけでは説明しにくいところがあり、体感して頂くのが一番と考えております。こころの不調の際、「ちょっと相談してみようか」と気楽にお出で頂ける病院を目指して、職員一同で努力して参りたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

地域に必要とされる病院を目指して

藤井政雄記念病院

院長 宮﨑 聡

新年明けましておめでとうございます。

昨年は格別なご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

この1年を振り返りますと新型コロナ感染症では、冬場の第8波と夏場の第9波ではこれまでと同様に発熱外来を継続し、また感染患者さんや療養期間終了後患者さんの入院治療を行って参りました。秋以降は当院外来でも感染者数は少ない状況が継続しています。

一方ここ3年流行のなかったインフルエンザや咽頭結膜熱などが夏から子供さんを中心に流行が継続しています。コロナが5類へ移行しマスク着用が推奨されなくなり、様々な感染症の流行から改めて基本的な感染対策の重要性を認識しております。

さて本年は4月から医師働き方改革が実施されますが、当院への影響は今のところ少ないと思われ、従来と同じ診療体制を維持でき、地域の皆様方が当院へ期待する医療を十分に提供できると考えています。

加えて来年度には併設型介護医療院を開設予定であり、従来の介護施設では十分に対応できない方々に介護・医療サービスを提供していく所存です。

今後も地域に必要とされる身近な病院を目指し職員一同邁進して参ります。

新しい年が皆様にとってよい年であることを祈念し年頭の挨拶といたします。

皆様の健康を守る病院として

米子東病院

院長 武田 二郎

新年明けましておめでとうございます。

新型コロナ感染症の騒ぎが始まってからはや4年が経過しましたが、米子東病院も、仁厚会感染制御センターの協力を得て感染対策に取り組んでまいりました。この間、残念ながら何度かのクラスター発生はあったものの、患者さんのご協力もいただき、お陰様で比較的小規模かつ短期間のうちに収束させることができたと思っております。新型コロナ感染症とともに生きる『ニューノーマル』な生活様式、というのは『マスクや手洗いなど、引き続き感染対策に十分注意した上で、普段はほとんど感染者を意識せずにいられる生活』という、医療関係者が思い描いたものとは些か異なる形となり、世間はほぼもとの生活に戻ってきています。それでも感染者がいても重症化する症例が大幅に減少した、という状況は素直にありがたいことでした。とはいえこの感染症は、ワクチン接種を十分に受けられていない方や、乳幼児・お年寄りなどの体が弱い方にとっては依然危険で、医療機関にとっても侵入を許すわけにいかないものであります。今後も皆様の健康を守り、職員一丸となって本年も頑張る所存です。改めてこの一年もよろしくお願い申し上げます。

医師の明瞭解説

口腔ケアと栄養管理

藤井政雄記念病院附属歯科クリニック
市来 浩司 所長が
わかりやすく解説

藤井政雄記念病院
附属歯科クリニック
市来 浩司 所長

■口腔ケアと栄養管理

『口』は、栄養摂取の入り口であり、口腔機能の低下は経口摂取量の減少につながります。その結果免疫機能が低下し、感染症などの病気にかかりやすくなります。同時に低栄養は、口腔汚染の進行や唾液分泌量の低下による口腔乾燥をひきおこし、さらなる機能低下をもたらして誤嚥性肺炎のリスクを高めます。つまり口腔ケアと栄養管理は切っても切れない関係であり、QOL（生活の質）の向上に欠かせないものです。

■食べるという機能

我々歯科スタッフは、否応なく進行する高齢化社会のなかで口から食べることに向き合ううちに、「しっかりした歯が20本以上あるから何でもばりばり食べられるんだ」、「歯を綺麗に保てば健康なんだ」、「きっちり合った入れ歯があるから十分な栄養が摂取できるんだ」といった簡単な理屈でないことを学びました。

加齢によるフレイル（虚弱状態）の進行や認知機能の低下により、摂食機能はどんどん衰えてしまいます。その改善のための口腔ケアと栄養管理は、歯科医師のみではできません。歯科衛生士、言語聴覚士、作業療法士、管理栄養士、看護師、介護職員等との柔軟な多職種連携が必須です。具体的には歯科が咬合（噛み合わせ）や咀嚼（噛みつぶすこと）、舌運動等をチェックし、言語聴覚士が嚥下機能（口の中で噛み潰したものを飲み込んで胃に送る機能）を、作業療法士が食事時の姿勢を、管理栄養士が食事形態をそれぞれ評価し、看護師が食欲体調等全般を把握し、それを介護職員が日常の介助に活かす。その結果食べ物を認識して口に運び、口の中で噛んで飲み込み、胃へと運ばれる「食べる」機能が改善されます。

■様々な職種の連携

こういった多職種連携により、口腔衛生の管理や、栄養状態の改善と維持を目的とした活動、口から食事ができるようになりその状態が維持される、口腔機能を定期的に評価できるなど、地域から求められるレベルの高い栄養管理が可能になります。

ル・サンテリオン北条で実験的に開始したOMAT*（歯科医師、歯科衛生士、言語聴覚士、作業療法士、管理栄養士、看護師の多職種混成チームによる摂食機能評価）も6年目をむかえました。口から食べる栄養管理に非常に効果的と感じています。さらに入所時からの口腔内スクリーニングや定期的な口腔機能の評価・分析を体系的に行い、当該施設以外の法人関連施設でも同様の取り組みを拡大したいと考えております。

*：OMAT：ORAL MANAGEMENT ASSISTANCE TEAM（口腔管理支援チーム）の略

ル・サンテリオン北条での OMAT 活動

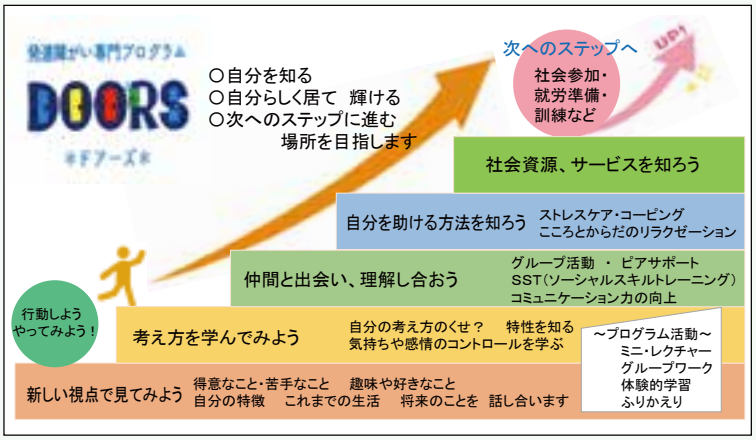
治療が必要な場合は歯科にて処置を行います

発達障がいプログラム『DOORS』スタート　倉吉病院

倉吉病院の精神科デイナイトケアでは、９月12日より発達障がいのプログラムをスタートしました。多様化する病状や特性により変化する現代社会のニーズを形にしたのがこのプログラムです。

「人間関係がうまくいかない…」「トラブルにうまく対処できない」「自分の気持ちを伝えることが苦手」などの困りごとに寄り添いながら、その対処法を身に付けてステップアップを目指します。

ご興味・関心のある方は、お気軽にご連絡ください。



●お問い合わせ　倉吉病院精神科デイナイトケア　☎0858-26-4887

ストレスケア病棟開放運用開始　倉吉病院

10月16日より、ストレスケア病棟の南側出入口ドアを日中開放し、閉鎖的にならないようリラックスできる環境を提供しています。病棟内の居室はプライバシーに配慮され、雪見障子を用いるなど落ち着いた雰囲気となっております。

精神科は環境も治療の一つです。ゆったりとした治療が受けられるようなサービスを提供していきます。

●お問い合わせ　倉吉病院地域連携室　☎0858-26-1190

4床室でも仕切り戸でプライベート空間を確保

デイサービス　リニューアルオープン！　マグノリア

10月１日より、デイサービスをリニューアルオープンしました。

まずはノスタルジーを感じられる昭和レトロを基調とした空間へ改装。さらに多様なニーズに応えるためパチンコ台を導入するなど、いろいろな事が楽しめるアミューズメントスペースを用意しました。様々なレクリエーションメニューも取り揃え、『自分のやりたいことが実現できるデイサービス』を皆様に提供します。

これからのマグノリアが提供するデイサービスは二刀流。

一つ目は、介護予防を目的に、生きがい活動としての多彩なレクリエーションメニューをご自身で選択し「楽しかった、また来たいね」と言っていただけるデイサービス。二つ目は、ご利用者個々に合ったサービスが提供でき、ゆったりと安心していただけるデイサービス。

生まれ変わったマグノリアが皆様をお待ちしています。

アミューズメントスペース

室内ゴルフ「インゴル」

昭和レトロなインテリア

●お問い合わせ　マグノリア　☎0858-26-3922（伊藤、吉田、勝田）

よどえ夢まつりに参加しました！　ル・サンテリオンよどえ、米子東病院

10月22日、淀江文化センターにて『よどえ夢まつり』が開催され、ル・サンテリオンよどえと米子東病院が参加しました。

フレイル（虚弱状態）予防コーナーを設け、健康チェックの一環として握力測定を行いました。皆様健康に気を遣っておられ、たくさんの方に興味を持って立ち寄っていただけました。

ぎゅっと握って、握力は何キロかな？

ギフトにもおすすめ もりのみ新商品続々登場！　倉吉病院

倉吉病院外来そばにあるカフェ『もりのみ』では、昨秋リニューアル OPEN 以来、新商品を販売中。牛乳・生クリーム・卵黄・三温糖・バニラビーンズを贅沢に使用した『**もりのみふわとろなめらかプリン**』、さつま芋をバターとハチミツでソテーした『**ハニースイートポテトマフィン**』、口どけのよいスノーボール風『**もりのみクッキー**』や、詰め合わせギフトセットもご用意しています。大切な人と過ごす時間に、是非ご賞味ください。

もりのみ詰め合わせギフトセット￥1,000（税込）

大和公民館祭　出張健康講座　米子東病院

11月12日、大和公民館祭で恒例の『出張健康講座』を開催し、体組成計を使用して筋肉量の測定を行いました。

午前中のみの短い時間ではありましたが、多くの方に測定していただきました。大半の方が筋肉量は正常値ですが、脚の筋肉量が理想よりも少ないという結果でした。理学療法士から、ウォーキングや起立着座運動を行うことの重要性、また脚の筋肉量を増やすことに重点を置いた日常生活上での運動内容についてお話させていただきました。

ご来場くださいました地域の皆様、大和公民館の皆様、本当にありがとうございました。今後も米子東病院は、地域の方々の健康のために貢献して参ります。

米子東病院では、地域の皆様に様々な情報のお届けをするために出張健康講座を行っております。

ご要望がありましたらいつでもお気軽にお電話ください！

●お問い合わせ　米子東病院　☎0859-56-5232

測定の様子

結果を見ながら一人一人アドバイスを行いました

防災・防犯訓練

自衛消防訓練　ル・ソラリオン西新井

地震・火災想定避難訓練を行いました。被災想定は、夜間帯に震度6強の地震が発生し、施設内で火災が発生、上階へ延焼が拡大したというもの。4年ぶりの東京消防庁西新井消防署立ち合いでの訓練となり、消防署からの講評に職員一同気を引き締めました。

処置の様子

消火器訓練

バスに置き去り防止システムを設置しました　大和保育園、敬仁会館

バスに『置き去り防止システム』を設置しました。エンジン停止後、運転手が５分以内に車内後部の下車確認ボタンを押さないと、外部スピーカーから大音量で警報ブザーが鳴ります。これにより運転手や添乗員の下車確認忘れを防止することにつながります。万が一閉じ込められた場合、車内の非常ボタンを押すことで、こちらも大音量で車外に警報ブザーで知らせます。

非常ボタン

山根地区合同大規模災害想定避難訓練　山根エリア事業所

10月17日に倉吉を震源とした地震発生を想定した大規模災害訓練を行いました。今回は山根エリアにある仁厚会・敬仁会の事業所合同で行い、各事業所には地区隊を、法人本部には本部隊を立ち上げ、双方に連携しながらの訓練となりました。

また、各事業所ではケガ人が発生したことも想定し、救助避難対応も本番さながらに行いました。

最大震度６弱を観測した鳥取県中部地震より７年が経過します。災害はいつ起こるか分かりません。定期的に訓練を行うことで、いざという時にも慌てずに対応できる実践力を身につけていきます。

負傷者の搬送

各部署からの情報収集

隊長へ状況報告

アフターコロナ 行事・地域活動の再開

新型コロナウイルス感染症の５類移行に伴い、世の中もコロナ前の動きに戻りつつあります。仁厚会・敬仁会でも基本的な感染対策を取りつつ、ご利用者の生活の質や満足度の向上を図り、施設の役割を果たせるよう、行事や地域との交流など、様々なイベントを再開しています。

ル・サンテリオン

倉吉駅で『介護の日』啓発活動

ル・サンテリオン東郷

湯梨浜町内３施設合同で
介護相談会を実施

ル・ソラリオン

文化祭開催 見事な貼り絵作品を前に

ル・ソラリオン西新井

ふれあいはあとまつり in 東京

ル・ソラリオン綾瀬

パークタウン東綾瀬自治会の施設見学会

ル・ソラリオン名和

花回廊外出行事

ゆりはま大平園

お楽しみ行事でお出かけ

よなご大平園

松江フォーゲルパークへ日帰り旅行

ガーデンハウスよどえ

秋祭りにてヨーヨー釣りの様子

シルバー倉吉

福庭地区と清谷地区の皆様と地域交流会開催

介護食コンテストに参加しました
ル・サンテリオン

11月４日､『とっとり介護フェア2023』にて『介護食コンテスト』が開催されました。

当施設の栄養士が参加し、日頃提供している食事について、大切にしていることや工夫していることなどを紹介させていただきました。

審査員の方からも「見た目がきれいで美味しそう､食べてみたい」などのコメントをいただき、『美味しそうで賞』を受賞しました。これからも、ご利用者においしく食べていただける食事の提供に努めていきます。

目で見て楽しく、
味わって食べていただけるよう工夫しています。

ケアコンテストに参加しました
ル・サンテリオン北条

10月15日、『第13回オールジャパンケアコンテスト』が開催され、当施設から２名の介護福祉士が参加しました。

『介護の質の向上と地域との繋がりを目指して』という理念のもとに開催されたコンテスト。この参加は、日頃のケアの振り返りだけでなく、他施設の見習うべきケアを学ぶ機会となりました。また、コンテストでの学びを業務に反映させるため、施設内で報告会を実施しました。今後も参加し、ケアの質向上に積極的に取り組んでいきます。

ケアコンテストの様子

仁厚会・敬仁会の「食」を支える職員をクローズアップ
JIN'S キッチン Vol.30

小豆島から敬仁会館へ
～新天地での挑戦～

敬仁会館厨房

―今回は3年前から敬仁会館で勤務されている調理員、俵彩織さんにお話をお伺いしていきます。

―小豆島では保育に関するお仕事をされていましたが、こちらで調理に関するお仕事をしようと思ったキッカケは?

食べることが好きなので、以前から調理の仕事に興味がありました。

―調理をしていてやりがいを感じたこと、また苦労したことはありますか?

ご利用者や職員さんから「おいしかったよ」と言ってもらえることが何より嬉しくやりがいを感じます。アレルギー食の方もいらっしゃるので、覚える内容もたくさんあって大変なこともありますが、先輩や上司、栄養士さんに助けてもらいながら頑張っています。

業務中の俵さん

分からないことはすぐ確認し、翌日のメニューの予習も怠らない仕事に対しての真剣さ。昼食調理をメインに担当し毎日約１４０食を１人で作成する技量と根性。

そんな彼女は明るい性格で今では敬仁会館厨房のムードメーカー。本人曰く人見知りということですが、いつも笑顔と大きな声で職員・ご利用者に元気を届けています。

昨年、調理師免許も取得し自分の考えやアイデアなど発言される機会も増えてきたこの頃。今後の活躍に乞うご期待。

敬仁会館厨房職員

令和5年（1月~12月）　仁厚会・敬仁会　重大ニュース

1	**医局新体制へ** ◆新任医師着任 倉吉病院：松尾諒一診療部長（4月）、濵江弘太郎医師（4月） 藤井政雄記念病院：辻本実医師（5月）、野口裕子医師（11月） 歯科クリニック：中島温志歯科医師（4月）
2	**最新のシステムを活用し、質の高いサービスを提供** ◆「X線画像病変検出システム」導入で見落としリスクの低減を図る（藤井政雄記念病院9月） ◆歩行分析AI「トルト」導入（ル・サンテリオン東郷10月） ◆見守りシステムHitomeQにケアルーペ導入。更なる生活環境向上や自立支援に向け活用（ル・サンテリオン 7月／ル・サンテリオン北条 1月） ◆介護版電子カルテ楓　藤井政雄記念病院と連携（ル・サンテリオン北条） ◆見守りシステム眠りスキャンの導入（ル・ソラリオン 7月） ◆VRを活用したSST（社会生活スキルトレーニング）開始（倉吉病院 8月） ◆病児保育「きらきら園」に予約システム「あずかるこちゃん」導入（ババール園 8月）
3	**ICTの利活用による業務効率化を目指して** ◆スポットチェックシステム導入で看護の質向上を図る（藤井政雄記念病院 12月） ◆電子決裁システム導入（法人本部 7月） ◆単純業務の自動化へ　RPA技術の導入準備中（法人本部 6月） ◆三か年計画のネットワーク再構築完了、デジタル化への対応基盤完成（法人全体）
4	**働きがいのある職場づくり** ◆賃金体系の見直し ◆両法人の研修体系の見直し、研修体系一本化に向けて合同研修を開催 ◆外国人留学生、次々と介護福祉士国家試験に合格!! 鳥取県内民間施設では初の合格者 ◆看護師、リハビリ職員を対象に、法人間をまたいだ体験型の研修を開始！
5	**利用者・職員を守る防犯・防災の取り組み** ◆犯罪やいたずら未然防止と、トラブルから職員を守る目的で見守りカメラを設置。 ◆外周への見守りカメラ設置とAirタグシステム導入でご利用者の安全を守る（シルバー倉吉） ◆置き去り防止ブザーの設置と訓練（大和保育園 7月）、クラスとホールに見守りカメラ設置（あやせババール園 11月） ◆サイバー攻撃に対応するセキュリティ体制の強化（図上訓練など） ◆外部で起きた事件等の情報を水平展開し、予防および発生時の対応確認を徹底 ◆災害医療体制の整備（DPAT、DMAT、DWATへ参画、鳥取県初の災害拠点精神科病院指定に向けた準備（倉吉病院））
6	**時代に合わせた広報活動** ◆法人全体でホームページリニューアル計画進行中 ◆インスタグラムでの事業内容紹介（ル・ソラリオン西新井 10月/マグノリア 11月/もりのみカフェ 8月） ◆西部3施設合同広報紙「トライアングル」創刊（米子東病院・ル・サンテリオンよどえ・ガーデンハウスよどえ 1月） ◆電子ブック利用で広報紙に新たな可能性
7	**選ばれる施設を目指して～新たな取り組み～** ◆松尾諒一診療部長の就任により、認知症学会専門医教育施設認定を取得（倉吉病院） ◆選ばれる施設を目指し、事業内容をリニューアル（もりのみカフェ、マグノリアデイサービス） ・精神科デイケアに発達障害専門プログラム「DOORS」スタート（倉吉病院 9月） ・依存症専門医療機関指定（倉吉病院10月）アルコール使用障害集団治療プログラム「Harp」運用開始 ◆藤井政雄記念病院ヘルスケアセンタープロジェクト（『脳のけんしん』、健康講座、ドック食事リニューアル） ◆口腔・嚥下・栄養への更なる取り組み（ル・ソラリオン名和10月、ル・サンテリオン東郷 4月） ◆先進的な取り組みをしている病院・施設への視察
8	**更なる経営改善に向けて** ◆決算審査会による課題の掘り起こし ◆経営会議の定期開催（倉吉病院／米子東病院／マグノリア／ル・ソラリオン西新井／ル・ソラリオン綾瀬） ◆戦略的調達管理部発足による経費削減の取り組み（LED照明、共同購入） ◆地域包括ケア病床入院医療管理料1の算定開始（米子東病院 9月） ◆統一献立の改革（栄養ケアセンター 1月）
9	**ニーズを見越した事業展開** ◆上井保育園が仲間入り ― 指定管理者⇒敬仁会へ移管 ◆「介護医療院ふじい」プロジェクト始動（藤井政雄記念病院） ◆利便性向上と業務効率化へ向けた大規模修繕構想（ル・サンテリオン鹿野・ル・サンテリオン東郷） ◆外国人介護人材の更なる受け入れ（新たにミャンマー留学生8名を採用（R6.4入国）、11月現地視察）
10	**アフターコロナ　地域とのつながりを再確認** ◆法人行事の復活再開（ふれあいはあとまつり、職員運動会、職員旅行、忘年会） ◆ガーデンハウスはまむら10周年記念式典（はまむら7月） ◆ご家族を交えての活動が再開（保育所の親子遠足再開、さんさんウォーキングの開催（よどえ 6月、10月）） ◆実習生・ボランティアの受入再開（各施設）、面会制限の緩和（各施設）

健康レシピ

栄養士が心と体に
おいしいレシピを紹介します!

低栄養、筋力低下の改善に

アボカドと豆腐のドリア風

材料(2人分)

・ごはん …… 茶碗2杯分(300g程度)
・アボカド …… 1個
・絹ごし豆腐 …… 1/2丁(150g程度)
・ツナ缶 …… 1缶
・マヨネーズ …… 大さじ2杯
・しょうゆ …… 大さじ2杯
・ミックスチーズ … 適量

作り方

❶アボカドは食べやすい大きさにカットする。
❷絹ごし豆腐をボウルに入れてスプーンなどでつぶし、マヨネーズとしょうゆを加えてなめらかになるまで混ぜる。
❸ツナ缶の油をきって❷に合わせる。
❹耐熱皿にごはんを盛り付け、❸を全体的にのせる。
❺カットしたアボカドをのせ、ミックスチーズをトッピングする。
❻オーブントースターで焼き目がつく程度焼いて完成。

【調理のポイント】
ごはんは温かいものを使用すると加熱時間が短くなります。ツナ缶・アボカドを使用することで噛む力が弱い方でも食べられるやわらかいドリアになっています。お好みでパセリ・のり・鰹節などトッピングするとより見た目良く、美味しくなります。

今回のレシピ担当
ル・サンテリオンよどえ
管理栄養士／河合ちさき

栄養効果など

アボカドは洋食に用いられる事が多く、高齢者様にはあまりなじみのない食材かもしれません。しかしアボカドはカロリーが高くビタミンEや食物繊維、葉酸などの栄養が含まれています。また、たんぱく質の含まれる豆腐・ツナと掛け合わせることで低栄養・筋力低下の改善につながります。

Photo Report

ババール園
ハロウィン大仮装パレード

よどえババール園
園内開放で
新聞紙遊びをしました!!

あやせババール園
掘るだけなのに
何でこんなに楽しいんだろ!

上井保育園
波波岐神社へ
お参りに行ってきました

ル・ソラリオン葛飾
仮装をして喫茶店へ

ガーデンハウスはまむら
紅葉ドライブ
色付き始めた木々と

依存症専門医療機関登録完了
倉吉病院

当院は2023年に依存症専門医療機関推進会議を立ち上げ、同年10月１日に依存症専門医療機関の選定を受けました。11月より毎週木曜日にアルコール依存症回復プログラム『Harp』を開催しています。『Harp』による専門的な医療の提供に加え、治療や社会復帰、関連問題について、他の医療機関や精神保健福祉センター、保健所、自助グループなどと連携して取り組んでいきます。

●お問い合わせ　倉吉病院地域連携室　☎0858-26-1190

アルコール治療プログラムを実施

鹿野にパティシエさん来訪
ル・サンテリオン鹿野

気高町の人気ケーキ店『パティスリー・ルヴァンヴェール』様からパティシエの方をお招きし、ご利用者の目の前でケーキ作りを披露していただきました。真剣な眼差しでデコレーションの様子を見学。プロの手でカットされたケーキの上にご自分で果物をのせ、満面の笑顔で試食。楽しい時間を過ごされました。

ケーキ作り実演

秋の餅つき大会
敬仁会館(ワークサポート琴浦、グループホーム琴浦)

地域のボランティアの皆様とワークサポート琴浦・グループホーム琴浦のご利用者で、昔ながらの杵と臼を使い餅つきをしました。もち米が蒸しあがると「よいしょ！」の掛け声で、リズムよく皆で交代しながら餅をついたりこねたりし、賑やかな時間を過ごしました。

つきたての餅をこねる
ボランティアとご利用者

ヘルスケアセンター食事提供再開
藤井政雄記念病院

感染症対策のため、ヘルスケアセンターでの食事提供を中止しておりましたが、10月23日よりメニューも一新し、食事提供を再開しました。健診時にはぜひご利用ください。

■健康に配慮したメニュー
体の機能を維持するために必要な食材を一食に盛り込みました。主食のこんにゃく入りご飯は満足度もありつつカロリーは控えめに。

■目にもおいしい
配膳や盛り付けは食事のおいしさを際立たせるように配慮。ロビーからの眺望もごちそうのひとつです。

食は健康の源

社会医療法人 仁厚会　〒682-0023 鳥取県倉吉市山根43　TEL.0858-26-1012

病院機能評価認定

医療福祉センター倉吉病院　TEL.0858-26-1011
藤井政雄記念病院　TEL.0858-26-2111
米子東病院　TEL.0859-56-5232

ISO9001取得(JSA)

藤井政雄記念病院　TEL.0858-26-2111

ISO9001取得(JMAQA)

ル・サンテリオン北条　TEL.0858-36-5220
ル・サンテリオン鹿野　TEL.0857-84-3700
ガーデンハウスはまむら　TEL.0857-82-6500
ル・サンテリオンよどえ　TEL.0859-56-4073
ガーデンハウスよどえ　TEL.0859-56-5210
在宅サポートセンター　TEL.0858-26-2346
栄養ケアセンター　TEL.0858-26-1517

藤井政雄記念病院附属歯科クリニック　TEL.0858-26-4276
大和保育園　TEL.0859-56-2203

仁敬だより バックナンバーQRコード
仁厚会・敬仁会 ホームページQRコード

社会福祉法人 敬仁会　〒682-0023 鳥取県倉吉市山根55　TEL(0858)26-3864㈹

ISO9001取得(JICQA)

地域ケアセンター　マグノリア　TEL(0858)26-3922
介護老人福祉施設　ル・ソラリオン　TEL(0858)26-0115
介護老人福祉施設　ル・ソラリオン名和　TEL(0859)54-6500
介護老人福祉施設　ル・ソラリオン葛飾　TEL(03)3601-3711
介護老人福祉施設　ル・ソラリオン西新井　TEL(03)3899-3005
介護老人福祉施設　ル・ソラリオン綾瀬　TEL(03)5613-1176
介護老人保健施設　ル・サンテリオン　TEL(0858)26-3051
介護老人保健施設　ル・サンテリオン東郷　TEL(0858)32-2570
障がい者支援施設　敬仁会館　TEL(0858)26-0480
救護施設　ゆりはま大平園　TEL(0858)32-0780
救護施設　よなご大平園　TEL(0859)56-6226
養護老人ホーム　シルバー倉吉　TEL(0858)26-0821
保育所　ババール園　TEL(0858)26-0211
保育所　あやせババール園　TEL(03)5613-8851
保育所　よどえババール園　TEL(0859)56-5268
保育所　上井保育園　TEL(0858)26-0868