# 仁敬だより

JINKEI DAYORI

仁厚会・敬仁会合同広報誌
2019年10月18日発行
2019 秋号

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/

## 2019年度 法人理念

〈仁厚会〉主役はいつも患者さん

〈敬仁会〉❶ テンダー ラビング ケア tender loving care
「愛」とは、誰かの心に希望の灯りをともすことです
自分に何ができるかをまず考えることです
（日野原重明著 テンダーラブより）

❷ スローライフ
丁寧に考えること　誠実に対応すること

マーチング頑張るぞ！～運動会（ババール園）～

## CONTENTS

P2-3 働き方改革の取り組み
新任医師の紹介
各種表彰

P4 医師の明瞭解説
医療福祉センター倉吉病院副院長　松村博史医師

P5 中国地区老人福祉施設研究大会、
中国地区介護老人保健施設大会参加

P6-7 敬老会行事

P8 奨学生対象者拡大！
JIN'Sキッチン

P9 訪問リハビリ事業開始
出張健康講座
感染ラウンド実施

P10 夏休み小学生体験企画
海岸清掃

P11 中国地区知的障害関係施設親善球技大会
「共に生きる社会」に向けて
Photo Report

P12 健康レシピ、決算報告

FIT FOR HEART

# 働き方改革の取り組み

## 人材不足でも質を下げず、喜んでいただけるサービス提供を目指して

### ケアツール導入委員会

医療福祉現場での人材不足が叫ばれる中、今まで専門職の知識や経験に依存していた部分の質を下げず、少ない人数でも高いレベルのサービスを提供できる体制づくりが求められています。その一端を担う方法としてICTを導入し、仕事のやり方を変え、今より質の高いサービス提供を目指し、両法人横断的に最新機器の情報提供やデモを実施する活動に取り組んでいます。実際に補助金等を利用して導入が進んでいる機器もあり、未来を見据えた事業所運営を目指していきます。

最先端の見守りセンサー説明会を開催

センサーで体動や呼吸・心拍などをモニターし状態を把握

各事業所で介助リフトのデモも実施

## 障害者総合支援法対応版支援記録・請求ソフト導入

### 在宅医療福祉センター

業務の効率化、情報共有を目的に記録・請求ソフト「ほのぼのmore」を導入しました。

はじめは操作に不安もありましたが、「ケアパレット（iPad）」も併せて導入したことにより、日常使い慣れたスマホと変わりなくタッチパネルで操作でき、職員の負担軽減にも繋がりました。

## ケア記録オプションソフトを導入

### グループホームやまと、デイサービス ル・ソラリオン名和 通所リハビリテーション ル・サンテリオン東郷

「グループホームやまと」「デイサービス ル・ソラリオン名和」「通所リハビリテーション ル・サンテリオン東郷」の3施設では9月からケア記録オプションソフトを使った記録を始めました。記録業務の効率化と職員の記録内容の統一化を目的に導入しました。職員からは「記録方法が簡単になった」「手書きより楽になった」「誤字が少なくなった」との意見がありました。今後も業務の効率化のために活用していきます。

# New Face 新任医師の紹介

藤井政雄記念病院
附属歯科クリニック

## 半田妃加里（はんだ ひかり） 歯科医師

10月より歯科・歯科口腔外科に赴任して参りました、半田妃加里と申します。

これまで神戸大学医学部附属病院歯科口腔外科で勤務し、歯周病や齲蝕（うしょく）などの一般歯科だけでなく、口腔内に発生した腫瘍・嚢胞・粘膜疾患・顎関節症・顎骨骨髄炎などの様々な治療に携わってきました。

歯科というと「怖い」「痛い」などのイメージがある方も多いのではないかと思いますが、苦痛の少ない迅速で丁寧な治療を目指したいと思います。歯科医師としてまだまだ駆け出しの若手とはなりますが、少しでも地域に貢献できるよう、努めたいと思います。

| | |
|---|---|
| 出身大学 | 昭和大学歯学部歯学科 |
| 専　門 | 歯科口腔外科 |
| 所属学会 | 日本口腔外科学会 |

# 事業所内学童保育「もりのみくらぶ」の取り組み

仁厚会・敬仁会

仁厚会では、夏休みや冬休みなどの長期学校休業期間中に職員の子どもさんをお預かりする事業所内学童保育「もりのみくらぶ」を、平成30年の夏休みから試験運用しています。

今年も7月22日～8月26日の夏休み期間に、6名の子どもさんの利用を受け、期間中は、部屋いっぱいに元気な子どもさんたちの声が響いていました。

冬休みからは敬仁会も一緒に取り組んでいきます。

関金の農業大学校で牛舎を見学

湯梨浜町長江の永福寺（森田住職）で座禅に挑戦

**利用児童の声**

- マットで遊んだり、鬼ごっこをして楽しかった。
- アイスクリーム作りの日にもりのみくらぶに行けなかったのが残念だった。
- 牛を見に行った。かわいかった。

# 2019年 各種表彰

## 鳥取県精神保健福祉協会長表彰

去る９月18日、とりぎん文化会館において令和元年度県民総合福祉大会が開催されました。長年にわたり精神保健福祉に尽力したとして、倉吉病院から佐藤正弘医師、宮脇映子看護部長、岡田義子副看護部長の３名が精神保健福祉協会長表彰を受賞されました。「主役はいつも患者さん」の法人理念を胸にがんばろうと決意を新たにされていました。

左から、宮脇映子看護部長、佐藤正弘医師、岡田義子副看護部長

## 日本診療放射線技師会永年勤続表彰

50年間以上の長きにわたり勤めた功績が認められ、9月14日に行われた第35回日本診療放射線技師学術大会において日本診療放射線技師会より表彰を受けました。

藤井政雄記念病院
**穐山恒雄** 診療放射線技師

# 医師の明瞭解説

## 「防衛機制」

医療福祉センター倉吉病院
副院長　松村博史 医師が
わかりやすく解説

医療福祉センター
倉吉病院　副院長
松村　博史 医師

みなさんは、「防衛機制」という言葉をご存知でしょうか。人が生きていくうえで、自分の欲求や願望のままに過ごしていくことはできませんし、かといって不安や欲求不満を感じるたびにすぐに打ちひしがれて身動きがとれなくなってしまうわけにもいきません。そのため、人は欲求や願望に調整をつけ、不安や不満をコントロールするためのメカニズムである、「防衛機制」を心の中に持っています。近年は、地震など多くの災害が日本を襲っていますが、「防衛機制」は、言わば心の中の耐震装置と言っても過言ではないかもしれません。

人は、何らかの欲求や願望を抱いて生きています。本能的なところであれば、食欲や性欲がそうですし、社会的には、金銭欲や出世欲、良い人と出会いたいというような思いがそうでしょう。しかし、現実には制約があります。好き勝手に食べれば糖尿病になりますし、出会いや出世は運やタイミングにも左右されてしまいます。そのため、欲求や願望、それが果たせないときの欲求不満な感情は、日常的にうまく処理していく必要があります。また、人の心の中には、「ああしてはいけない」「こうするべきだ」などと自分に命じてくる厳しい一部分が存在します。それを専門用語で「超自我」と呼びます。わかりやすい表現では良心や倫理観といったものと理解してもらってもよいでしょう。「超自我」は学校の先生や親、裁判官のように、欲求や願望を心の内から制限してきます。すなわち、人は、欲求・願望を、現実や超自我からの制限の中でうまくやりくりして調整していく必要があるわけです。

防衛機制の代表的なものをいくつか表に示しておきます。防衛機制は、比較的成熟した、いわば「大人な」防衛機制と、未熟な「子供っぽい」防衛機制とにわけることができます。前者の代表は、「抑圧」でしょう。精神分析医のフロイトが最初に発見した防衛機制です。「抑圧」は、意識の中にあるとしんどくなってしまうような都合が悪い欲求・願望、不満な気持ちなどをとにかく無意識の中に押し込めて蓋をしてしまうことをいいます。ただし、押し込めすぎると、しまい込んだものを何かに置き換えて、処理していく必要が出てきます。例えば、「知性化」があげられます。「知性化」は、感情的なつらさを、知的な作業に置き換えてしまうことです。例として、ある人が劣等感や攻撃的な欲求を持っていたとします。しかしそういう気持ちが自分の心の中にあるのは都合が悪いので、抑圧します。そして代わりに、勉強にエネルギーを注ぎ込んで理論武装したり、感情を通してでなくその理論や言葉を通して人と戦ったり支配する立場に回ったり、ということがあげられるかもしれません。置き換えの別のかたちとしては、「転換」もあります。欲求や感情が、身体の症状として置き換えられることをいいます。例としては、自信がなく自立に不安があり、さらに依存欲求があるけどそれらを考えるのがつらくて抑圧されると、それが置換されて、歩けないというかたちで身体化されるといったこともあります。過呼吸やヒステリー性のけいれんなども広くとれば転換症状といえるでしょう。未熟な防衛機制の代表は、「投影」や「分裂」です。「投影」は自分の中の都合が悪い欲求や感情を人に映し出して相手のものだとしてしまう、といった高度なすりつけのようなものです。被害妄想や恋愛妄想の際に活発になります。「分裂」は、良い／悪いの矛盾に耐えられないのでどちらかを切り捨ててしまうというものです。例えば、理想的な良い人だと思っていた相手に、気に入らない側面を見出すと、それに我慢できず、その人のことを今度は悪い人だと決めつけて絶縁するようなことをいいます。芸能ニュースなどでよく見かける、スピード離婚に関わってくる防衛機制です。

防衛機制の例をあげましたが、お読みになっておわかりのように、本来は防衛機制は心のバランスをとるためのものですが、その使用が過剰で偏りすぎると、身体の症状が出てきたり、対人関係に問題が起きたりするという困った事態につながります。防衛機制は大半が無意識に働いています。よく誰かが「自分のことは自分が一番知っている」などと強がりますが、実際は人の心は無意識に作動している部分が大きいわけです。普段、自分がどのような防衛機制に無意識に頼っているのか、自分の心の在り方を振り返りながら過ごすことで、自分のことを深く知り、より豊かで柔軟な考えが持てたり、より適応的な行動がとれるようになるのではないかと思います。

**表．防衛機制の例**

| | |
|---|---|
| 抑　圧 | 自覚すると不都合な欲求や感情を無意識に押し込む. |
| 知性化 | 欲求や感情を知的な作業に置き換える.<br>例：理論武装や知的論争により自分を満足させる. |
| 転　換 | 抑圧された欲求や感情が身体症状に置換される.<br>例：心因性の失声，心因性の歩行障害，心因性のけいれん，など. |
| 反動形成 | 自分の欲求や願望とは正反対のことをしてそれを抑え込むこと.<br>例：敵意を，過剰な礼儀正しさで抑えこむ. |
| 昇　華 | 満たしがたい欲求を，社会的に許される別のかたちで満たすこと.<br>例：性衝動や攻撃的な気持ちを，スポーツや勉強に打ち込むことで代理満足させる. |
| 合理化 | 自分の欲求や感情について，それを正当化する.<br>例：自己弁護，言い訳をする. |
| 投　影 | 都合の悪い欲求や感情を，自分のものでなく相手のものだと体験してしまうこと.<br>例：自分の敵意を相手のものだと思い込む（被害妄想につながる）. |
| 分　裂 | 良い感情と悪い感情という矛盾に耐えがたく，どちらかしか体験できなくしてしまう.<br>例：相手を理想化するが，嫌な面が見えてくるとすぐに見捨てようとする. |

## 第51回中国地区老人福祉施設研究大会参加
### ル・ソラリオン名和

8月29、30日　山口県で開催された『第51回中国地区老人福祉施設研究大会』に鳥取県を代表し、3つの事業所の取り組みを発表させていただきました。

デイサービスでは「自己選択できる環境づくり～活動からの新しい発見」、ケアハウスでは「お身体の具合はいかがですか～健康管理を意識していただく支援」自立支援に向けた取り組み、特養は「ココロヨロコブアート　新たな試み～臨床美術士と作業療法士からのアプローチ」と題して発表しました。

それぞれの取り組みを継続すると共に、他施設の発表も参考にしながら、さらなるサービス向上に向けて研鑽していきたいと思います。

## 第4回中国地区介護老人保健施設大会参加
### 仁厚会・敬仁会

9月5日（木）～6日（金）、島根県出雲市にて中国地区介護老人保健施設大会in島根が開催されました。初日は特別講演が2題とパネルディスカッションがありました。二日目は教育講演が3題と研究発表が同時進行で行われました。

様々な立場の先生方の講義では、老健の現状や在宅復帰支援において老健に求められている役割について学ぶことができました。

研究発表では、両法人合わせて6演題発表しました。他事業所の発表を聴くことで、新たな発見もあり有意義な時間を過ごすことができました。各専門職がしっかり連携をとり地域を支える施設作りをしていくことの重要性を学ぶことができました。今回得た知識や経験を今後の業務に活かしたいと思います。

**【演題一覧】**

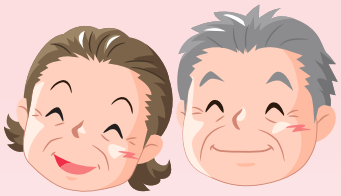
| No. | 演　　題 | 施　設　名 | 発　表　者<br>共同研究者 |
|---|---|---|---|
| 1 | 認知症高齢者の安全な暮らしに向けて<br>～ひもときシートの活用～ | ル・サンテリオン | 尾嶋友美、岩田みゆき |
| 2 | 選ばれるサンテリオンに向けて<br>～認知症専門棟での超強化型取得への取組み～ | ル・サンテリオン | 中石悦子、谷口由紀奈 |
| 3 | 歩行器の選定により安全な歩行の獲得を目指した症例 | ル・サンテリオン鹿野 | 加賀田友絵 |
| 4 | 環境設定により食事動作に改善が図れた事例 | ル・サンテリオン鹿野 | 成川知佳 |
| 5 | 当施設における言語聴覚士（ST）の取り組みについて<br>～ＳＴ配置１年の現状と課題～ | ル・サンテリオンよどえ | 田中美裕 |
| 6 | デスカンファレンスから見えた多職種の思い<br>～反照的習熟プログラムを活用して～ | ル・サンテリオンよどえ | 小谷はるみ、遠藤孝史 |

会場にて

パネルディスカッション

研究発表

# ～敬老会行事～



で、一部ではありますがその様子をご紹介します。

## ル・サンテリオン鹿野

賀寿を迎えられた方に感謝状とお祝いの品を贈呈しました。また、桃源歌謡クラブの小谷貴代子様をお招きして、代表曲「出世駒」や郷土の歌「貝がら節」を披露していただきました。

## ル・ソラリオン

式典では21名の皆様の表彰が行われ、その後は茶話会や中国の民族楽器「二胡」の演奏にて皆様のご長寿をお祝いしました。

葛飾区青木区長様に午前、午後の式典にご出席、ご祝辞をいただきました。その後金町日本舞踊子供教室さんにお祝いの踊りを披露していただきました。最後は職員も交えて葛飾音頭に思わず手が動き出す楽しい会となりました。また家族懇談会では留学生2人の紹介をし、あたたかい拍手に包まれました。

## ル・ソラリオン綾瀬

足立区工藤副区長様も来訪され、ご利用者様のご長寿をお祝いしてくださいました。

## ル・ソラリオン西新井

百歳以上の方、白寿、米寿の方々に祝詞を申し上げご利用者の敬老をお祝いいたしました。子どもたちの盆踊りや守屋光二さんの歌謡ショーをお楽しみいただきました。

# いつまでもお元気で

## 9月、各施設において敬老会行事が行われましたの

### ル・サンテリオン東郷

ご長寿102歳の方から喜寿の方まで12名をお祝いした式典の後は、歌謡ショーで盛り上がりました。家族会では転倒予防教室、スライドショーでは、笑顔のご利用者に思わず涙される方も・・。

### ガーデンハウスはまむら

気高町老人クラブ様に、歌や踊りをご披露いただき、皆様のご長寿をお祝いさせていただきました。

### ル・ソラリオン名和

竹口大山町長をお招きし、敬老会を開催いたしました。式典後には、安来節保存会による踊りが披露され、華やかな会となりました。

### ル・ソラリオン葛飾

### ゆりはま大平園

式典では3名の方の長寿をお祝いしました。職員による二人羽織では笑い声が聞かれ、ご利用者による合唱もあり、笑顔があふれる式典となりました。

## 奨学生対象者拡大！

仁厚会・敬仁会には医療福祉の専門職を目指す方を応援する奨学金制度があります。

このたび奨学金対象者を拡大し、さらに多くの専門職を目指す方に、ご利用いただけるようになりました。来春各種養成校へ進学をお考えの方、現在養成校に在籍され資格取得を目指している方、是非お問い合わせください。

| 養成校種別 | 仁厚会 | 敬仁会 |
|---|---|---|
| 医師 | ○ | ○ |
| 薬剤師 | ○ | |
| 看護師・准看護師 | ○ | ○ |
| 介護福祉士 | ○ | ○ |
| 歯科衛生士 | ○ | |
| **臨床検査技師** | NEW | |
| **診療放射線技師** | NEW | |
| **公認心理師** | NEW | |
| 介護福祉士実務者研修 | ○ | NEW |
| 介護職員初任者研修 | | NEW |

### おススメ point

- 無利子での貸与です。
- 審査にあたり、保護者の所得による制限はありません。
- 資格を取得し、仁厚会、敬仁会に就職すると返還が免除になります（貸付年数と同等の期間働いていただくことが条件です）。
- 鳥取県の看護奨学金制度との併給が可能です。（仁厚会、敬仁会の病院及び介護施設は返済免除対象施設です。）

**〈お問い合わせ先〉**
仁厚会　人事課（電話0858-26-1012）
敬仁会　人事課（電話0858-26-3073）

仁厚会の「食」を支える職員をクローズアップ
JIN'S キッチン Vol.17

今回は藤井政雄記念病院におじゃましました。

## 仁厚会と敬仁会をつなぐ病院食をめざして
### ～どこに行っても変わらぬ食形態で～

**―今日のメニューは何でしょうか**

大根のそぼろ煮ですが噛んだり飲み込んだりする力が弱った方でも食べやすいように、ムース食、ペースト食、超きざみ食、きざみ食、軟菜という形態に分けて加工しているところです。

左上からムース・ペースト・超きざみ、左下からきざみ、軟菜

**―仁厚会と敬仁会をつなぐとは？**

病院や施設では、このように様々な食事の形態があります。

そぼろ煮のきざみ食のちがい

たとえば「きざみ食」と言っても病院や施設によって食形態に違いがありました。

写真のように、同じきざみ食でも大根の大きさが違うのがわかりますか？

情報交換はあったのですが、各厨房規模の違いや慣習に流され統一に向けての話が進まず、病院から施設に行かれた時に誤嚥性肺炎などのリスクを抱えたままでした。

**―どうやって解決したのですか**

各病院・施設の栄養士・調理師が知恵を出し合い、月に一回は担当者が集まり議論を重ねました。

最近になってほぼ統一した食形態ができるようになり、病院から施設へ移られても、同じ食形態で安心して食べていただけるようになりました。今後も仁・敬の法人連携を継続し、より良い食事を提供していきます。

## 訪問リハビリ事業開始

ル・サンテリオン鹿野

私たち訪問リハビリテーション事業所は、地域の方に住み慣れた自宅や馴染みの人たちの中で「その人らしい生活」をおくることができるよう支援させていただきます。そのため、リハビリ専門職員が生活の場であるご自宅に伺い、より快適に充実したその人らしく暮らす工夫、方法を専門的知識・技術を背景に助言・指導を行います。また、生活面への支援だけでなく生活の中での楽しみや趣味の発見・拡大、地域への参加・活動を促がし生活のなかに生きがいを見出すお手伝いもさせていただきます。

血圧測定中

- **対象範囲**：青谷町、鹿野町、気高町
- **営業日**：月曜日～金曜日（祝日含）
- **訪問サービス提供時間**：13時～17時
- **問い合わせ先**：☎（0857）84－3700（担当：徳山）

## 出張健康講座

米子東病院

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

今年度第一回目となる健康講座を、去る7月30日、米子市淀江町で楽しく元気に活動しておられる「かがやきサロン」にお邪魔し開催してきました。テーマは、「健康寿命をのばすために」。まず初めに、石飛院長が挨拶を兼ねて健康寿命について話しました。続いて中島看護師が、最近巷で話題の「フレイル」や「サルコペニア」などの用語の説明や、それらを防ぐための食事について話をしました。そして最後に、廣山理学療法士が、自宅で簡単にできるトレーニング指導を行いました。皆さん真剣な眼差しでメモを取ったり体操をしたり…。笑い声が響き渡る、明るく和やかな健康講座となりました。

楽しく体操！

## 感染ラウンド実施!!

仁厚会・敬仁会

今年度、仁厚会敬仁会両法人で組織的に感染対策に取り組むために本部感染制御室を設置しました。

今年は、ル・ソラリオン名和をモデル施設とし、9月17日（火）に感染ラウンドを行いました。ラウンドには両法人各施設の感染制御担当者が参加しており、施設間での違いや、共通点も確認しながらラウンドすることができました。

感染対策は、全施設がそれぞれに力を入れて取り組んでいますが、法人横断的な活動とすることで感染対策の知識やノウハウの普遍化、感染対策に関する知識のアップデートを図ることができます。今後は、モデル施設を使用したロールプレイ研修も予定しています。今後も法人全体で感染防止の取り組みをしっかりと行っていきたいと思います。

みんなで気付いた点をチェック

## ありがとうございました

6月1日（土）に開催しました「ふれあいはあとまつり」のチャリティバザーにおいては、多数の企業、職員、ボランティアの皆様にご協力いただき誠にありがとうございました。このチャリティーバザーの売り上げをとっとり子どもの居場所ネットワーク「えんたく（こども食堂支援団体）」へ寄付いたしました。

# 夏休み小学生体験企画

## 夏休み自由研究応援企画

ル・サンテリオン北条

７月30日（火）、８月６日（火）の二日間の開催に地元や西部の小学校から９名の参加がありました。

施設内を見学したり福祉用具や車椅子体験を行いました。子どもたちからは「車いすごと乗れるなんて、すごい！」「後ろ向きで降りるほうが怖かった～」等の声が聞かれました。

参加した子どもの保護者からは「普段はできない体験ができて子どもたちにも良い刺激になったと思います。」と好評でした。

車椅子の乗車体験

リハビリの見学

## 夏休み介護のお仕事 親子体験バスツアー

ル・サンテリオン

８月８日（木）、鳥取県社会福祉協議会主催の「夏休み介護のお仕事体験バスツアー」が開催されました。

小学生４～６年生とその保護者を対象に福祉・介護職への理解を深め、その仕事の魅力を伝えることで中学校や高等学校でのキャリア教育につなげ、将来の仕事の選択肢となるように働きかけようと実施されています。

昨年度に引き続き、今年度もル・サンテリオンが中部コースの見学先となり、19名の小学生と保護者の方が来所されました。

施設見学をした後は、車いす介助、とろみ付の飲み物の試飲などを体験されました。

体験を通して介護職への理解を深める機会となったほか、介護を必要とする方への介助の方法を知るよい機会であったと思います。

飲み物にとろみをつけての試飲

実際に車いすの介助をする参加者

## 海岸清掃

ル・サンテリオンよどえ・ガーデンハウスよどえ

８月４日（日）に米子市淀江町の海岸でゴミ拾いを行いました。自治会に加入してから毎年参加しており、今年はル・サンテリオンよどえ、ガーデンハウスよどえから計14名の職員・家族が参加しました。開始は朝からでしたが気温が高く、皆汗だくで作業をしました。帽子や長袖など各々暑さ対策をされており、作業後にはジュースやお茶を頂きました。地域の方たちに当施設を知って頂ける貴重な機会ですので、来年もまた是非参加したいと思います。

海岸清掃をする職員

## 第59回
## 中国地区知的障害関係施設親善球技大会

９月20日(金)、第59回中国地区知的障害関係施設親善球技大会が東広島市の東広島運動公園にて行われました。

鳥取県大会を勝ち抜いた敬仁会館選手３名(内１名よなご大平園選手)が参加しました。

前日から広島入りし、会場下見、早寝と準備万端整えて試合に臨みましたが、当日停電の影響により競技がボウリングからストラックアウトへ変更されることとなりました。

敬仁会館のボウリング参加選手も急きょ変わった競技に参加することにはなりましたが、結果は

**39才以下の部**
**女子の部　優勝、　男性の部　第２位となりました。**

外で行われたフライングディスクは台風接近間近で蒸し暑く風のある中おこなわれましたが

**39才以下の部**
**男子の部　第２位となりました。**

競技の合間も、他施設の選手と話をし、笑顔が見られるなど、よい交流の機会となりました。

## 「共に生きる社会」に向けて
### ～スペシャルオリンピックス鳥取 知的障がいのある人とスポーツ交流～

９月14日(土)、ゆりはま大平園体育館で鳥取ユニファイドスポーツ体験交流会が開催されました。テーマは〝Choose To Include（仲間になる、仲間にすることを選択する）〟、「知的障がいのある人、ない人がスポーツを通して交流し互いに理解し合う」ことを目的として、県内各地からのＳＯアスリート、ボランティア、一般の方が集まりました。

仁厚会・敬仁会の職員も参加し、キックターゲットなどのゲームやフットサルを体験しました。ガイナーレ鳥取の選手の参加もあり、ミニゲームで一緒にプレーしたり、オリジナルグッズのプレゼントなど盛りだくさんの趣向でご協力いただきました。

和やかで楽しい雰囲気の中、イベントのメッセージが多くの方に伝わった一日となりました。

## Photo Report

仁厚会・敬仁会
みつぼし踊りで元気いっぱい

ガーデンハウスはまむら
貝がら節まつりで「ときめき賞」受賞

仁厚会互助会
Mt.大山で森林浴

仁厚会・敬仁会青年部
泥んこバレーに女性チーム初参加

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!

栄養も彩りもばっちり

# ほうれん草とツナのキッシュ風

材料(4人分)

- サラダほうれん草……1束
  (ほうれん草でも可)
- 餃子の皮……10枚
- ツナ缶……小1缶
- 卵……4個
- 牛乳……100cc
- マヨネーズ……大さじ2
- 塩、こしょう……少々
- とろけるチーズ……お好みで
  (粉チーズでも可)

【作り方】

❶サラダほうれん草は洗って食べやすい長さに切る。(ほうれん草であれば、茹でて水気を切り、食べやすい長さに切っておく。)
❷ボールに卵、牛乳、ツナ缶、塩、こしょう、マヨネーズを混ぜ合わせる。
❸耐熱皿に餃子の皮をすき間のないように敷き詰め、その上に❶のサラダほうれん草を敷く。
❹❷で混ぜ合わせた材料を❸に流し入れ、チーズをかける。
❺❹をオーブントースターで15分〜20分程度焼いて出来上がり。

餃子の皮はなくても良いです。ツナ缶はベーコンやハムに変えてもOKです。

ほうれん草

ほうれん草には健康に良いイメージがありますが、花言葉はその言葉通り「健康」だそうです。生食できるサラダほうれん草をご存じでしょうか?

茹でてから使うほうれん草とサラダほうれん草の栄養価は、ほぼ同じと言われていて、サラダほうれん草はお湯で茹でない分、栄養の損失も少なく、手軽に料理に使うことができます。

鉄分をはじめ、万能ビタミンと呼ばれるビタミンCも含まれた食材です。卵はたんぱく質や、ビタミン、ミネラルも豊富で栄養価の高い食品の一つですが、このふたつの組み合わせは、栄養、彩りとも理想的だといえます。お好みの具材にアレンジもできますので、是非、お試しください。

今回のレシピ担当
ゆりはま大平園
管理栄養士／山本栄美子

## 社会福祉法人敬仁会
# 平成30年度　決算報告

【貸借対照表】(平成31年3月31日)　単位：百万円

| 資産の部 | | 負債の部 | |
|---|---|---|---|
| 科　目 | 金　額 | 科　目 | 金　額 |
| 流動資産 | 3,364 | 流動負債 | 999 |
| 固定資産 | 18,885 | 固定負債 | 3,551 |
| | | 負債の部合計 | 4,550 |
| | | 純資産の部 | |
| | | 純資産の部 | 17,699 |
| | | (うち当期活動増減差額) | 1,001 |
| 資産の部合計 | 22,249 | 負債・純資産の部合計 | 22,249 |

【資金収支計算書】(平成30年4月1日〜平成31年3月31日)　単位：百万円

| 支　出 | | 収　入 | |
|---|---|---|---|
| 科　目 | 金　額 | 科　目 | 金　額 |
| 事業活動支出 | 6,315 | 事業活動収入 | 7,849 |
| 施設整備等支出 | 1,003 | 施設整備等収入 | 228 |
| その他の活動支出 | 710 | その他の活動収入 | 31 |
| 当期資金収支差額 | 80 | | |
| 合　計 | 8,108 | 合　計 | 8,108 |

【事業活動計算書】(平成30年4月1日〜平成31年3月31日)　単位：百万円

| 支　出 | | 収　入 | |
|---|---|---|---|
| 科　目 | 金　額 | 科　目 | 金　額 |
| サービス活動費用 | 6,721 | サービス活動収益 | 7,790 |
| サービス活動外費用 | 99 | サービス活動外収益 | 59 |
| 特別費用 | 188 | 特別収益 | 160 |
| 当期活動増減差額 | 1,001 | | |
| 合　計 | 8,009 | 合　計 | 8,009 |

## 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(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
在宅医療福祉センター TEL.0858-26-2346
法人事業部セントラルキッチンアーク TEL.0858-26-1517

**ISO9001取得(JSA)**

藤井政雄記念病院 TEL.0858-26-2111

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
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
養護老人ホーム シルバー倉吉 TEL(0858)26-0821
保育所(指定管理) 上井保育園 TEL(0858)26-0868