

ふれあい会(糖尿病教室)の活動内容 栄養科

平成24年度の料理について紹介します。

第1回 5月 『手作りお弁当』

- 梅しそごはん ○鶏胸肉の塩麹焼き ○赤魚の西京焼き
- カニカマの卵焼き ○キノコのガーリックソテー
- ワカメサラダ ○エンドウのピーナツ和え
- キュウリの昆布茶和え ○すいか



手作りのお弁当を作り、民家村までのハイキングを楽しみました。手作りのお弁当は、野菜をたくさん使用し、見た目のボリュームもあり低エネルギーに仕上がっており、皆さんと美味しく頂きました。

栄養士のお話で、『菓子パンのエネルギー当てクイズ』を行いました。

第2回 11月 『低エネルギーのフレンチフルコースお食事会』 ～シェ・ホンダにて～

- 海の幸のサラダ、柚子の香り ○栗のクリームスープ
- スズキのウロコ仕立て、ソースアメリカヌ
- 若鶏胸肉の軽いフリカッセ、季節野菜とヌードル添え
- スモークサーモンの押し寿司、レモン風味
- ラ・フランスのミント風味のカクテルとソルベ
- カフェ・オ・レ 576kcal、塩分3.0g

エネルギーは一般的なフランス料理の約1/3



毎年好評をいただいている『低エネルギーのフレンチフルコース』のお食事会も、シェ・ホンダさんの協力をいただき、今年で5回目の開催となりました。

糖尿病の食事であっても、香辛料などを利用し肉や魚介類も脂質の少ないものを選ぶことにより、エネルギーや塩分が控えめでも、おいしく味わえることを知っていただけたかと思います。また、普段の調理実習とは雰囲気の違ったレストランでの食事会は、皆さんの会話も弾んでいたようです。

一番人気!

第5回 2月 『ハイキング』

- 主食……ごはん、雑穀ごはん
- 主菜……鶏胸ひき肉の椎茸焼き、カレイの野菜蒸し
- 汁物……ミルク入り味噌汁、絹筍の吸物
- 副菜……菜の花のマヨネーズ和え、炒めなます
- デザート……白玉団子のあずきあんかけ、フルーツ盛り合わせ
- 野菜サラダ



2種類の主食～デザートの中から、自分のエネルギーに合わせて、好きな物を選んでいただくハイキングにしました。

調理実習では、『鶏胸ひき肉の椎茸焼き』『炒めなます』『白玉団子のあずきあんかけ』を皆さんで楽しく作りました。今回は、マービーやラカントなどの甘味料を使用した、低エネルギーでも美味しくいただける料理やデザートを作りました。

また、野菜をふんだんに使用し、血糖値の上昇を緩やかにしてくれる“食物繊維”をたっぷり摂れる献立にしました。参加者の皆さんは、「何を選ぶとエネルギーの範囲内に収まるかなあ」「どれも美味しそうだなあ」と、一生懸命考えながら選ばれていました。

ふれあい会では、毎回笑いあふれる和やかな雰囲気で行っており、当日は個別に栄養や食事の相談も受け付けています。

平成25年度の第1回ふれあい会は、5月25日(土)に手作りのお弁当とハイキングを予定しています。血糖値が気になる人、健康に興味のある人など、初めての人も大歓迎です。

多くの皆さんの参加をスタッフ一同お待ちしております。

4月1日から 地方公営企業法の「全部適用」に移行しました

当院は、これまで地方公営企業法の財務規定のみが適用されていましたが、4月1日から組織や職員の身分取扱等の規定を含む全部適用に移行しました。

これにより、病院事業は、町長部局から独立し、経営責任者として事業管理者を設置します。

また、この管理者には人事、勤務条件など経営に関する広範な権限が与えられます。

当院は、こうした権限と責任の明確化等により病院経営の自主性を高め、職員の意識改革を進めながら経営改善に取り組んでいきます。

ただし、全部適用に移行しても、経営形態こそ変わるものの、和水平町直営の公立病院であることに変わりはなく、また、診療内容や医療費にも、変更はありません。

これからも、町の病院として地域住民の生命と健康を守り、地域に必要な医療を提供すると共に、これまで以上に医療の質の向上にも努めていきます。

病院事業管理者紹介



4月1日付けで和水平町立病院の事業管理者に任命されました志垣です。平成23年4月から当院に赴任して今年で3年目になります。今年度から、経営形態が全部適用となり、権限と共に責任が重くなり、身の引き締まる思いです。

4月からは、胃・大腸内視鏡検査および治療が専門の消化器内科医師が常勤で来られ、診療体制も充実します。

今後もより高度な医療を提供し、また町民の皆さんが受診しやすい病院を作るよう努力していく所存ですので、よろしくお祈りします。

外来診療担当医表(4月1日～)

診療科		曜日	月	火	水	木	金
内科	午前		平島 佐藤	平島 市原	佐藤 公立玉名中央病院(非)	平島 市原	平島 佐藤
	午後		平島	市原	佐藤	平島	佐藤
外科	午前		志垣	岩永	志垣	岩永	志垣
	午後		志垣	岩永	志垣	志垣	岩永
小児科	午前		原田(非)	原田(非)	原田(非)	熊本大学病院(非)	原田(非)
整形外科	午前					鈴木(非)	公立玉名中央病院(非)
脳外科	午前						中原(非)

問い合わせ先 和水平町立病院 ☎0968・86・3105