

健康と生きがい・シニアライフを考える

# 海風

特別・特定医療法人社団  
社会福祉法人  
松涛会広報誌  
No.33 新年号  
平成24年



松涛会理念

医療・介護・福祉の連携により地域社会に貢献いたします。  
～あなたの喜びが、私の生きがいです～



## ≪ガンバレ日本≫

震災の復興を祈りつつ新しい年を迎えましょう。

### コスモス学校文化祭展示作品

コスモス学校第4期生が4ヶ月掛けて作成しました。  
昇り竜(龍)の顔は、牛乳パックで出来ています。  
2012年 辰年が良い年でありますように…ガンバレ、日本!

**海風巻頭言**

**二〇一二年の年頭に寄せて**

ホスピス緩和ケア週間  
松涛会の取り組み紹介  
松涛会文化祭

ズーノーシス(人獣共通感染症)  
ペットとよりよい生活をすすめるために  
オフタイムの「コマ」職員旅行  
平成23年度 実習・職場体験一覽  
第3回くじら料理コンクール市長賞受賞  
山口県知事表彰  
第4回 外来教室「糖尿病予防教室」



展示作品を作っている様子

# 慶節

## 二〇二二年の年頭に寄せて



松涛会 理事長  
齋藤 正樹

### 賀正

昨年、三月十二日は未曾有の東日本大震災と津波の為、東北の平和であった町が一瞬にして瓦礫化。更に強い打ちをかける原爆の被害が現在も続いております。改めて被害にあわれたかたに哀悼の意を表します。

一方外国では、ギリシャを始めとするイタリア、スペイン等のEU諸国の経済危機、タイの大洪水による我が国の基幹産業施設被害等深刻な事態に遭遇しております。

わが国では、国債発行残高が遂に千兆円に達しました。返済の先送りの繰返しでは、日本経済の没落は火を見るより明らかです。

昨年の山口県の名るいニュースは、国体で山口県が二位の東京都の得点を大きく離して「天皇杯」「皇后杯」を獲得しました。大体、開催県が優秀な成績を

挙げております。

世界人口は七十億人を突破。毎日二十万人の増加だそうです。

我が国の高齢化は依然として進みます。二〇二五年には約三〇%となり団塊の世代の人達も後期高齢者になっております。したがって看護・治療より、介護・福祉の伸び率を厚労省は注目するでしょう。即ち、デイサービス、デイケア、小規模多機能、ヘルパー派遣、グループホーム、ショートステイ、ケアハウス、生活支援ハウス、有料老人ホーム、高齢者賃貸住宅、在宅介護支援センター、居宅介護支援事業所、特別養護老人ホーム等の利用者が増加するのは時代の趨勢であろう。

年頭にあたり、皆様の御清祥を祈念致します。

二〇二二年 元旦



安岡病院 院長  
三原 桂吉

皆様、あけましておめでとございます。昨年、あけましておめでとございます。昨年は国の内外で、自然災害や政治体制の崩壊など、大きな出来事が次々と起こりました。中でも、わが国で発生した東日本大震災による大規模な原子力発電所の事故は世界を震撼させた出来ごとでした。いまだに、震災後の復興の道筋も見えない惨状に胸が痛みます。

安岡病院では昨年、齋藤妙子副理事長が「社会福祉功労者」として（山口県知事表彰）を受け、刀禰美津子副看護部長、田代尚之主任作業療法士、木村京子主任看護師が（山口県病院協会）や（山口県健康福祉功労者）の表彰を受けました。職員にとっては大きな誇りと喜びとなった出来ごとでした。更に、森園秀美副看護部長が「認定看護管理者」に、刀禰美津子副看護部長が「感染管理認定看護師」に、いずれも難関を突破して合格しましたが、安岡病院の「質の高さ」を示す出来事であり大変嬉しい出来ごとでした。

今年の干支は「辰」です。「辰」は、草木の形が整った状態を表し、陽気が動いて草木が伸長する状態だそうです。昨年の干支の「卯」が、草木が地面を敷うようになった状態ということで、「卯」から「辰」への移ろいは、昨年から今年にかけての生命の成長を表すということだそうです。安岡病院では、今年8月に病院機能評価更新の受審を予定しており、昨年からの準備を行ってきました。干支のめぐり合わせとしては大変縁起が良いようですが、「竜」を含むことわざには「竜頭蛇尾」（始めは勢いが盛んであるが終わりは振るわない）や「画竜点睛を欠く」（最後の仕上げが不十分のため、素晴らしいものがつまらないものになってしまう）などもあり、最後まで気を抜かずに行っていくかばと気を引き締めているところです。

平成23年度 「ホスピス緩和ケア週間」講演会の報告

安岡病院緩和ケア病棟 医師 柴田 冬樹

日本ホスピス緩和ケア協会では毎年10月の土曜日に設けられる「世界ホスピス緩和ケアデー」を最終日とした「週間を「ホスピス緩和ケア週間」と定め、国内のホスピスや緩和ケア医療の普及啓発活動に取り組んでいます。

当院でも今年10月1日土曜日に、ボスター博覧や地域講演会・施設見学会・コンサートなどを開催し、地域の方々に多数来訪いただきました。

講演会では、緩和ケア病棟の山本部長、リハビリテーション科から専任の新田理学療法士、そしてホスピス緩和ケア担当医師である私・柴田冬樹を含めた3人のスタッフが約2時間にわたって、それぞれの立場からホスピス緩和ケアの患者さんへのかかわりと、日々の取り組みをお話させていただきました。

(愛する家族の1員が重篤な病を宣告されて死に至るまでの日々を真摯に担われ、その貴重な経験をご自身の公衆の場でお話することに対して快い御了承を賜う下さった、多くの御家族の皆さまの深い理解と好意に、あらためて厚くお礼を申し上げます)



コンサートの様子

2ヶ月前から歩けなくなり失意のうちに転院してきた末期癌の患者さんがホスピスでのリハビリによって再び歩けるようになった事例、医療スタッフとの明確な対話によって「善に死に向き合いながら家族の一人一人へ水別の手帳を渡すまで穏やかに逝去された老婦人、鎮静剤を用いた適切な介入によって臨終期の病室の高層がすっかり和らぎ、妻と夫が互いに何の罪の意識も憐憫の情も感じることなく再び良い時間を共有できた夫婦、3代続けてこの安岡病院を最終の家とし逝去された御一家とその後の経過、40年来の家族間の確執がホスピスでの看取りを契機として水解決した家族の事例、そしてホスピス緩和ケア病棟におけるライブレビュー(自分史作り)の重要性、最終ゴールの同意に至る



平成23年9月30日 読売新聞に掲載された記事

までの家族の一致の必要性、などを各事例から供覧させていただきました。

講演会終了後のアンケートでは、「家族の死が納得できました」「ホスピスは救いであり希望だと思いました」「事例を紹介しながらのお話が分かりやすく、理解が深まり、感謝しました」「希望が見えてきました」「これからは継続して聞かせてください」などと好評でした。

一方、「入院医療費のことも具体的に知りたかった」「病床数が少ないことに、がっかりした」とのお叱りや、励ましの内容もいただきました。すべて、これからの私たちの課題として真摯に受け止め、さらに精進し続けたいと思っております。

第12回 思い出を語る会

安岡病院緩和ケア病棟看護部長 山本 妙子

安岡病院の地域交流ホールAで、緩和ケア病棟講演会「思い出を語る会」を開催しました。あいにく朝から雨でしたが、会の始まるころには、雨が止みました。

ご遺族20名近くの参加を得、故人の写真をスライドにして写し、ボランティアによるオカリナ演奏をプログラムに入れて、語らいの時間を設けました。

また当院の栄養師手作りのデザートと飲み物を提供させていただきました。

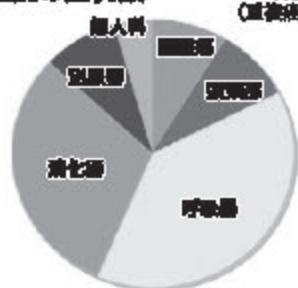
2時間の間、故人の在りし日がついこの間のことのように話をしました。

短い時間ではありましたが、少しでも心の内を吐き出して明日への活力になれたらと願っています。職員もご家族の方と再会でき、安心することができました。これからも皆さまの手助けになれるよう思い出を語る会を続けていきます。



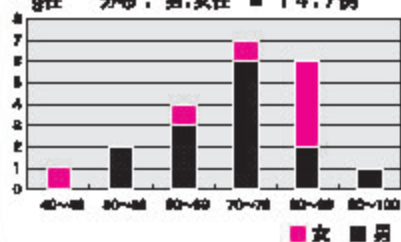
疾患別の症例数

のべ合計23例 (重複あり)



症例の内訳

年齢 分布: 48~98 (平均72.7歳)  
性別 分布: 男:女性 = 14:7例



## ■はまゆう苑、25歳の誕生日

毎月行われる

誕生会とは違う  
雰囲気。そうで  
す十二月二日は  
特別養護老人  
ホームはまゆう  
苑の開苑記念日  
です。1986年  
(昭和六十二年)  
に産声をあげて  
スタートし、二十  
五年が経ちまし  
た。色んな行事がありました。民間、生け花な  
どのクラブ活動、中でもちぎり絵はシールド  
で展示会を開いたこともあり、運動会、  
そうめん流し、特に苑内で地域交流を兼ねて  
行われた夏祭りには、はまゆう苑だけではな  
く、接済会を代表する盛大な行事でもありま  
した。



思い出をいくつかがよみがえらせながら、開  
苑記念行事は始まりました。もちろん、はまゆ  
う苑の誕生日ですから、バスツアーケーキが用  
意されました。ケーキから脚や足が出ているの  
は、「愛情、花笠音頭で盛り上がり、恒例の理  
事長挨拶、そして記念撮影。今年はめでたい二  
十五周年、専任看護も記念写真にお入りいた  
だきました。

介護士部長 手代木 千里

## 【25年以上勤続者】

### 医療法人(12名)

長崎 道郎、福原 一二美、  
植村 かおり、有光 智代、  
刀根 美津子、吉田 真澄、  
上野 節子、藤田 幸子、  
日高 利美、原 珠子、  
安川 文子、各口 寿子

### 社会福祉法人(2人)

山瀬 寿子、宮原 律子

## ■QCサークル活動 キックオフ大会2011

QCサークル活動の二環として、10月7日  
(金)、平成23年度QCキックオフ大会を盛大  
に行いました。今年度は8部署7グループの発  
表でした。

QCサークル活動は、日頃の業務を見直し、  
患者さん・利用者さんへ質の高いサービスを、  
職員の仕事やすい職場環境やサービスの質の  
向上を進め、顧客満足度の向上・明るく活気に  
満ちた職場作りへの貢献を目指した活動です。  
手洗いの簡便化・山田ナイトスクープ・汚染  
ZERO・ハットとしてGOODドライブ・社ノ  
天使・プー太郎ら、他1グループのそれぞれ  
の皆さん、来年5月の発表を楽しみにして  
います。

また、今回、発表されなかった部署の方々も  
日頃の業務改善の目に向けて、来年度  
のQCサークル活動に参加して頂きたいと思  
います。

### 「QCキックオフ大会結果」

- 1位 コスモスライケア、2位 栄養科、  
3位 7例棟

QC委員会 看護部 斎藤 秀美



## ■秋の行楽 「徳島木造遺跡めぐり」

当日は、前日の雨とは、うって変わった好天に  
恵まれ、グループホームの入居者の方、小規模  
多機能ご利用の方、職員、合計37名で、徳島  
木造遺跡と考古博物館見学へ行ってきました。  
下関に長年住んでいながら、はじめて訪れ  
た考古博物館の展示品は、下関の土器時代が  
らの長い歴史を感じて感嘆深いものがありま  
した。

それにも増して、博物館の敷地内にあるレ  
ストラ「弥生の里」でのティータイムは、心  
のこもったおもてなしもあり、とても感動的  
でした。



「弥生の里」のオー  
ナーの方はグループ  
ホームに入所しておら  
れるM様の畑にあた  
る方で、以前から一産  
防れて欲しいと思って  
いらしたそうですが、  
なかなか実現せず今  
回の外出ツアーを機  
しみに待っておられた  
そう、涙ながらに皆さんに歓迎の挨拶をさ  
れていました。

又オーナーの方は高専賞に入居されている  
Nさんの息子さんとも親友で、度々家にも遊  
びに行かれたとの事。ごちそうを食わせて頂  
いた思い出話もされていました。

Nさんも嬉しいのあまりオーナーの方に抱  
きついて喜んでおられました。色々な出会いが  
あり、私も思わずもらい泣きをしてしまいま  
した。

ほんの2時間足らずでしたが、皆さん思っ  
た以上にしっかりと歩かれ、さわやかな秋の日差  
しを満喫されていました。

日頃、なかなか外出の機会を減らす機会が持て  
ませんが、今回のように生き生きとした精し

ような表情を見せていたなどと、又是非、美し  
い紅葉を見に3館に行きたいと思われました。

ケアタウン山の手 小規模多機能型居宅介護  
事業所長 室 なおみ

## ■地域の方々とのふれあい

11月21日(月)グループホーム入居者様やこ  
家族様、有料老人ホームの入居者様、小規模  
多機能の利用者様がお茶を楽しまれました。  
最初は緊張の面持ちでいらした方々、久  
しぶりの茶会に記憶が呼び覚まされた方、お  
茶の苦みに苦笑いされる方、どの方の心にも、  
それぞれの感動が押し寄せたことが感じられ  
ました。

運営推進委員をしていたら、河野  
元子様のご紹介で実現したこのお茶会は、季節  
を感じながら、どなたでも、お作法を気にせ  
ず楽しめるもので、そのようにご配慮くださっ  
た笹野竹子先生とお姉子さん方に心から感  
謝いたしております。



お持ち下さった季節の花(秋  
明菊、吾木香、風船蓮)を愛  
で、煮出し用紙を上手に用  
意下さった職員の茶器を手  
取って、「熱くたたく」  
たくなったのよ」とい  
うように、  
そんな入居者様  
の様子を見て、  
私どもの心も

ほろりと温かくなりました。  
夏には浴衣での茶会はいかがですかとのお  
言葉もいただきました。日本の四季の移ろい  
を感じながら、地域の方々との心を通わすふれあ  
いができることを楽しみにしています。このようにな  
機会を作っていたら、本当にありがたいです。

グループホームケアタウン山の手  
事業所長 保多 優子

## 2011 松涛会グループ パブリシティデータ

① 住まい、生き方 地味生活マガジン チルチンびと89号  
 ② 介護、健康、幸せを通して人と社会に貢献する日英辞書の情報誌 Lin Net(リネット) vol.25  
 ③ LION Dent File vol.16  
 ④ アナト ちくちく読本 vol.19  
 ⑤ NPRD 看護情報誌 Tiara No.78

### ■地域交流 参加者を引きつけた講演会

安岡町福祉委員会、安岡町長寿会が開催した「認知症等に関する講演会」は、12月10日(土)安岡会館にて行われ、地域住民を中心に約百名が参加されました。

この講演会は、社の宮の推進会副委員で、自治会長及び安岡福祉委員会の委員長でもある浅野徹からの依頼であり、松涛会の医療・介護の専門機能を地元で紹介できる場となりました。

看護理事長の講演は、ユーモアたっぷりの話に笑いが飛び出す場面も。

秋梨ケアマネは、介護保険のことを詳しく解りやすく説明、また介護相談窓口などを紹介しました。締めくくりに、看護副理事長により安岡病院緩和ケア病棟の説明とDVDが上映され、素直な患者さんたちに出会えたことへの感激などを伝えました。会場では、思わず涙する参加者も見受けられました。

これからも地域に信頼され、地域に役立つ松涛会サービスに努めていきたいと思えます。



はまゆう菊隊長  
松谷 法史

### ■しおかぜの里保育園来園

近づいた敬老の日にあわせて、しおかぜの里保育園の年長さん10名の訪問がありました。

入居者様や、ご利用者の皆様と秋の歌を一緒に歌い、手遊びやジャンケンを行い、楽しいふれあいの時間を過ごしました。

あつという間のひと時でしたが、かわいらしい園児さんを中心に、笑顔の絶えない時間となりました。

中には、園児さんをつかまえて離さない方や、抱きしめる方も…。

子どもが持っているパワーには敵わないな、改めて感じました。

最後に、「お花とお餅さん、お餅さん、ずっと元気マ〜」という園児達の手作りによる素敵なプレゼントをいただきました。

しおかぜの里保育園の皆様、ありがとうございました。



フロイデ部長 生活相議員  
若松 栄一郎

### ■海響館ツアー

10月14日(金)、入居者様とご家族の方と二編に下関市立しものせき水族館「海響館」へ行きました。

イルカのショーでは、ダイナミックな演技に入居者様の視線は釘づけ…。ペンギン村では愛くるしいペンギン達の動きに「かわいいねえ」と言いながら、思わず笑顔がこぼれていました。元漁師の入居者様は、水槽を覗くと魚について熱く語られる場面もあり、職員も驚くほどでした。

今回のツアーでは、入居者様の日頃見られない表情や言葉を聞くことができました。入居者様の喜ばれる姿に、同行した職員も大変嬉しく思いました。また、参加されたご家族の方にも、ひと時ではありますが、思い出作りをして頂けたと感じております。

当日の天候はあいにくの大雨でしたが、帰りの車中は秋晴れでした。



特別養護老人ホームはまゆう苑  
介護副主任 植田 高亮

## 松涛会 文化祭

### 演芸大会

松涛会文化祭実行委員会  
 嶺崎 耕司

10月29日(土)、今年の文化祭の演芸大会には安岡中学校吹奏楽部、総勢50名の生演奏を聴かせていただきました。

馴染みの演歌に口ずさむ方、手拍子をされる方、県内屈指の吹奏楽部の演奏は、お年寄りの心をしっかりとつかんでおりました。

演芸会最後はやっぱり「沖繩エイサー」。

小月航空自衛隊の皆さんの熱気に観客も思わず踊り出す始末、いやはや大変盛り上がった演芸大会でした。



### 作品展示「静かに華やかに」

盛大に行われた松涛会文化祭。にぎやかな会場にはパザールや演芸大会だけではなく、各部署の利用者作品も多数展示されていました。

文化祭から一週間後全ての作品は、はまゆう福祉文化交流ホームに集結しました。そこでは人気投票が行われました。トップで選ばれたのが「杜の宮」の皆さんが作った「万羽鶴」でした。折り鶴で飛び立つ丹頂鶴と日本地図を見事に描き、また「がんばろう日本」の文字も折り鶴で表現されているのがとても印象的でした。ちなみに、二位は「グループホームケアタウン江の浦の作品「ちよるる」でした。ご存じ今年は山口国体が開催され、そのマスコットが「ちよるる」でした。タイムリーな作品は来客者の目を引いたことでしょう。もうひとつ、同率二位であったのが「ケアハウスオリーブ」の「花魁(おいらん)」でした。



### 平成23年度 松涛会グループ作品展示ロードスケジュール

展示期間	場所・時間
1月18日(土)～27日(日)	山口銀行 安岡支店
1月30日(土)～ 2月10日(日)	下関駅前郵便局(山の田)
2月13日(土)～24日(日)	山口銀行 彦島支店

お近くにお出かけの際は是非作品展をご覧ください。

地域交流ホームには、色鮮やかな力作がところ狭しと並べられ、ほぼパノラマ観賞ができる状況でした。来客者にとっても、一つの部屋でゆっくり、そしてじっくり見ることができたようです。交流ホームでの作品展示は、過去の文化祭では行われませんでした。今回の様子は、次回の開催に大変参考となるものでした。尚、今回の大作の一部は、市内の金融機関におきまして改めて披露する予定です。

### 「ズーノーシス(人獣共通感染症)」

「ペットとよりよい生活をすごすために」

安岡病院 医師 小田 保

ズーノーシスとは、動物由来の感染症の事で、近年ペットブームで大変な言うまでもなく、小鳥、ハムスターや爬虫類も家庭で飼っている人は少なくありません。

動物由来の感染症の中でカプトサイトファージガスカニモルサス感染症と言う病気があります。この病気は大の74%、猫の46%の口腔内に常在する菌が起すものです。犬に咬まれたり、猫にひっかかれたりすると人体に入り発病します。山口県では1993年から現在まで18例が発病し6例が死亡しています。

わが国では狂犬病の犬は殆どいませんが、海外で犬に咬まれたまま治療せず帰国後発病し死亡した症例報告があります。家畜の中でもO1E7等の腸管出血性大腸菌を保有している牛や、インフルエンザウイルスに感染した鳥の話はよく聞きます。野生動物については不明な点も多いのですが、海外ではサルモネラ症、ペスト、エボラ出血熱、レストスピラ症等の毒性の強い菌を持っているとの報告があります。

以上の事実から、家庭内でペットを飼育する場合、犬猫と二階に寝たり、口移しで直接餌を与える等溢利のふれあいは避けること。また、野生動物との接触や家庭での飼育はしない等のルールは守るべきです。現在進行中のTPP条約が発効する事となれば、今よりもっと多くの動物が輸入される可能性がります。

今後とも、動物由来の感染症には十分注意しましょう。

## ☆オフタイムの1コマ～職員旅行記～

### 南イタリア旅行



全長約10kmにも続くアマルフィ海岸。海からの光景はまさに絵画的な美しさ。人間の力と知恵の結晶の素晴らしいことに感銘。  
 世界遺産6か所を通りました。ブルボン家の領地をオゼルダ王宮は1200haの大規模建築、12000余りの部屋があり壮大な庭園を馬車で走り、ひととき王侯貴族の気分を満喫しました。  
 (山瀬 潤子)

### 北海道旅行



海鮮丼と黒ビールでみんなと乾杯！新幹線で美味しかったね。霧の川温泉、湧き湯温泉で日ごろの疲れも取れて北海道の旅を満喫。楽しい旅をありがとう。  
 (松本 美智子)

### 東京旅行



アイメニランド・シーと三日月湾観光した旅行でした。イルミネーションは大迫力でとても感動。また行きたいです。  
 (本間 百合花)

### 宮島旅行



宮島はちよんぐい瀬で良い景色に出会いました。岩国では白鷺を見に行きました。来年はご利益がありますように祈るばかりです。  
 (吉川 文子)

### 瀑布院旅行



久しぶりのバス旅行は、とてもアットホームな楽しい旅でした。天候にも恵まれ由布岳の景観が青空にくらきりと映えていました。  
 (松本 浩)

## 平成23年度 松済会グループ 実習受入れ

期間	学校名	受入施設・部署	人数
2/4	西部高等産業技術学校介護サービス科	コスモス訪問看護	1
2/14~18	下関看護リハビリテーション学校	看護部	6
2/21~3/11	東亜大学医療学部医療工学科	看護部	4
4/11~6/4	福島リハビリテーション学院	リハビリテーション科	1
4/13~4/14	宇部フロンティア大学人間健康学部看護学科	看護部	45
5/8~7/8	徳島福祉会福祉専門学校	リハビリテーション科	1
5/23~7/8	下関市福祉専門学校	はまゆう苑、他	9
5/31~9/28	下関看護専門学校 高等課程看護部	看護部	学生58 教員2
6/8~7/28	島根リハビリテーション学院	リハビリテーション科	1
6/8~7/30	川崎リハビリテーション学院	リハビリテーション科	1
7/4~7/15	東亜大学 医療栄養学科	栄養科	2
7/4~9/3	山口コメディカル学院	リハビリテーション科	2
7/19~8/10	専門学校 YOCリハビリテーション大学校	リハビリテーション科	1
8/1~8/8	下関看護リハビリテーション学校	リハビリテーション科	8
8/1~8/24	小倉リハビリテーション学院	リハビリテーション科	2
8/22~8/28	宇部フロンティア大学 人間健康学部看護学科	看護部	6
8/22~10/14	ハーベスト医療福祉専門学校	リハビリテーション科	1

期間	学校名	受入施設・部署	人数
9/5~11/5	平成リハビリテーション専門学校	リハビリテーション科	1
9/12~10/7	久留米大学 認定看護教育センター	看護部	2
9/12~10/12	下関市福祉専門学校	はまゆう苑	3
9/28~11/20	下関看護リハビリテーション学校	リハビリテーション科	1
10/12~20	早瀬高等学校	はまゆう苑、他	16
10/31~12/24	日本リハビリテーション専門学校	リハビリテーション科	1
11/15~26	日本医療学園付属東亜看護学院	コスモス訪問看護	6

## 平成23年度 職場体験・インターンシップ受入れ

期間	学校名	受入先	人数
4/13~4/14	宇部フロンティア大学	安岡病院、各併設事業所、はまゆう苑	43
5/27	山の田中学校	ケアタウン山の田	6
8/2~3	長府高等学校	フロイデ寮、他	3
8/9~11	玄洋中学校	フロイデ寮、他	5
9/22	日置農業高等学校	安岡病院	1
9/30	安岡小学校	安岡病院、各併設事業所、はまゆう苑	72
11/9~11/11	下関中央工業高等学校	安岡病院、各併設事業所	2

## 第3回 くじら料理コンクールに参加し、市長賞を頂きました。

管理栄養士 中尾 矩子

応募したレシピは、韓国のキムチと下関のくじらもちぢみにしたもので、日本と韓国のコラボレーションになっています。

今回の経験を活かして、地域の食文化、季節の食材を大切にしたい献立の作成を行い、患者様、ご利用者様に喜んでいただける食事の提供を行ってきたいと思います。



### くじらキムチぢぢみ

#### 【材料】

くじら ……60g  
にんにく ……1かけ  
しょうが ……1かけ  
酒 ……小1  
おばいけ ……20g  
ニラ ……20g  
キムチ ……30g  
一味唐辛子 ……少々

天ぷら粉 ……50g  
えび ……30g  
蛋 ……小1  
塩 ……少々  
卵 ……1/2個  
しょうゆ ……小1  
塩 ……少々  
ごま油 ……大1

しょうゆ ……小2  
酢 ……小1  
砂糖 ……小1/2  
白ごま ……小1  
ごま油 ……小1/2

生地



#### 【作り方】

- ① くじらの肉を一口大の薄切りにし、すりおろしたにんにく、しょうが、酒を加える。
- ② おばいけは2cmのザク切りにする。
- ③ ニラは根元を除き、3cmのザク切りにする。
- ④ キムチは2cmのザク切りにする。(水気は切らない)
- ⑤ えびは青わたを除き、包丁でみじん切りにし、すり身状にし、酒、塩を振り入れる。
- ⑥ 卵は割りほぐし、分量の水、しょうゆ、塩と混ぜて卵液を作る。
- ⑦ ボウルに⑤、⑥を入れ、軽く混ぜ合わせる。
- ⑧ ⑦のボウルに天ぷら粉を加え、軽く混ぜる。
- ⑨ ⑧に①、②、③、④、一味唐辛子を加え、混ぜる。
- ⑩ フライパンにごま油を熱し、生地を流し入れる。
- ⑪ 縁がやや乾いてきたら、裏返す。
- ⑫ ふたをして、蒸し焼きにする。
- ⑬ 焼きあがったら、9等分にして器に盛り付ける。
- ⑭ 分量の調味料を混ぜ合わせて、タレを作り、ちぢみに添える。

### 第4回 外来教室「糖尿病予防教室」

8月26日(金)に第4回外来教室「糖尿病予防教室」を行いました。13名の方に参加して頂きました。

今回は、寿池先生に、江本管理栄養士、田中糖尿病療法士より、それぞれの内容での講義を行って頂きました。

参加者の方には、簡易血糖測定器で血糖を測定しその値に興味津々でした。

今回の教室がきっかけとなり、糖尿病または自分の健康に関心を持って頂けたらと思います。

安西病院外来担当 杉本美子  
井上恵美

### 山口県知事表彰

平成23年11月16日(木)第61回山口県総合社会福祉大会にて、山口県健康福祉功労者知事表彰、平成23年10月1日から3年間、下関市社会福祉会委員を委嘱されました。

これも皆様のお陰です。更に気を引き締め仕事を頑張ってきたいと思います。ありがとうございます。

松海会グループ 副理事長 斎藤妙子

安西病院にて

特別養護老人ホームはまゆう苑にて