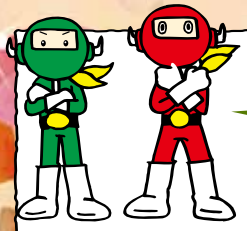
秋
vol.69
2019.10

ときめき鹿島
Beating Kashima

My Polaris
戸田先生のポラリス

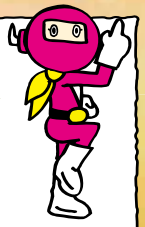
ポラリス（北極星）を目指すには
北極星を見分けること。
目指すところ（方向）は一緒でも
やり方はそれぞれ多種多様。
一人一人の思いをエッセイの形で
伝えたい。



鹿島レンジャーに学ぶ(14)

鹿島病院の唄大合唱への軌跡

エピローグ；令和に生きるの巻（後半）



診療部　戸田　博敏

鹿島病院には若さが足りない：病床の小鯖　覚先生（２代前、鹿島病院院長）から全職員宛にこのメッセージが届いてから、この令和元年７月で11年になりました。若さが足りなくなるのは、時の流れの速さが関係しているように思えます。平成の30年あまり、人間の寿命からすれば長い時間ですが、宇宙時計では、一瞬未満、過ぎ去った時は一陣の風のように感じます。先生が鹿島病院の改革・改善の陣頭指揮に当たられた時代、鹿島病院は特殊疾患病棟を立ち上げ、国内の療養型・慢性期病院の中では最も早期の電子カルテ導入、介護病棟の医療療養病棟への転換、さらに回復期リハビリ病棟立ち上げ、右肩上がりのセラピストの数、人工呼吸器稼働台数の増加、人工呼吸器装着患者さんの週２回の入浴を実現した。

鹿島病院は、先生からバトンを渡されていた清水　保孝　前院長から平成の終わり坂之上　一史　現院長体制になり地域包括ケア病床も軌道に乗っています。

その後の鹿島レンジャー：鹿島レンジャーは一旦解散しましたが彼ら鹿島レンジャー自身の成長を促したと信じています。皆、現在、それぞれ責任ある立場にいます。ある日、院外喫煙休憩場所（がまだあるとき；鹿島病院は令和元年７月より全面禁煙になりました。）を通りかかったとき、彼らの会話が、何気なく聞くこともなく聞こえてきました。介護の立場で患者さんの退院後の生活を考えて今なにをすべきか、どうかかわるかみたいなことを話し合ってるんです。いつもそんなことばかりではないとは思いますが、彼ら休憩時間にそんなこと話す人たちだったかな？男子３日会わざれば刮目すべし。

自ら進んで演じる、それも誰かのために…その結果、仲間が仲間を呼び、感動を呼び起こす。令和を生き抜くヒントになるのでは？私ごときが、ときめき鹿島に連載の機会を頂きましたこと、先生ご夫妻はじめ、ご協力いただいた職員、元職員、大合唱を可能にしてくださった皆様に心より感謝申し上げます。ありがとうございました。それでは皆様、実り多き令和の旅を!!

すべての人（病人）に　～　♪
あの日の微笑がもどるまで　～　♫＊）

＊）「鹿島病院の唄」　作詞・作曲　小鯖　覚より

歩み

1）平成20年３月　松江市鹿島文化ホール第５回鹿島病院院内研究発表大会鹿島レンジャー賑わしとしてデビュー
2）同大会にて　小鯖　覚先生（当時院長）「鹿島病院の唄」（作詞、作曲 小鯖覚）熱唱披露
3）同年６月、小鯖先生悪性リンパ腫発病、松江赤十字病院に入院。
4）同年7月、「鶴を折りたい人　来て～」検査室Ｎさんの呼びかけで、額入りの折り鶴で形取った小さな鯖!? を（先生に）贈ることに。
5）同時期、病床の先生から全職員宛に「鹿島病院には若さが足りない」のメッセージが届く。
6）同年８月、鹿島病院の唄大合唱（以下、大合唱）の企画を有志が立ち上げる。
7）同年11月、プロに依頼していた鹿島病院の唄CDが完成。先生が鹿島病院の唄を熱唱されているDVD録画から楽譜の掘り起こしに成功。
8）ほぼ同時期、先生から鹿島病院に色とりどり見事なシクラメン33鉢が贈られてくる。職員とシクラメンを素材に鹿島病院の唄、カラオケスライドを作成。
9）同年12月、CD、鹿島病院の唄が院内に初めて流れる（放送される）。
10）同年12月29日、全職員宛の院内メールで大合唱の企画を公表、参加を呼び掛ける。
11）平成21年1月、先生から退院のお知らせあり。
12）同年２月２日、全職員対象の（先生には）秘密の合唱練習始まる。
13）同年２月18日、先生、外来通院の放射線治療が終了。
14）同年３月８日、鹿島文化ホールリハーサル
15）同年３月19日、秘密の合唱練習最終回
16）同年３月22日（日曜日）鹿島文化ホール、サプライズプレゼント、鹿島病院の唄大合唱は、第６回医療法人財団鹿島病院　院内研究発表大会、テーマ「終末期と回復期」において行われた。

認知症ケア研修報告

看護部　喜井　亜祐子

私は平成30年度より松江市に開設された認知症看護認定看護師教育課程を修了し、認定試験を経て、認知症看護認定看護師としての第一歩を踏み出しました。

島根県は人口の約34%が65歳以上で、今後も高齢者数の増加が見込まれています。また2012年の島根県の認知症高齢者数は推計38,000人で、2025年には44,900人になると言われています。鹿島病院においても認知症や認知機能低下のある患者は多く、日々のケアの中で悩む場面も増えてきています。

これまで私は認知症の人の行動に対し、行動ばかりに注目して理由を考えることができていませんでした。今回の研修で認知症の人の行動には理由があり、その理由を知ろうとすることが大切であると学びました。できないことに目を向けるのではなく、できることに目を向けることが認知症の人にとって良いケアに繋がるのだと考えます。認知症の人を理解するため、疾患だけでなく生活史やこれまでの人生で大切にしてきた価値観を聴くことが重要で、そこにはケアに活かせる情報がたくさんあるということも学びました。認知症の人の声に耳を傾け、小さなサインも見逃さず、代弁者になることが認知症看護認定看護師である私の役割のひとつであると考えます。そして認知症の人が安心して生活を送れるように、今回の研修で得た技術や知識を日々のケアを通して皆さんと共有し、一緒により良い認知症看護について考えていきたいです。

約７ヶ月間の研修で30人の仲間と出会い、多くの学びを共有してきました。研修期間が長く感じたこともありましたが、30人と過ごした日々はとても貴重で、私の人生に於いて大切なものとなりました。まだまだ経験不足ですが、これからもこの繋がりを大切にし、互いに刺激し合い、より良い認知症ケアを提供できるよう日々勉強していきたいと思います。

中学生・高校生 職場体験

★令和元年度（平成31年度）
夏期高校生医療現場体験セミナー
（島根県健康福祉部医療政策課）
参加者　高校生３名

★令和元年度（平成31年度）
中学生地域医療現場体験事業
（島根県健康福祉部医療政策課）
参加者　中学生３名

★2019年度
「中学生・高校生の一日看護体験」
（島根県ナースセンター）
中学生１名、高校生２名

感想

特に薬剤師体験が印象に残った。薬剤を個包装するための機械など、見たことが無い動きをしていて面白かった。

普段から患者さんとかかわることでその方の気持ちや様子をキャッチすることが出来る…それは看護師にしかできないし分からないことだとわかった。大変だけれどやりがいのある仕事だと思った。

看護師などの働き手の笑顔が多ければ、患者さんも自然と笑顔が多くなっていた。どんな事でもまず患者さんに声をかけてからすることが大切だとわかった。

初めて知ったことや、体験したことがあり、とても有意義だった。

看護師の仕事を体験してみると、予想よりもやることたくさんありとても大変でしたが、何か１つでも出来ることが増えると嬉しかったし達成感を感じました。

感染予防のために何回も丁寧に手洗いすること、笑顔で挨拶をすることが大事だとわかった。

実際の現場を肌で感じることが出来て、進路選択の参考になった。

元気な方の血圧を測らせてもらったときは、値を見て「このくらいなんだなあ」と思うだけだったけれど、入院患者さんの血圧の値を見たときは「健康な数値でよかった」と違う思いを持つことができ、看護師さんからも「そういう気持ちを持てるのはいいことだ」と言ってもらえたので、一人一人の方にしっかり寄り添える仕事はいいなあと思いました。

一番印象に残っているのは車いすのことで、車いすは押すのも大変だし、乗っているほうも怖くて声掛けが大切だと感じた。病棟で患者さんと歌を歌ったたり話したりした時、患者さんが楽しそうにしていた時自分も楽しめた。

医師よりも看護師のほうが患者と触れ合う機会が多いこともあり、顔色やいつもと違うという変化を感じることが出来ることが分った。

予想していたより、たくさんの実演（体験）ができたので、医療ドラマでのシーン等に実感がわきました。

地域連携室便り 64

ACP(アドバンス・ケア・プランニング)について

医療相談部　小林　裕恵

病院の職員は日々、様々な病気や障害を持った患者さんやご家族と接しています。近年高齢化の進行に相まって、在宅や施設から「今まで何とか食事を食べることが出来ていたが、発熱等をきっかけに食事が食べられないようになってきた」といった理由で入院される患者さんが多くなってきました。そして、そのような方々の今後の栄養摂取をどうしていくのかという課題に直面することが多くなってきました。

そんなとき重要となるのは家族の話し合いです。しかし、お元気な時から「もしもごはんが食べられなくなったら、私はこうしてほしい」などの話し合いをされている方はまだまだ少ないように思います。実際にはそのようになって初めてどうしたらいいのか考えることが一般的なのではないでしょうか。

近年ACPという言葉を耳にする機会が増えてきました。ACPとはAdvance.Care.Planningのことでまだまだ一般的な言葉ではありません。昨年12月に厚労省が行った調査ではACPを知らないと回答したのは国民の75.5％、医師41.6％、看護師42.3%、介護職員51.7%でした。ACPとは万が一に備え、将来のケア（治療・療養）について患者さんやご家族と医療や介護の従事者があらかじめ話し合うプロセスのことを言います。

慢性期医療の現場におけるACPの目的は、重篤な病気や慢性疾患をお持ちの患者さんに対して、患者さんの人生観や価値観や希望を、将来行うケアに反映させることです。心身や環境の変化に応じて、患者さんの意思は変化しうるため、ACPは健康状態や生活状況が変わるごとに、繰り返し行われるべきで、患者さん自らが意思決定できなくなったときに備えて、本人に代わって意思決定を行う信頼できる人を選定しておくことも大切だと言われています。

この10月１日「まつえアドバンス・ケア・プランニング普及・啓発推進協議会」が設立されました。市民を対象とした講座や医療職、介護職向けの研修会などの活動を行いACPについて考え、支える体制づくりをめざすものです。松江市医師会、急性期病院、慢性期病院、行政、居宅介護支援専門員協会、訪問看護、施設など様々な機関が協力して、ACPの一般市民への普及活動や医療福祉に携わる方々への研修会などを計画しています。今後、どのような活動をもとに、どういった状況が生まれるのかはまだ明確ではありませんが、地域連携室だよりで話し合いの経過を報告していこうと思っています。

レガッタ大会報告

レガッタ部　事務部　**今岡　祐子**

令和１年７月27日～28日に開催された第36回松江市民レガッタに３チームが参加しました。今年は、１日目予選と病院対抗バレーボール大会と日程が重なってしまったため、若手主力メンバーを欠き苦しい戦いとなりましたが、新加入の部員も加わり無事予選を終えました。２日目は昨年同様覇者復活戦からのチャレンジとなり、２チームは予選３着で残念賞、ミックス１チーム準決勝に進みましたが、残念ながら５位敢闘賞で終わり、決勝に進むことはできませんでした。

また、９月８日（日）には、第５回中海・宍道湖レガッタに参加しました。残暑が厳しい中、２チームで大会に臨みましたが、精鋭ぞろいの他チームの前に残念ながら決勝に進むことが出来ませんでしたが、水辺でＢＢＱを楽しむことができました。

天候や勤務の都合で、なかなか練習ができませんでしたが、来年は早めに練習を開始して、チャレンジしたいと思います。

病院対抗バレーボール大会

バレー部　リハビリテーション部　**藤原　法文**

令和元年７月27日（土）島根県立浜山体育館で開催された第85回病院対抗バレーボール大会に出場しました。島根県内から男子13チーム、女子12チームが参加し熱戦が繰り広げられました。新元号となり記念すべき大会で女子代表としてリハビリテーション部の石橋莉加子さんが選手宣誓を行い大会がスタートしました。男女とも新戦力が加わり健闘しましたが、予選リーグ敗退という残念な結果となりました。例年よりも開催時期が早く練習不足でしたが、楽しんで怪我無く大会を終えることが出来ました。ご声援ありがとうございました。来年も頑張ります！

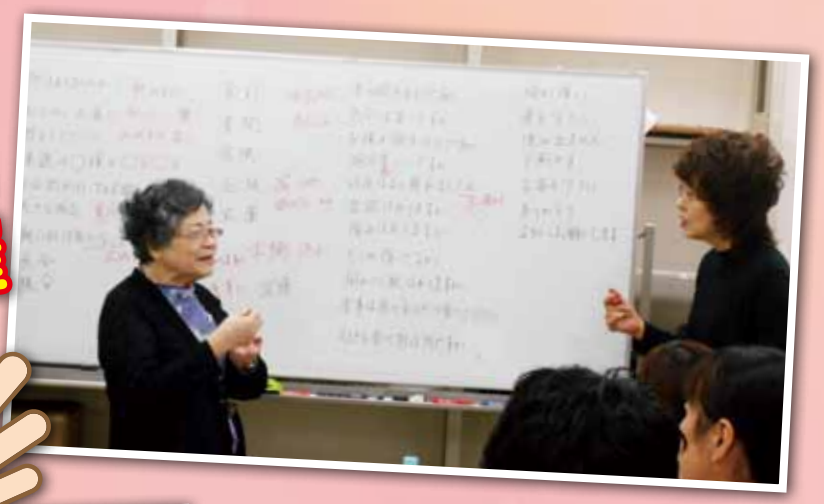
ローラーカナリアとの出会い

在宅サービス部　中川　豊

ローラーカナリアを知ったのは６年前。ある人と出会ったことがきっかけです。「ローラーカナリアクラブがあるけど来てみない勉強になるよ。」と言われ入会しました。ローラーカナリアは他のカナリアと比べ鳴き声が低い鳥でした。毎年12月に備後ローラーカナリア大会が広島県福山市で、１月には国際大会が京都府長岡市でおこなわれます。おかげさまで３年前に国際大会で主席、京都市市長賞をいただきました。12月の福山市の大会では「元気のない鳥ですね」と言われたのですが、餌の配合を変え訓練を強化して臨んだ翌年１月の国際大会で主席をいただいた時はびっくりでした。アマチュアからチャンピオンに上がることが出来ました。翌年には次席、参席をいただくことが出来ました。ちなみに繁殖期は４月～６月末までで60～80羽のひなが生まれ、夏から秋にかけて毛替えののちオス、メスの選別をします。10月からはオスの訓練を開始します。最初は参加するだけのつもりだったのですが、大会に行っていろいろな人の鳥をみせてもらいアドバイスをしてもらっていると、結構楽しいです。

12月、１月と大会は続きますが今年も主席が取れるように頑張ります。

松江市の手話出前講座開催



看護部長　川谷　清美

9月12日、17日、19日 の３日間、当院職員を対象に手話出前講座を開催しました。ろう講師の齋藤一子様と手話通訳の方に来ていただき、あいさつや、自己紹介、思いを伝える方法や手話によるコミュニケーションの方法など、ユーモアを交え、わかりやすく教えていただきました。聴力の障がいの程度はさまざまであり、聞こえなくなった年齢や育った環境、年齢によって、言葉の理解もさまざまであることを教えていただきました。表情はコミュニケーションには必須だということです。例えば痛みを聞くときには、痛そうな表情で伝えるなどです。顔の表情を含め、ボディーランゲージ（身振り言語）の必要性がわかりました。私たち医療者は「○○の具合はどうですか？」「体の調子はどうですか？」「気分は良いですか？」など患者さんに聞きますが、ろうあの方には通じないことがわかりました。「調子？」「具合？」「気分？」確かにどう答えてよいか分からないと思いました。知りたいことを具体的伝えることが必要です。このことはどの患者さんにも通じることであり、患者さんにしっかり向き合えていたのか振り返る機会になりました。参加した職員は聴力障がいの方への理解や手話に興味を持つことできたのではないでしょうか。講師の先生方ありがとうございました。

人事のお知らせ

NEWS

①部署　②趣味・特技は何ですか？
③好きなもの・好きなことを教えてください。
④一言ご挨拶をお願いします。

入職 50音順

難波　明莉

①看護部４階病棟
②運動すること・よさこい
③ディズニーリゾートにいくこと
④ご迷惑をおかけすることも多いとは思いますが、スタッフの皆さんとコミュニケーションを十分にとり、少しでも早く患者さんのために働けるようになりたいと思っています。よろしくお願いします。

西本　美佐子

①栄養課
②ドライブ
③終わりかけた野菜をもう一度生きかえらせる事
④若い皆様方に迷惑をかけないよう頑張っていきたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

山下　陽子

①事務部医事課
②釣り
③アニメ鑑賞
④少しでも早く仕事を覚えて、みなさんの力になれるように頑張ります。よろしくお願い致します。

昇　進　在宅サービス部通所リハビリテーション所長
板垣　陽介（在宅サービス部通所リハビリテーション所長代理）
在宅サービス部訪問看護所長代理　吉岡　理枝（在宅サービス部訪問看護）
看護部主任　内田　香寿美（看護部）

入　職　看護部看護師　難波　明莉／事務部医事課事務職員　山下　陽子
診療部栄養課　西本美佐子

退　職　田中　徹（看護部）／小塚のりこ（看護部）

職員数

職　種	職員数（名）
医師	8人
薬剤師	2人
PT	23人
OT	19人
ST	6人
看護師（准看護師）	88人
臨床検査技師	2人
診療放射線技師	1人
MSW	6人
介護支援専門員	6人
介護福祉士（介護職員）	60人
歯科衛生士	2人
管理栄養士（栄養士）	3人
調理員	9人
事務職員	17人
合計	252人

1.10.1現在

公仁会事業報告（R1年7月～R1年9月）

※退院日は除く

患者重症度指数　強化項目　リハビリ数

鹿島病院 ①外来

診療日数63日		1日平均患者数
延べ外来患者数	1,208人	19.1人/日

②病棟 2F特殊疾患病棟

診療日数92日			1日平均患者数
延べ入院患者数		5,421人	58.9人/日
レスピレーター装着延べ患者数		1,795人	19.5人/日
特殊疾患対象延べ患者者数	①脊髄損傷等の重度障害	655人	7.1人/日
	②重度意識障害	2,566人	27.8人/日
	③神経難病	1,226人	13.3人/日

3か月間の特殊疾患対象患者割合	83.3%

3F回復期リハ病棟

診療日数92日		1日平均患者数
延べ入院患者数	4,816人	52.3人/日
回復期リハ病棟対象患者割合	98.8%	
平均リハ提供単位数	5.9	

直近6か月間の新規入院患者	重症者の割合	43.5%
直近6か月間の在宅に退院した患者の割合		95.6%
直近6か月間の重症改善率（4点以上改善）		69.3%
直近6か月間のアウトカム実績指数		50.3点

4F療養病棟

診療日数92日		1日平均患者数
延べ入院患者数	2,737人	29.7人/日

直近3か月間の医療区分2・3の患者割合	87.1%
直近6か月間の在宅に退院した患者の割合（4F全体）	82.6%

4F地域包括ケア病床

診療日数92日		1日平均患者数
延べ入院患者数	2,445人	26.5人/日
A・C項目患者の割合	22.6%	
平均リハ提供単位数	2.5	

直近6か月間の在宅に退院した患者の割合	80.2%

ショートステイ延利用者数	21人	0.2人/日

在宅サービス部

①通所リハビリ“やまゆり”

稼動日数79日		1日平均利用者数
通所リハビリ延利用者数	2,482人	31.4人/日
短期集中リハビリ実施数	323単位	4.1単位/日

②訪問リハビリ“つばさ”

稼動日数60日		1日平均利用者数
訪問リハビリ延べ利用者数	219人	3.7人/日
訪問リハビリ延べ単位数	497単位	8.3単位/日

③訪問看護“いつくしみ”

稼動日数62日		1日平均利用者数
訪問看護延利用者数（医療）	302人	4.9人/日
訪問看護延利用者数（介護・看護）	648人	10.5人/日
訪問看護延利用者数（医療，介護・リハビリ）	249人	4.0人/日

④鹿島病院やまゆり居宅介護支援事業所

稼動日数60日		月平均策定数
延べケアプラン策定数	443人	148人/月
延べ介護予防ケアプラン数	135人	45人/月

医療法人財団公仁会中期ビジョン2019

医療・介護が一体となり、リハビリテーションを柱としたサービスを展開し、急性期病院をはじめとする医療機関・介護事業所・行政機関との連携を軸に、橋北地区の地域包括システムを支える。

＜ビジョン策定の主旨＞

高齢化に伴う疾病の多様化・重度化さらにリハビリテーションの要求に応え、橋北地域における地域包括ケアシステムの中核病院として入院医療と在宅医療を継続的に提供するため、中期ビジョン2019を策定する。

＜本計画の期間＞

この計画は2019年４月から2022年３月までの３年間を期間とする。

1. 良質な回復期・慢性期医療

⑴回復期医療

回復期リハ病床を中心としたリハビリテーションの更なる充実に加え、地域包括ケア病床での短期リハビリテーションを組み合わせることにより地域の回復期医療を担う。

⑵慢性期医療

特殊疾患、医療療養病床で難病、医療依存度の高い患者への対応を行い、地域包括ケア病床で入院加療を必要とする高齢患者に準急性期医療を提供することにより地域の慢性期医療を担う。

⑶質の高いリハビリテーション

回復期リハ･地域包括ケア病床でのリハビリテーションを外来・通所・訪問のリハビリテーションに繋げていくことで、地域におけるリハビリテーションを総合的に行う。

⑷外来・訪問診療

入院診療を支えるため、外来のみならず訪問診療を訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所、通所リハビリとの連携で充実させる。

2. 在宅生活を支える医療・介護

⑴良質な在宅医療

患者にとって「安心な支える在宅医療」を促進するため､外来･訪問診療と訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所との連携を一層進める。

⑵良質な在宅支援サービス

外来部門、訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所ならびに通所リハ、外来リハ、訪問リハが質・量ともに向上し、リハビリテーションを柱とした質の高い医療・看護を提供する。

3. 地域連携　及び　地域貢献

⑴病病連携、病診連携、地域（行政（県・市・保健・福祉・介護）、地区）連携

急性期病院や地域の診療所と継続的・定期的に意見交換会を実施するなど顔の見える連携の更なる強化を行う。また、行政との連携を深め、周辺地区事業にも積極的に関わる。

⑵予防医療や介護技術を地域へ普及

地域住民への啓発活動や医療・介護関連職種に対しての勉強会等を通じて、地域に積極的に知識を還元していく。

⑶地域への情報発信

病院の機能や在宅サービス機能、治療成績、行事等についてホームページや広報誌等を活用して、積極的に情報発信を行い公仁会のブランド力を高める。

4. 医療安全・院内感染対策

⑴医療安全

医療・介護サービスを提供する全ての方へ医療安全を担保することは前提条件であり、日常から緊張感をもって業務改善に努める。

⑵院内感染対策

院内感染が起こってからの対策のみならず「発生しないための対策」「予防策をいかに取るべきか」院内感染防止対策委員会の活動だけでなく日頃からの予防教育を継続する。

5. 医療サービスの質の改善

⑴機能評価の評価に基づく継続的改善活動

日本医療機能評価機構の実施する病院機能評価3rdGV2.0への参加が決定し2020年１月に更新受審する予定である。日頃の診療行為等の見直しを図り、医療サービスの質の向上に努める。

⑵臨床指標（Clinical Indicator）の活用

診療報酬体系がストラクチャー評価からアウトカム評価重視へ移行する過渡期の中で、当院のアウトカムである在宅患者受入れ率や在宅復帰率、リハ効率、医療区分割合、医療看護必要度、訪問診療回数などを院内外に積極的に発信していく。

⑶患者満足度向上の組織的取組み

継続的なアンケート調査を行い患者ニーズの把握に各部署務め、満足度向上のため継続的に努力する。

⑷施設・設備・環境の整備と充実

患者のQOLに資すること、並びに職員の働きやすい環境の整備を計画的に進める。

6. 人材の確保と育成

⑴人材の確保

良質な医療・介護をより向上させる為、必要人材を適時適切に確保する。
（特に医師は現在の構成を顧みれば確保は急務である。また、薬剤師、看護職員、介護職員においても各々の自己研鑽だけでなく新たな人材の受入が必要である。）

⑵人材の育成

研修会、研究会への参加は今後も計画的・継続性をもって行い､各人の一層のレベルアップを行う。

⑶働き方改革への対応

「働き方改革を推進するための関係法律の整備に関する法律」に沿った労働環境を整備し、働きやすい環境作り、離職防止の取組、キャリアアップサポート、福利厚生事業の充実など、魅力ある職場づくりを行う。

⑷学生の受入れ

学生実習の積極的受入れを行い職員のレベルアップを促すとともに、採用機会を増やすような取組みを引き続き行う。

7. 新電子カルテシステムの検討

CIMA/LinkCare、医事システム Hope のハード更新を 2022 年に控え、今後の電子カルテシステムはどうあるべきか検討委員会を立上げて検討する。

料理部

8月 活動報告

メニュー
手羽餃子・たたききゅうり

診療部　栄養課　瀬島　未来

★手羽餃子★

骨をぬいた手羽先に餃子の中身をつめこみます。
みんなで楽しく作ってもよし！ちょっとしたパーティー料理にもどうぞ！
肉と野菜の量を自由に調整して、オリジナル手羽餃子にもできますよ。

材料（3人分）

鶏手羽先　12本
A
- 豚ひき肉　50～80g
- キャベツ　1/6玉
- ニラ　1/2束
- 生姜　少々
- にんにく　少々

★オイスターソース　大さじ1
★ごま油　大さじ1
★醤油　小さじ2
★シャンタン　小さじ1と1/2
★こしょう　少々

作り方

1. 手羽先の骨抜きをする
2. キャベツ・ニラ・生姜・にんにくをみじん切りにし、Aと★を混ぜ合わせる
3. ①に②をつめ、フライパンで火が通るまで焼いたら完成

●次回開催メニュー

梅と昆布とひざ軟骨のおにぎり / 鯖の山椒フライ / 柿と春菊の白和え

男女を問わず、気軽に参加ください

編集後記

開催されると日本代表の大躍進と共に凄いフィーバーが起きたラグビーワールドカップですが、オリンピックやサッカーW杯の次の規模で世界三大スポーツ大会の1つのようです。私も騒ぎながら観戦した1日です。
2020年はいよいよ東京オリンピックです。まだ課題は多そうですが、同じように盛り上がり世界中の方の素晴らしい思い出に残る大会になりますように。
私はチケット外れたので、家で大人しく観戦です笑笑。

広報委員　リハ部　川島　淳

■編集・発行・責任者：広報委員会委員長
医療法人財団公仁会　〒690-0803　島根県松江市鹿島町名分243-1
e-mail ksm@kashima-hosp.or.jp http://www.kashima-hosp.or.jp/
鹿島病院　TEL(0852)82-2627㈹　FAX(0852)82-9221
訪問看護ステーション(いつくしみ)　TEL・FAX(0852)82-2640
やまゆり居宅介護支援事業所　TEL・FAX(0852)82-2645
通所リハビリテーション(やまゆり)　TEL・FAX(0852)82-2637
鹿島病院デイサービスセンター
TEL(0852)82-2665㈹　FAX(0852)82-9221

■印刷元　柏村印刷株式会社