

看護師だより

本日開店
『餃子の王章』

みなさん、今年のクリニックニュース夏号でご紹介させていただいたお料理上手なAさんの記事を覚えていらっしゃるでしょうか？おいしい餃子話題がスタッフの間で大きな反響を呼び、なんとクリニック内のキッチンで、餃子をふるまっていたく機会を設けることができました。名付けて『餃子の王章』（どこかのパクリではありませんよ！）。とはいえ、当クリニックのスタッフは50名程いますので、それをお一人で作ってもらうとなると大変な作業です。そこで当院の管理栄養士、藤田さんの力を借りて綿密に事前準備を重ねました。材料はどうしたら良いか、味付けはどうか、焼き方は？などなど…。

そして迎えた11月11日。見たことのあるような看板も用意して、この日限定の『餃子の王章』が開店しました。しばらく外出の機会が減っていましたが、当日はお天気にも恵まれて、Aさんにはクリニックにお越しいただくことができました。



キッチンでは、すでに餃子の焼きあがったいい匂い。豚肉にネギ、塩コショウとあっさり味で、本当に何個でも食べられるおいしさでした。Aさんにも召し上がっていただき、話をしながら賑やかに食事を楽しんでもらえたように思います。「私が焼いたらもっとおいしいわよ。」と話されていましたが、いつもの倍以上の量を召し上がっていただけました。Aさんのとても素敵な笑顔と餃子に、スタッフ一同お腹も心もいっぱいになった一日でした。



はじめて

NewStaff

チーム ZAITAKU の「新メンバー」を紹介します。



看護師
谷口 加那

出身地 三重県四日市市

休日の過ごし方 5年生の上の息子が、看護師の上山さんの息子さんと一緒にチームで野球をしています。土日・祝と家族揃って野球に参加しているので、物凄く疲れた顔をしていたら、すみません教えて下さい(>_<)

好きなこと 家族で旅行することです。子育てが落ち着いたら、自分の親や友達とたくさん旅行がしたいです。以前は海外旅行にも行っていたので、またいつか海外にも行きたいです。

1番楽しいとき 家族で野球の話をしたり、ワイワイ何でも話をするとき。また、友達とランチやウォーキングをして、喋って喋ってストレス発散をしています。

最後に一言

今回、院内や外来業務が主となりますが、在宅訪問に移行するまでに患者様と関わらせていただく時間を大切にしていきたいです。ブランクもあり、在宅についてもわからないことだらけですが、皆さんいろいろと教えて下さい。たくさん学ばせていただいて、早く仕事が覚えられよう、一生懸命頑張っていきたいです。



看護師
堀田 まゆこ

出身地 三重県四日市市

好きな食べ物 甘いものなら何でも好きです。これから、ティラミスの味比べをしたいです。

好きなこと ドラマを見ながら、甘いものとあられを食べること。あられは「あられ小餅」という商品に決めています。

1番楽しいとき 眠る前に、子供たちと布団に入って、いろいろな話をする時。クイズ大会が始まり、盛り上がり寝つけない時もありますが、幸せと感じます。

最後に一言 11月より、主に外来で働くこととなりました。笑顔で、丁寧な説明を心がけています。精一杯努めますので、よろしくお願い致します。



管理栄養士だより



今回は、中心静脈栄養からの離脱に成功したOさんのお話です。

Oさん(66歳)は悪性リンパ腫の治療で入院されていましたが、状態悪化に伴い経口摂取ができなくなり、中心静脈栄養にて栄養補給を行っておられました。そんな中、ご自宅での療養を希望され、経口摂取への移行と低栄養の改善目的で栄養指導開始となりました。開始当初は液体の摂取が可能でしたが、舌に固形物があたると吐いてしまう状態でした。

まずは、具なしの味噌汁等の液体や舌の上で固形状態の時間が短いものから開始し、大好物の「トンカツを食べる」ことを目標に少しずつ食形態と食事をあげていきました。経口摂取開始2週間後、腹痛への不安から食事が減少することはありましたが、整腸剤の服用により腹痛も軽減し、順調に食事が増加しました。介入1か月後には経口から700~800kcal程度摂取可能となり、約2ヶ月後には目標だった「トンカツ」を召し上がれるようになりました。その時点で経口から1500~1600kcal程度安定して摂取されており、中心静脈栄養離脱となりました。離脱後の経過はとても良好で、お元気に過ごされています。Oさん、奥様、2か月間ありがとうございました。また何か不安な点等ございましたら遠慮なくご相談下さい。

管理栄養士 藤田



災害に備えてできること
Take Steps



当院は通院困難な方、つまり災害時、自力での避難が難しく援助が必要な方の診療をしています。災害時でも、できる限りご本人やご家族の命と生活を支え続けたいと思いますが、最悪の場合、しばらく訪問が困難になることが想定されます。そのため、その時に困らないよう、できることを様々な視点からお伝えしていきます。

【Step 1 南海トラフ巨大地震】

駿河湾から九州にかけての海底のくぼみのズレによって、過去100~150年に1度マグニチュード8クラスの大地震が繰り返されてきました。この30年以内に70~80%の確率で起きると言われています。想定では、三重県全域が断水と停電に見舞われ、太平洋ベルト地帯を巻き込む被害のため、救援には時間がかかり、長期間の避難生活が見込まれます。生命と生活の維持への備えをせざるを得ません。



倒れそうな物はないですか。準備の品、薬は大丈夫ですか。近所の方に援助の声かけをしていますか。その時のために今できることがあります。自分と家族を守るため、さあ行動を起こしましょう。

<三重県の被害想定>

参考(三重県の概数:人口176万人 74万世帯)

死者	建物倒壊	浸水面積	直接被害額	避難者数(1日)	避難者数(1週間)
4万3000人	23万9000棟	157.0平方キロ	16兆9000億円	56万人	69万人
断水	下水道	停電	ガス供給停止	防波堤	災害廃棄物
170万人	77万人	110万軒	9万1000戸	1万300m	2200万トン

※三重県の概数(人口176万人、74万世帯)は三重県公式ホームページの「みえDateBox」

令和3年11月1日現在での数値情報です。(人口1,755,693人/742,790世帯)

※三重県の被害想定は朝日新聞社と関西学院大学災害復興制度研究所の共同調査よりの抜粋です。