



医師
加藤 高志

出身地 愛知県名古屋市
好きな食べ物 スイーツ系の食べ物(今はお取り寄せが中心です)
趣味 屋内では、音楽・映画鑑賞(本当はコンサートやライブ、映画館に行きたい)屋外では、景色を楽しみながらのウォーキングやドライブ
夢 日本全国、47都道府県の制覇(もちろん通過だけは除きます)自宅に高性能なシアタールームをつくりたい

最後に一言 超高齢化社会、多死社会を迎え、ますます訪問診療が重要な役割を果たす時代となってきました。いろいろな病気や障害を持った患者さんが、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで安心して続けることができるようにしたいです。そのために、多様な専門性を持つ医師や多職種のスタッフ、また近隣の病院や事業所とも連携しながら、診療やケアを行っていかねばと思っています。お力添えをよろしくお願いします。



作業療法士
加藤 大

出身地 三重県四日市市
好きな食べ物 あまいもの全般 最近は量が少なくなりましたが、チョコレートを毎日のように食べています。
休日の過ごし方 コロナ禍であり外出はしていませんが、家で家族と過ごすことが多いです。家族は、妻と子供が3人(男2女1)います。子供の成長はあっという間だなと日々感じています。
趣味 魚釣りが好きです。子供ができてからほとんど行けていないので、家族サービス含め、魚釣りを再開できたらなと思います。

最後に一言 地元四日市出身で、地域のために働きたいと思い在宅医療の道を選びました。総合病院や通所サービスでの経験を活かし、リハビリによって生活や心が豊かになるように支えていければと思います。早く在宅生活を支えていくチームの一員になれるように頑張りたいと思います。



医師
渡邊 麻里

出身地 三重県四日市市
好きなこと おいしいものを作ること
趣味 最近はあまりできていませんがドラムが叩けます。
休日の過ごし方 家でのんびりしているのが好きですが、最近は長い距離の散歩や筋トレもしています。

最後に一言 今までやってきたことも活かしつつ、また新しいことをひとつひとつ学びながら成長していきたいと思っています。よろしくお願いします。



今回ご紹介するMさんは、書道を50歳過ぎてから始め60代で教授免許を取得されました。70歳を過ぎて一時書道から離れた生活をしていましたが、2年程前に娘さん、お孫さんと同じ流派の書道教室で書道を再開されました。以前とは違う流派のため、一からの学び直しで以前の流派よりも自分に合っていて、現在は初段まで取得されています。

書をしたためるときは「書いている時は無心、必死になるだけ」そうおっしゃっていました。元々几帳面で室内は綺麗に整理整頓されています。その性格が好きな書体、楷書、かな文字に繋がり、きっちりとした性格だから楷書が合うのではと娘さんはお話されていました。

書道と時を同じくして着付けも始められ、十二単、ブライダルと幅広く、お孫さんの成人式の振袖の着付けもされました。ハワイのアラモアナショッピングセンターで着物のファッションショーをされたこともあろうそうです。

50歳を過ぎてから好きなことをされ、充実されているので、やりたいことを始めるのに年齢は関係ないと改めて感じました。これからも好きなことを続けてもらいたいです。



災害に備えてできること Take Steps



Step4 「非常時の栄養」

災害時の食事は、不規則で、米やパン、菓子が多く、野菜や肉、魚、乳製品などが少なくなりがちです。また、水分摂取不足、衛生面などの問題もあります。

①長期保存が可能 ②ライフラインが止まっても食べられる ③食物アレルギーの方、嚥下困難な方、腎臓疾患や糖尿病、高血圧などの方は日常でも使用するものを少し多めに購入する、ローリングストックをお勧めします。

栄養バランスを保つため、栄養補助食品、缶詰、レトルト食品なども利用しましょう。賞味期限を大きく貼っておくとよいです。食品用ラップ、チャック付ポリ袋などがあると便利です。

**備蓄のめやす: 1600~1800Kcal/日
(高齢者、子どもは1300Kcal) 3日~7日**

<糖尿病の場合> 1食500Kcalを目安に、ゆっくり食べましょう。食事が取れない時でもインスリンは半分程度必要です。ただ個人差があるため、インスリンや血糖降下剤を使用している方は、事前に主治医と相談しておくといよいです。インスリンや針は常に多めに手元に置き、低血糖時に備えて飴、ブドウ糖なども備えましょう。

<高血圧・腎臓病の場合> タンパク質、塩分(1食2g以下)、カリウム、リンに注意して下さい。塩分の多い汁を控え、麺をゆでた湯は換えるなどしてください。十分に水分補充をして下さい。特に透析をされている方はより一層の注意が必要です。

<災害時配布された食材は> 食品表示(とくにカロリー、蛋白、カリウム、リン、塩分)を確認しましょう。できたら多くの種類を少しずつ、摂取することを基本として下さい。



管理栄養士だより

～ 貴博ラーメンプロジェクト 第2弾!! ～

ラーメンが大好物のSさん、昨年に引き続き、ラーメンプロジェクトを進めてきました。今年は、1弾を超える1品をとSさんと話し合いながら試作を重ね、遂に完成!! 何と言ってもこだわりはスープです!!

Sさん念願の蛤に鶏ガラの出汁を合わせ、当院で看護師をされていたOさんの自家製醤油を隠し味に使用し、琥珀色のスープに仕上げました。麺は、米粉にSさんお気に入りの梅干しを取り寄せて練り込んだ自家製手打ち麺です。トッピングは自家製鶏ハム、もやし、ネギ、桑名産の海苔を使用しました。

Sさんの思いが詰まった「たかひろぬーどる」、いよいよ開店です!!

管理栄養士 藤田



次は味噌ラーメン!? それともカレーラーメン!? Sさん、遠慮なくラーメンへの情熱をぶつけてください!!