

# 雪がた

— 豊科病院だより —



豊科病院広報誌  
令和 4年 5月 2日 発行  
発行者 豊科病院広報文化委員会  
〒399-8205  
長野県安曇野市豊科5777-1  
Tel : 0263-72-8400  
URL <http://www.shironishi.or.jp/>

## 豊科病院の理念

自他を問わず人間を愛し、慈しむ心を礎に、病める人、障害を持つ人、悩める人に常に自分の家族に接するように優しく接し、最良の医療・福祉サービスを提供し、地域の人々の要求及び個別的な要求にも応え、地域で人々が快適に生活できるような支援を行う。

コロナ下(禍) 新年度が始まる  
令和4年度 新年度式

4月1日、豊科病院と安曇野メ  
ディア合同の令和4年度の新年度  
式が開催されました。新型「コ  
ロナ」ウィルスが蔓延しているため、出  
席者はマスク姿での新年度式とな  
りました。

関理事長総長は、「この現代にお  
いて、ロシアがウクライナに侵攻す  
る事態になった。これが要因とな  
り、世界の食料や資源、経済に大き  
な影響を及ぼすといわれている。  
平穏な日々を祈念したい。」

当法人は、職員の意識改革をして  
欲しい。物品やエネルギーに対し  
ての節約の意識も持ってほしい。そ  
して、利用者の方々のサービス向  
上に頑張ってもらいたい。」と訓示ま  
した。

続いて、五味洲病院長からは、新  
入職員は、1ヶ月、3ヶ月、6ヶ月と  
いうリズムで疲れが出るが、乗り  
切ってほしい。先輩の悪いところ

は、真似をせず、患者さんや利用者  
の方々主体で業務にあたってほし  
い。

私は軍国主義者ではないが、病院  
長室に額縁に入った山本五十六の書  
がある。そこには「やってみせ 言っ  
て聞かせてさせてみせ 誉めてやら  
ねば人は動かじ」と書かれている。  
各部署の上司や先輩は、口先だけの  
指導ではなく、この言葉のような姿



辞令を受け取る新入職員

勢で後輩の育成に尽力してほしい。」と、訓示しました。

新年度式では、昇格人事も含め6名の職員に辞令が交付されました。

## 作業療法で 1年ぶりの外出

4月、作業療法の一貫として、当院の入院患者さんが、お花見に外出されました。この作業療法としての外出は1年ぶりのことです。

この1年間は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、作業療法や病院行事としての外出を自粛していました。今回、新型コロナウイルスの感染に最大の注意を払い、作業療法部が綿密な企画を立て、外出が実現しました。

桜が咲いている期間に、職員同行のもと、約



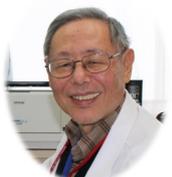
90人の患者さんがいくつもの小グループに分かれて当院近隣に外出され、桜や春の草花のお花見を満喫されました。ある患者さんからは「次々の外出で美味しい空気を吸って、きれいな花を見て、気持ち良かった。」とおっしゃっていました。

### 五味渕病院長のつぶやき

ス々の!!

松本山雅だけど、基本はスリーバックなんだけど、スリーバックでは、サイドを破られやすい。だから、守りの時は、守備的ボランチが下がるか、ミッドフィルダーが下がってフォーバックに近い形にすれば、守りが安定すると思うね。

キーパーの外国人のピクトル選手は、昨年より飛び出しや位置取りが良いいね。また、流通経済大学を卒業後、松本山雅に入った菊井は、Jリーグでいきなり使える選手だとわかったね。攻撃陣は、その菊井と横山が入り、昨年より攻撃が活性化して



いる。但し、ロングフィードのボールを出しても、相手に取られる場面が多い。また、バックパスが多すぎるので、いつもゴールの方に向かう姿勢でやらないと点が入らないね。先日の沼津戦は、勝利はしたものの攻められればなしで内容が良いとは言えなかった。

攻撃陣は横山を見る。横山を見てどこにボールを出すのか考えながらプレーしたほうが良いと思うよ。

さて、佐々木朗希と大谷翔平。この二人の共通点は、胸椎12個、それに続いて肋骨および肋軟骨、全体として胸郭が柔らかい。そして、投げるときの胸の張りが強く、肩関節が柔らかいため、打球時の手のトップの位置が高くて、フォロースローで球を押さえ付けることができている。これが、角度のある速球と同じフォームで、スプリットを投げることでできている、勝率が高くなっている。

スライダーを投げようとすると、右手が斜めに開くため、このときはスプリットが落ちにくくなる。もろ刃の剣であることは確かだね。

大谷選手の打撃はこれから上がって来ると思うよ。左打者として、右足が開いていたが、その開きが改善してきて、最近では左中間方向への打球が増えてきているからね。

# 焼きとり缶の炊き込みごはん

～災害用常備食（缶詰め）を使って～

## \* ひとくちメモ \*

缶詰・乾物・粉・乾麺・もち など、災害時には常温保存が可能な食品があると心強いものです。しかし、保存ができるからと忘れてしまい、賞味期限を過ぎてしまう・・・なんてこともありがちです。そこで、災害に備えるための常備品を使ったレシピを紹介します。賞味期限の近い缶詰などがあったら、ぜひ使って作ってみてください。



## 材料(米1合分)

焼きとり缶(たれ味) .....1缶(85g)

干しシイタケ .....1枚

人参 ..... 1/3本

米 ..... 1合

水 ..... 適量

しょうゆ .....4ml(小さじ1)

かつお顆粒だし ..... 1g

(一人分 370kcal 食塩相当量 2.0g)

## ●作り方

- ①干しシイタケは水でもどす
- ②しょうゆと顆粒だしを混ぜる
- ③洗米し、炊飯器に入れて1合の目盛りまで水を入れ、①を加える
- ④人参は細めの拍子切りにし、米の上にちらす
- ⑤戻したシイタケを薄く切り、米の上にちらす
- ⑥焼きとり缶の鶏肉を、たれごと加え、普通に炊く

管理栄養士の

簡単レシピ

No.23

頭の体操

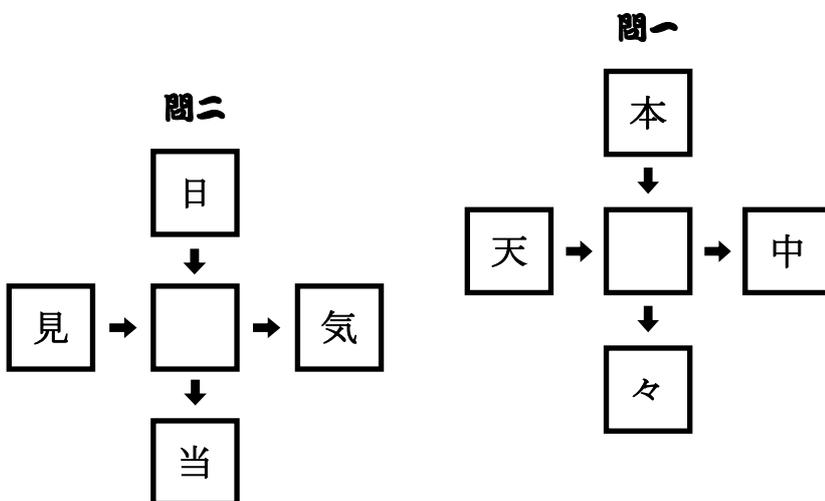
いかがですか？

第四回



頭の体操のコーナーです。好評につき早々に4回目をご用意いたしました。

真ん中の□に当てはまる漢字を考え、4つの二字の熟語を完成させてください。



※答えは最終ページ、編集後記の下にあります。

# 病棟で生け花

今年はお作業療法にて「お花見」を実施いたしました。患者さんの中にはお花見への参加が難しい方もいらっしゃいました。そこで、病棟内でも季節を感じていただけるように「生け花」を実施しました。普段は折り紙などお花を作られる患者の皆さんですが、バラやカーネーションなどの生花を生けることで、色や香り、感触などを楽しんでいただきました。

写真の通り、大小色とりどりの生花があっという間で、鮮やかに作り上げることができました。患者さんの中には、まるでブーケのような生け花も作られた方も。園芸の経験のある患者さんは、又々に生花にさわれた。「職業としての会話にも花が咲き、多くの笑顔もみられました。」



## 外来 医師担当表

令和4年5月1日現在

曜日	月	火	水	木	金	土
内科	いわさ たけひこ 岩浅 武彦 医師	休診	休診	そねはら けい 曾根原 圭 医師(1・3・5週) やまなか みわ 山中 美和 医師(2・4週)	休診	休診
精神科①	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	にしざと よしあき 西里 吉昭 医師	こみぶち みつり 五味淵 満徳 医師	おかざき たかし 岡崎 隆司 医師	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	こみぶち みつり 五味淵 満徳 医師
精神科②		なかむら ちえみ 中村 千恵美 医師			なかむら ちえみ 中村 千恵美 医師	

◎ 受付時間 午前 7:00～正午

◎ 診療時間 午前 9:00～終了まで ※木曜日の精神科は、午前9:30～診療開始

※ 午後は全科休診となります。

※ 日曜・祝日は全科休診となります。

※ご不明な点は受付へご確認ください。

お問い合わせ先…TEL0263-72-8400

～・ 編集後記 ～

雪がた74号はいかがでしたでしょうか。

久々に五味淵病院長のつぶやきを掲載しました。五味淵病院長は、大谷翔平選手と佐々木朗希選手について、つぶやいて(?)いましたが、本誌編集担当者一同が今シーズン注目したいプロ野球選手は、横浜DNAの牧選手です。牧選手は長野県出身で、松本第一高校の野球部から大学を経て、昨年プロ野球選手になり、特別新人賞を受賞。2年目の今シーズンはいきなり4番打者です。野球後進国と言われる長野県において、プロの一軍でこれだけ活躍されている県出身選手は珍しいと思います。今シーズン、どれだけ活躍されるのか、今から大変楽しみです!!

半:二冊 日:一冊 冬景の静寂の扉

※表題「雪がた」について

春から夏にかけて北アルプスでは様々な雪形が見られ、当院からは常念岳の常念坊や、蝶ヶ岳の蝶などの雪形を正面に望むことが出来ます。雪形が季節の変化に合わせて融けるように、患者様の病も融ける・・・表題にはそんな願いが込められています。また、表題の写真は当院屋上から撮影しました。