



助六寿司



助六寿司(卵)

安曇野メディア



文月御膳



七夕ゼリー



喫茶

行事食

安曇野メディアでは毎日15時におやつの時間があります。その中で毎月2回は喫茶の日を設けています。

いつものおやつとは違って喫茶の日には飲み物が選べます。コーヒー・紅茶・ココア・梅こぶ茶・リンゴジュース・季節によっては抹茶やカルピス・コーラなどを選んでいただき、お菓子は季節を感じていただけるお菓子をパティシエの方に作っていただいています。

おやつはほとんどの方が同じものを食べられるようにと考え、あまり固くないもの、歯がなくても食べられるものをお出ししています。

食事の方では毎月1回は助六寿司をお出ししていきたいと思っています。助六寿司の日は粥食の方もお稲荷さんと、卵巻にして常食の方と同じようにお出ししています。とても喜んでいただけるメニューとなっています。

城西医療財団の各施設にて
暦の行事にちなんだ行事食を提供しています。
今回は安曇野メディアで提供している行事食
をご紹介します。

お知らせ

太陽光発電設備設置事業

城西病院第9ビル屋上に太陽光発電設備を設置しました。この設備を設置することによって、地球環境の保全に努め、再生可能エネルギーの普及を目指します。規模は10kwで、その時間の発電量は第7ビルの受付の横にありますモニターよりご確認ください。



看護師・准看護師
介護職員を募集しています。

お問い合わせ先
TEL (0263) 33-6400
E-Mail
jim@shironishi.or.jp

人材確保育成室
担当 丸山



いつも
優しく
Always be tender

北アルプス訪問看護ステーション サテライトおおまち 開設

平成27年4月より
大町市に北アルプス訪問看護ステーション サテライトおおまちを
開設致しました。

北アルプス訪問看護ステーションは、白馬メディア施設内に併
設し、白馬村を拠点とするサービス提供地域は、小谷村から
大町市までと広い範囲にわたり訪問看護サービスを行ってまい
りました。

今回、大町市における訪問看護事業の更なる充実を目指すべく、
大町市五日町に新たに事業所を開設致しました。

専従看護師を1名新規採用し、所長が白馬村の事業所と兼務する
ことで統一した体制をとりながら、それぞれにスピーディーな
対応ができるようになりました。

今後は、地域との連携をはかり、利用者様からのあらゆるニ
ーズに対応できるように努力してまいります。

施設の所在地

〒398-0002 長野県大町市大町 2619-3

TEL 0261-26-6220

FAX 0261-26-6221



「城西医療財団 理念」

私達は、病める人、障害を持つ人にいつも優しく、
最良の医療サービス及び福祉サービスを一体的に提供する。
また、心身の健康保持・増進を志向する人に最良の保健サービスを提供する。
利用者を身体的、精神的、社会的、そして倫理的に診療し、科学的根拠に基づいた治療を行う。

見直そう！自分のためにできること ～生活習慣病の予防と改善～

開催日時 平成27年4月15日
開催場所 小谷村役場隣
多目的ホール

第1部 生活習慣病の概要と予防するための解決策

講師●関 健 / 城西医療財団 理事長・総長

第2部 自宅で出来るトレーニング

講師●伊藤 香純・荻澤 ひとみ / 'S'ウェルネスクラブ小谷 健康運動指導士

第3部 生活習慣病にならないような食事について

講師●上條 みどり / 安曇野メディア 管理栄養士

第4部 快運※筋活クラブについて

講師●山崎 大輔 / 'S'ウェルネスクラブ小谷 社会福祉士



4月15日（水）に小谷村役場隣の多目的ホールにて、公開講座を開催しました。
村内の27名の方に参加していただきました。

公開講座は3部構成で行われ、第1部では関健理事長・総長に「生活習慣病の概要と予防するための解決策」を講演していただきました。参加者からは健康に関する情報が多い現代、正しい知識を身に付けることは大事なことだと改めて実感しましたといった感想をいただきました。

第2部では、'S'ウェルネスクラブ小谷健康運動指導士の伊藤香純さんと、荻澤ひとみさんに「自宅で出来るトレーニング」を講演していただきました。小谷村のケーブルテレビで毎日流れている村民体操を、ウェルネス版にアレンジして上映し、参加者全員で実際に体を動かし体験する講演でした。ウェルネス版の村民体操を普及してほしいととても好評でした。

第3部では、安曇野メディア管理栄養士の上條みどりさんに「生活習慣病にならないような食事について」を講演していただきました。参加者の方は食事に関する意識が高い様子で、講演後に各々講師に質問に行く様子が見られました。普段は管理栄養士の方に話を聞くことができないので、いい機会が出来て良かったといった感想が出ました。

今回、'S'ウェルネスクラブ小谷として初めての取組みの中、地域への発信が不十分な点があり参加者は少なめでしたが、年齢とともに自信のなくなる自分の身体をうまくコントロールしながら良い方向にもっていきたいという気持ちになったといった感想や、これからもっと健康について情報を得たい、他の内容も聞いてみたいといった意見をいただくことが出来ました。村民の方の健康を考え、また多くの方に御参加いただけるよう今後も内容を工夫し公開講座という取り組みを継続していければと思います。

「食べる」コツ教えます ～健康を「口」から考えてみませんか？～

オリエンテーション 城西医療財団 学術教育委員会担当理事
清澤研道/城西病院 院長

第1部 食事の際の姿勢と介助方法について

講師●三村恵・三村紗和子/城西病院 言語聴覚士

第2部 家庭でもできる食事療法

(きざみ食、ミキサー食の作り方)

講師●城西病院 食事療養部

第3部 長く食べ続けるためには

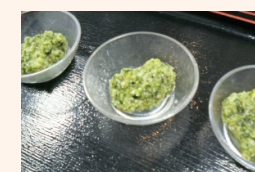
～歯の役割について～

講師●高山 清/城西病院 歯科医師

第4部 食べるよろこびお届けします

～すこやかご膳を通して～

講師●田中 裕美/白馬メディア 管理栄養士



毎年開催される城西医療財団の公開講座、今年は在宅介護をテーマに家庭でもできる介護・介助方法として、「食」に焦点を当てた講座を開催しました。
介護問題や在宅介護が注目を浴びている現在、私たち病院に何か出来ることは無いのか介護者をかかえる家族やまた介護をしている事業者スタッフへの専門的な医療に関する知識や情報を発信したいと考え、今回は講座の他に企業協力による介護サポート品等の展示を行いました。

講座を4題の2部構成とし、前半は主に介護をする家族向けに、後半は事業所向けに専門的要素の高い内容の講座にしました。
最初の講座は、城西病院言語聴覚士の三村紗和子さんと三村恵さんに“食事の際の姿勢と介助方法について”と題し、家庭で起こりやすい食事時の誤嚥を予防する為に気をつけることや誤嚥しにくい食べ方の工夫などブロが実践している内容や家庭でも出来るようになるコツをお話いただきました。

次の講座は食事療養部による“家庭でもできる食事療法”として今度は家庭で出来る誤嚥しにくい調理方法を実際に会場で料理をする講座を管理栄養士の清水由美さんが行いました。嚥下障害の方や飲み込みが困難な人に向けた方法として、ミキサー食やきざみ食の実演で介護をしている家族の方も熱心に見られていました。

後半の3題目は歯科医師の高山清先生に“長く食べ続けるためには”をテーマに歯で噛む事の大切さや自分の歯を持ち続けることの大事さ、そこから飲み込みや嚥下機能を持続させることを実際の歯科治療の経験からのお話をいただきました。

最後の講座は、当財団白馬メディアで実際に行われている配食サービスについて管理栄養士の田中裕美さんにお話をいただきました。白馬村・小谷村の高齢者を中心に自宅で本人又は介護者が調理することが困難であることや、昼間家族が不在になる等の問題に対して身体も心も健康で安心して過ごしていただきたいということから配食サービスを始め、自宅での生活を希望される方に食べる楽しみをいつまでも持ち続けていただき健康の維持増進のお話をいただきました。



参加された方の中には、実際に自宅で介護をしている方が、真剣な眼差しで講演を聞いていました。また、料理の実演では参加者にも実際に食していただき好評とのご感想をいただきました。今後も学術教育委員会では身近な医療・介護のテーマを軸に様々な公開講座を考えていきたいと思っております。また、会場を限定せずに出張講座なども計画していきたいと考えていますので、是非ご希望がありました際は城西医療財団 学術教育委員会までご連絡下さい。