



# A to Z

面白くてためになるAからZまでの 院内情報誌  
復刊 第20号

発行 2017年(平成29年)10月

編集者 医療法人社団 尾崎病院 編集委員会

## <栄養科 一品レシピ>

### <さつまいのサラダ>

材料	分量 (1人分)
さつまい	50g
レーズン	5g
マヨネーズ	4g
プレーンヨーグルト	4g
塩・こしょう	適量



### <作り方>

- ① さつまいは皮をむき、適当な大きさに切って、水からゆでます。  
(レンジで加熱してもOKです)
- ② やわらかくゆでたさつまいをヘラなどでつぶします。
- ③ さつまいの粗熱がとれたら、レーズン、マヨネーズ、プレーンヨーグルトを入れて混ぜ、  
塩・こしょうで味を整えます。

### 【ワンポイントアドバイス】

今回のレシピでは、さつまいをマッシュして使用していますが、さつまいには食物繊維やビタミン類、アントシアニンなどの豊富な栄養素が皮とその周囲に含まれていますので、皮付きのまま角切りにしてサラダにするのも、おすすめです(^ ^)

## 敬老の日 お祝い膳



(株)メフォス提供



## 理事長の頭の中なう Vol.20

問題。普段それほど親しくない人が集まって、一つの目的を与えられると、ほぼ全員がその目的を達成しようと一致団結することとは？

答えは **綱引き！**

先日、地区の運動会に参加した。綱引きの選手であることは前日に知り、“勝てないだろうなあ”と思ったことは認める。運動会当日。普段挨拶程度の近所の人たちと共にチームを結成。綱を握ると“勝ちたい！”と素直に思う。ホイッスルと共に綱を引き始める。ホントみんな必死。自分も必死。ただ、綱を引いて赤い線が自分のチームにくることだけを目的として。チーム25人の目的は一つ。自分の最大限の力を発揮して綱を引くこと。この状況で力を抜く人はいない。1回戦は勝った。今まで全く声をかけたこともない、名前も知らない人とハイタッチ！みんな純粋に喜ぶ。目的も戦術もシンプルだ。

7月から病院改修のため30床減となり、どう考えても経営が大変になるのは想定内。でも、することは各部署、各病棟が最大限の力を発揮して乗り越えるだけ。それぞれが自分たちの役割をしっかりと認識し、何をすべきか、どう動くべきかを考え実行していく。

まさに、綱引きだ。

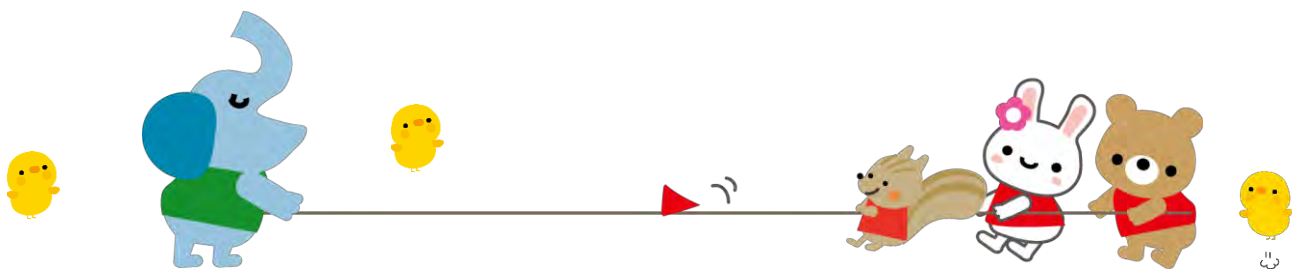
目的がはっきりして、役割が分かり、どう進むべきかが明確であればあるほど力は発揮しやすい。

目的：赤いラインを自分チーム側へ引き寄せる。

役割：力の限り綱を引く。



もちろん、これは経営面での目的である。病院本来の目的ではないが、経営面での目標が達成できないようでは、磐石な病院とは言えないだろう。最近の各部署、各病棟の動きを見ていると少しずつ磐石化してきていると感じる。目的へ向けて自分たちで考え、自分たちが主体となって行動できていると思うからである。そして、なによりスタッフが明るいように感じる。



# 職員旅行特集

## THE NIPPON 京都旅♪ 平成29年6月3日～6月4日

<第一班>



店の酒、全部飲み干したぜ〜〜

## THE NIPPON 京都旅♪ 平成29年6月17日～6月18日

<第二班>



この写真に珍しいものが写ってます!!  
さて、なんでしょう?

# 劇団四季「キャッツ」と

「EXPOCITY」第一班 平成29年7月9日



迫力ある〜〜〜!!



みんなでニャー (^\_^)



# 劇団四季「キャッツ」と

「EXPOCITY」第二班 平成29年10月15日



# はじめての宝塚歌劇

平成29年7月30日



プレミアムアウトレットだ〜  
楽しみ〜



乾杯〜

わくわく♪ドキドキ(。^o^)

オペラグラスで顔はっきり



# 神戸牛の鉄板焼きランチと

## 白桃&ぶどう食べ放題

平成29年9月3日



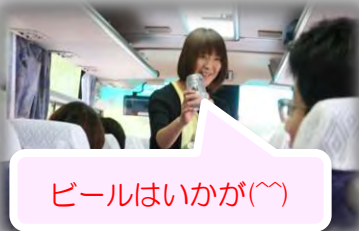
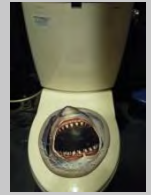
# 激流をくぐる！吉野川小歩危

## スピード☆ラフティング!!

平成 29年 8月 5日～8月 6日



落ちた～～



ビールはいかが(^^)



ぶつかるー!!

食べるぞー!



# 秋祭り

2017年9月9日



尾崎病院で開催された秋祭り。子どもから大人までたくさんの方が集い大盛況でした。



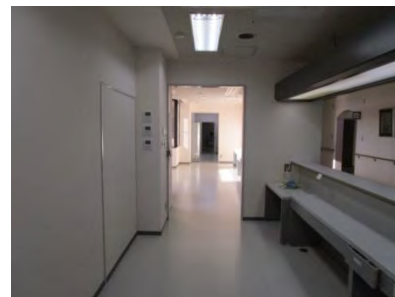
秋祭り参加、ご協力ありがとうございました

# 3階 一般病棟・回復期リハビリ病棟

# 改修工事終了

(H29.7.1~10.31)

ナースステーションの壁が一部なくなりオープンカウンターに。



北側・南側廊下が広くなりました。

病室に洗面台設置。



北側廊下



南側廊下



カンファレンスルームを設置（2部屋に仕切ることできます）。



男子・女子更衣室  
臨床工学室（ME室）  
もきれいになりました

回復期リハビリ ナースステーションが広くなりました。



待ちに待った一般病棟のスタートです。

長いようで短かった工事期間を経て、新しくなった3階病棟とともに他部署で学びを深めたスタッフが帰ってきました。

広くなった回復期リハビリ病棟ナースステーション、初めての一般病棟オープンカウンター、笑顔で対応させていただきます。広くなった廊下、洗面所の設置された病室、患者さんが安全で快適に入院生活を過ごせるよう心掛けていきます。

4ヶ月の学びを活かし、より一層回復期リハビリ病棟と一般病棟、力を合わせて頑張ります。

お世話になった他部署の方々、ありがとうございました。

一般病棟 師長 神戸通子



## 出前講座の報告

日時：平成29年7月26日（水） 15：30～17：30

会場：国府町民体育館 担当：健診センター（地神）

内容：バドミントン教室

日時：平成29年9月19日（火） 13：30～14：30

会場：鳥取市役所青谷町総合支所 2F 多目的ホール 担当：院長 リハビリ室（田中将、寺坂）

内容：骨粗しょう症の予防



日時：平成29年9月26日（火） 11：00～12：00

会場：湖山公民館 担当：理事長 リハビリ室（原、前橋）

内容：今からでも遅くない 生き生きと生きる骨（コツ）



日時：平成29年9月30日（土） 9：30～12：00

会場：美保南体育館 担当：健診センター（地神）

内容：バドミントン教室

# おざき健康セミナー

## 健康寿命 延伸を目指して!!

2017

日時 / 11月18日(土) 9:00~12:00

会場 / 尾崎病院 1階 中央ロビー・リハビリセンター

お気軽にご参加ください

参加無料

### 講演

場所 / 1階 リハビリセンター



### 「あなたの膝は大丈夫ですか？」

時間 10:10~11:20

講師 院長 鱸 俊朗

理学療法士 高木 良



### 骨密度検査

限定 20名

骨の強さを測定します ( X線を使用した詳しい検査です )

### 無料健康チェック・相談コーナー

場所 / 1階 中央ロビー

- 検尿検査 (尿糖・蛋白・尿潜血)
- 身長・体重・体脂肪
- 血管年齢検査
- 認知症タッチパネル
- 足のトラブル相談室 (フットポド 鳥取)
- 疑似乳房による乳がんチェック
- TUGテスト(移動能力評価)
- FRTテスト (動的バランス能力の評価)
- 筋力測定(下肢筋力、握力)
- 各種相談 (医療、リハビリ、訪問看護)
- 福祉用具(福祉機器、食品等)



医療法人社団 尾崎病院  
OZAKI HOSPITAL

鳥取市湖山町北2丁目555 TEL 0857 (28) 6616

<http://www.ozakiho.or.jp>