

# かもめ便り

社会福祉法人 小渦会 鳴門シーガル病院 理事長 高橋 徹  
徳島県鳴門市瀬戸町堂浦字阿波井57番地 TEL. 088-688-0011(代)

記事紹介

- 納涼祭開催！ ————— 1 面
- 陶芸教室・交流会 ———— 2 面
- 部署だより ————— 2 面
- 健康講演会 ————— 3 面
- Dr'sエッセイ ————— 4 面

【ホームページ】 <http://k-seagull.jp/>

シーガル病院

検索

## イベント

### 鳴門シーガル病院 納涼祭が開催されました！



7月27日（金）に鳴門シーガル病院納涼祭を開催いたしました。

進行方向の定まらない台風が接近していましたが、参加者の思いが届き当日はよい天気恵まれ無事に開催することができました。全国各地で最高気温の記録を塗り替えるほどの猛暑が続いていましたが、打ち水の効果もあってか開催時間が近づく夕刻には暑さも少し和らいだ感じがしました。

各病棟の患者さんや鳴門看護専門学校の学生さん、地域の子もたちや家族連れの皆様にお越しいただき、屋台の周りにはたくさんの人だけりが出来ました。病棟ごとに趣向を凝らした看板の下では、かき氷、フランクフルト、チョコバナナ、揚げタコ焼きが準備され、美味しそうな匂いが漂う中、来場者にはこやかな笑顔で祭りの雰囲気を楽しませていました。



提灯に灯りがともる頃には、今年も「みやび連」による阿波踊りが披露され、踊りの終盤には患者さんも一緒に輪を作り会場全体が歓喜に包まれました。踊りの後には納涼祭を締めくくる150発の花火が次々と夜空を彩りました。

今年も無事に納涼祭が運営できましたことは、ご参加・ご協力いただいた皆様のおかげと感謝いたします。

地域の皆様と交流できる行事として、これからも納涼祭を開催していきたいと考えています。

## 地域交流

## 陶芸教室・交流会の様子

8月2日（木）に楽遊会の方々が鳴門シーガル病院に来院され、陶芸教室と交流会が開催されました。

陶芸教室では素焼きした平皿に絵具で絵付けを行う体験を行っていただきました。事前に描きたい図案を考えてきていただき、その図案を鉛筆で綺麗に複写したり、さらにアレンジで花や植物、好きな言葉、幾何学模様などを描くなどして、鮮やかな色彩の絵皿が出来上がりました。



その後の交流会では、ハーモニカ演奏に合わせて、みんなで「きよしのズンドコ節」や、「しあわせなら手をたたこう」に振り付けをしながら、会場一体の合奏を楽しみました。

最後に行われたグランドゴルフ大会では、数メートル離れたホールポストをめがけて打つボールの行方に、患者さんも職員も一喜一憂しました。

あっという間の二時間が過ぎ、患者様からは「もう終わり？」という声も聞かれるなど、楽しい交流会となりました。



部署だより

設備管理部門

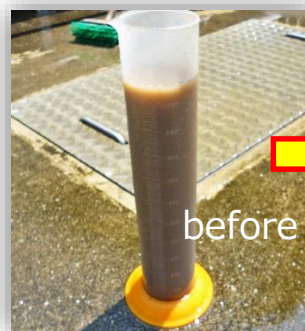
入院設備のある当院では電気・ガス・水道などのライフラインを24時間365日滞りなく使えるよう、技術管理士2名で維持・管理を行っています。数ある設備の中から今回は浄化槽（大型汚水処理設備）について取り上げてみます。



当院では2400人槽（一般家庭は5～7人槽）という巨大な浄化槽を使い、病院内で使用された水を長時間爆気という工程を経てバクテリアや薬品の力を借り綺麗な

水に戻して自然へ放流しております。常に厳しい検査があり、放流水を毎週1回県に提出し水質検査を受けることはもちろん、海上保安庁の抜き打ち検査もありますが、幸いなことに現在まで不合格や改善の指摘を受けたことは一度もありません。

検査に合格することはもちろんですが、緑豊かな自然に囲まれる当院の周りには、美しい海とそこに暮らす地域の方々の生活があることを常に頭に置きながら、日々努力をしていきたいと考えています。



## 地域支援

## 健康講演会を開催しました！



9月5日（水曜日）瀬戸公民館におきまして、「家庭での感染対策」についての健康講演会を開催しました。

講演の前には看護師・栄養士・心理士・精神保健福祉士が対応する健康チェック、健康相談も行われました。講演では当院の看護部長による感染対策の基礎知識の説明と、院内感染対策実行委員会による手洗い演習が行われました。参加くださった多くの方から「大変勉強になり良かった」との感想をいただきました。

今後とも地域の皆様の健康維持のお役に立てよう相談会、講演会を開催していきたいと考えますのでどうぞよろしく願いいたします。



マメに手洗い、  
マメにマスクで  
インフルエンザ予防！

## 10月28日（日）「家族介護者教室」を開催します！

社会福祉法人 小渦会

### 家族介護者教室 「家庭での健康体操」

健康体操をおこないませんか？

月 日：平成30年10月28日（日）

時 間：午前10：30～12：00

会 場：瀬戸公民館（瀬戸町堂満）



9:00～10:30 ● 健康チェック・健康相談の実施（無料）

検尿・体重測定・血圧測定・栄養相談・年金相談 ほか

10:30～12:00 ● 「家庭での健康体操」の開催

生活習慣病の予防と筋力やからだ機能の維持のための体操をおこないます

講師/鳴門シーガル病院 作業医療係長 東條雅仁氏  
ほか 作業療法士

毎月1回開催していますので、ぜひお越し下さい

鳴門シーガル病院 Tel(088)688-0011

健康チェック・健康相談の開催日（月1回）

毎月 第3木曜日 時間/午前9:30～11:00

場所/堂浦ふれあい会館（1階）



### ドクターWのオヤジめし ～「砂肝のピリ辛おつまみ」レシピ～

空にいわし雲が浮かぶようになり、風も秋の気配がしてきた今日この頃ですが、みなさん、夏バテを引きずって食欲が戻らない…なんてことはありませんか？今回は食欲がイマイチな時でも食べやすく、ビタミンKや亜鉛・鉄分を多く含んで低カロリーなおつまみを1品ご紹介いたします。ピリ辛味が食欲をそそり、とても簡単に出来て日持ちもするので、ぜひ一度お試しください。一般的な材料・分量・作り方を書いてみますが、これを参考に、皆さんの好みでアレンジしたり、目分量にしたり、調整してみてください。

#### 【材料】

砂肝…200g お水…適宜、  
①しょうゆ…60ml ②豆板醤…小さじ1  
③コチュジャン…小さじ1

#### 【作り方】

(1) 砂肝は、半分に切る、白い筋を取るなど、お好みでカットやそうじをして下さい。(大きさや形で、味の濃さを調整できます)

(2) 鍋に砂肝、砂肝が浸る量の水を入れて沸騰するまで火をかけます。この時、味塩コショウやおろしショウガなどを入れると、臭みを消してくれます。

(3) 沸騰したら火を止めて鍋を置いておきます。その間に、丈夫なポリ袋などに①～③の調味料を入れていきます。

(4) 砂肝の中まで加熱されている事を確認し、ザルなどに上げて少し水洗いして、アクや汚れをさっと流します。

(5) (3)で調味料を入れた袋に、砂肝を投入します。あとは、出来るだけすべての砂肝に調味料が浸るような状態で、常温で置いておき、粗熱が取れたら冷蔵庫に入れて調味料がしみるのを待ちます。味のつかり具合は好みですが、数時間～1日くらいの好きなタイミングで食べてください。

(6) トッピングで、細切り唐辛子や卵黄を添えると居酒屋風になります。

調味料の配合を変えて、お好みの味を見つけてみて下さいね。季節の変わり目で体調を崩さないように、しっかり栄養を取って猛暑に疲れた体に胃袋から元気を注入しましょう！

### 【編集後記】

立秋から一月ばかりが過ぎようやく秋らしい気温になってきました。季節の変わり目です。体調管理を心掛けて風邪などひかないようにお気を付けください。

かもめ便り17号は平成31年1月に発行の予定です。

編集 広報委員会

社会福祉法人 小渦会



## 鳴門シーガル病院 交通案内

- JR鳴門駅から「北泊・堂浦行」徳島バスで堂浦(どうのうら)下車(所要時間20分)
- 直営渡船利用 (所要時間2分)
  - ◎ 渡船(無料) 運航時間  
午前7時30分から午後5時20分まで  
定時運航(10分～30分間隔)しています。 ☎088-688-0011(代)

