

2019|11

TAKE FREE  
ご自由にお持ち下さい

# なでしこチアーズ Cheers!



特集

毎日およそ400床の給食を作る  
食事のプロ・栄養科



入退職医師のご紹介

〈がん等長期療養中の方へ〉仕事と治療の両立支援

〈レポート〉ミュージック・イン・済生会/A6病棟でアクティビティ

〈イベント告知〉福祉・介護・健康フェア2019に出展します

〈登録医訪問〉ポートクリニック好生堂(北区)

〈職場訪問〉教育研修センター

スタッフフリーコラム

医芳人 IHO IN



減塩  
秋の  
クリームパスタ

さいせいかいにいがた

もっと知ってほしい済生会新潟のこと

2019 Cheers Story vol.56

優しく寄り添い、支えてくれる食事のプロ

特集

## 栄養科

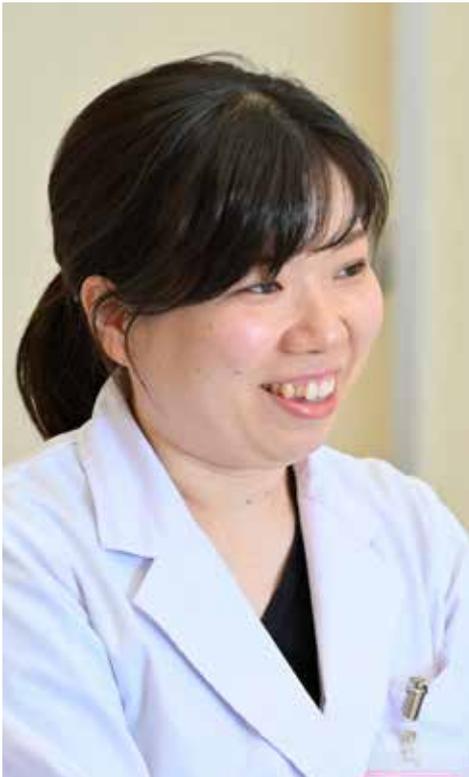
管理栄養士  
山本 渚

管理栄養士  
朝妻 愛

調理師  
稲月 弘子

### 栄養科について

管理栄養士7名、調理師9名、準職員13名、洗浄パート18名。病院給食の献立考案、調理を行うほか、患者さんへの栄養指導、医師・看護師とともに各病棟を回るラウンド、そして健康的な食生活を提案する料理教室の開催と多岐に渡り活躍している。



NAGISA YAMAMOTO



AI ASAZUMA



HIROKO INAZUKI

病院には治療やりハビリに立ち向かうすべての人にそっと寄り添い、おいしい食事で活力を与えてくれる影の立役者がいることをご存知でしょうか？食から治療効果を高め、食生活に必要な知識も教えてくれる栄養科から、管理栄養士さんと調理師さんにお話をうかがいました。





それぞれの症状に合わせ  
400食を毎食手作り

## 管理栄養士に聞く 減塩でもおいしい薄味のコツ

### ① うま味

昆布、カツオ節、キノコ類、干しエビ など



料理に生かし  
減塩を心がけましょう!

食塩の過剰摂取は高血圧につながるだけでなく、脳卒中や心臓病にまで発展する恐れも。減塩を意識した味付けで健康長寿を目指しましょう。

### ② 酸味

柑橘類の果汁、トマト、酢 など



### ③ 風味

焼く、揚げるなどして焦げの風味、香ばしさを加える



### ④ 辛み

わさび、マスタード(からし)、カレー粉、しょうが など



### ⑤ 香り

ハーブ、スパイス、ごま、ごま油、にんにく、しそ、みょうが など



管理栄養士、調理師を  
目指したきっかけは?

山本 食べるのが大好きだったので(笑)。食事は一生付き合っ

ていくものですから、せっかくならどんな食材が体にいいのか、どんな調理法があるのかを知りたくて勉強するようになりました。

朝妻 私と同じです。衣食住は生活に欠かせないもの。その仕事に携わり、誰かの役に立ちたいと思いました。

稲月 調理師はもつと食べるのが好きな人がなっていると聞いています(笑)。食べたいから作る、食べるならおいしいものを作りたい。そこから調理師を目指しました。

毎日およそ400床分の食事を作っているそうですが、どのように調理されているのでしょうか?

稲月 栄養士が献立を考え、私たち調理師が料理を作る。調理はポジション別に分担作業を行い、コミュニケーションを取りながら進行します。数が多いので様子を見てサポートし合います。患者さんからの要望等を反映し、常にアップデートしながら作業しています。

山本 決められた栄養量の基本献立を作成していますが、個々の入院患者さんに合わせて栄養管理を行い、個人対応も行っています。

朝妻 食欲不振の患者さんがいらっしゃれば、病室にお伺いし、「のど通りの良いものが食べたい」と要望があれば、時に調理師に一人分の茶碗蒸しの調理をお願いすることもあります。

毎食ごとに

状況が変わるのですね

山本 当院は診療科が多いため、それに合わせて食事の種類もたくさんあります。例えば、乳幼児の食事であれば、その年齢に合わせた基本献立だけで7種類。食物アレルギーがあれば、個別に対応もします。

朝妻 当院は急性期病院のため、入院による食数の変動が大きいのも特徴です。昨日発注していなかった一人分のある食種が緊急入院により、提供しなければならぬことも多々あります。

山本 その場合、管理栄養士が献立を作成しますが、臨機応変に対応して下さる調理師の皆さんに毎日助けられています。個人対応も多し中、手作りにこだわっていることは自慢できることだと思います。

稲月 レトルト食品はほぼ使わず手作りで調理しているので、本当においしいと思いますよ。



「福祉・介護・健康フェア2018」で減塩レシピを披露。減塩食の料理コンクールで優勝した実績を持つ栄養士の講演に多くの方が耳を傾けました。今年は11月17日(日)開催予定。イベントの詳細はP10をご覧ください。

もっと知ってほしい済生会新潟のこと

2019 Cheers Story vol.56

優しく寄り添い、支えてくれる食事のプロ

**栄養科**

管理栄養士 山本 渚	管理栄養士 朝妻 愛	調理師 稲月 弘子
---------------	---------------	--------------

特集

# 食後の何気ない感想が 新メニューになることも

仕事上でいつも  
心掛けていることは？

**稲月** 安全でおいしいものを作る。それに尽きます。

**山本** 本当にそうですよね。おいしい給食の提供は当然ですが、何かしら疾患を抱えた患者さんであることを考えると衛生管理はとても重要です。

**朝妻** 以前、患者さんから「お寿司が食べたい」と言われた時は困っちゃいましたけど(笑)。生ものは病院では出せないのです。

**稲月** 気持ちに寄り添っていきたくけれど、制限や安全性を考えると難しい部分もありますよね。

**山本** 嗜好調査を行った際、たくさんの方からラーメンの希望が挙がりました。麺が伸びるし、熱々を出すことも難しく



提供できていなかったのですが、調理師のアドバイスをもらいながら実現に至りました。

今となつては定着しましたが、それまでは葛藤の日々でした。栄養面で栄養士は譲れないものがあるし、調理師としては美味しいものを出したいですから。大量調理という面では、患者さんへの想いを実現するためには調理師の意見をなくして献立は立てられないです。

**稲月** 患者さんの声を聞いてくれるのは栄養士の皆さん。お互いを信頼し合えないとできない仕事です。

**山本** 給食に表現される季節感もぜひ注目していただきたいですね。旬の食材を取り入れるのももちろん、毎月の行事食にも力を入れています。



行事食アラカルト



# おいしく健康的な食事 で充実した毎日を

料理教室や食生活改善の  
講演も行っているようですね

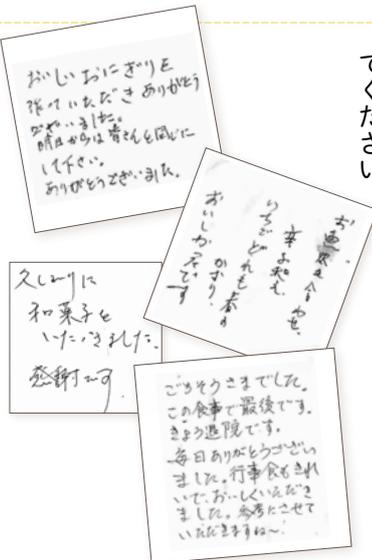
**山本** 毎年行われる「福祉・介護・健康フェア」など、定期的に参加しています。昨年は減塩食の料理コンクールで優勝した際の献立と減塩のコツを交えながら試食をしていただきました。今年は初めて栄養科オリジナル企画として料理教室を開催しています。血圧が高めの方だけでなく、多くの方に知っていただきたい食事のコツが満載です。

**朝妻** 減塩でもおいしい薄味のコツ(P3掲載)は病院給食でも実践しているものです。ご家庭でも取り入れてみてください。

**稲月** 料理教室を行うことで、普段は表に出ることのない調理師が活躍の場を広げるいきつかけになりました。今後も定期的に行いたいですね。

患者さんへメッセージを  
お願いします

**稲月** 私たち調理師は、患者さんの声が届きにくい場所にいます。が、病棟訪問に行った栄養士から耳にしたり、たまに食札に感想を書いてくださる方もいらっしゃいます。いいことも、悪いことも、ぜひ教えてください。



**朝妻** どんな些細なことでも、栄養士にお声がけください。ご家族の方がご家庭で作る料理など、退院後のサポートも可能です。

**山本** 医師、看護師、他の部署も含め、全体で情報を共有しながら患者さんの要望に寄り添っていきたくて考えています。皆さんからの「おいしい」が、最高の褒め言葉です。

(聞き手/松永春香)



交代制で切り盛りしています!

おはようございます

朝食



AM5:00~朝食作成開始→AM8:30~病棟へ配膳



AM9:00~昼食作成開始

かぶ蟹あんかけ

回転釜という鍋で作ります!



カレー味とゴマ味の2種類を揚げます

魚と豆腐の二色揚げ



〈選択食〉天重

「ティルティンパン」という給食施設・飲食店など、大量の料理をする業務用の多目的調理機で茄子・しし唐・えびの天ぷらを揚げます!



選択食とは

常食の患者さんを対象に週に5回、朝と昼の食事を選択できるシステムです。

Daily Schedule  
調理室のある一日

“給食”はこうやってできている!



管理栄養士  
山本 渚

管理栄養士  
朝妻 愛

調理師  
稲月 弘子

常食MENU

かぶ蟹あんかけ

魚と豆腐の二色揚げ

ご飯  
ナムル  
デザート  
(オレンジ)



選択食MENU

天重

ナムル  
デザート  
(オレンジ)



昼食



10:00~野菜の仕込み業務(当日夕食と翌朝・昼食分)

ミートローフ(夕食分)



※仕込み室での作業となります

内容が合っているか確認してから配膳車へ入れます



11:15~配膳作業



配膳専用のベルトコンベアで配膳



11:45~病棟配膳

病棟へ配膳しま〜す!



回転釜ってこんなに大きい!!



ミートローフの肉をこねて形成します。約10kgの豚ひき肉!

夕食



14:30~夕食作成

ビーンズサラダ



くるみ和え



17:30~病棟配膳

夕食MENU

ご飯/スープ  
ミートローフ  
ビーンズサラダ  
くるみ和え



お疲れ様でした!



18:45業務終了



# Medical レシピ 今月のわんふれーど

●監修● 栄養科 朝妻 愛  
Photographer : takayuki KUWABARA (creaBOX)

## 秋の 減塩

### クリームパスタ

食欲の秋ですね。  
食欲が増して食量が増えると、  
1日の食塩摂取量も  
増加してしまいます。  
さらに、減塩のポイントは  
良く耳にしますが、実際に  
どうやって調理すればいいか  
わからない…なんてことも多いのでは。  
そこで今回は、秋の味覚を使用し、  
減塩ポイントを盛り込んだ  
秋のクリームパスタをご紹介します。



栄養量 (1人分)			
エネルギー	535 kcal	炭水化物	74.9g
たんぱく質	31.7g	脂 質	11.5g
塩 分	0.8g		

材料 (2人分)

- スパゲッティ…2束(140g)
- 生鮭…中2切れ
- 小麦粉…大さじ1/2
- 玉ねぎ…1/2個
- しいたけ…中2個
- しめじ…1/2袋
- アスパラ…2本
- 塩 ……0.3g
- オリーブオイル ……大さじ1
- レモン果汁 ……大さじ2
- 牛乳…1カップ
- こんぶ茶 ……小さじ2
- にんにく ……1かけ
- こしょう ……少々



- 〈飾り用〉
- レモン ……1/2個
  - ミニトマト…適量

昆布茶には食塩が入っているため、飲み物として摂取する場合には飲みすぎに気を付けましょう



### 作り方

- 1 スパゲッティを茹でる
- 2 玉ねぎ、にんにくをみじん切りに、しいたけは細切りにする。しめじは石づきを取る。アスパラは長さを3等分にし、太いものは縦に2等分にする
- 3 フライパンにオリーブオイル1/2とにんにくを入れて熱し、玉ねぎを炒める。色がついてきたらしいたけ、しめじを入れてさらに炒め、一旦取り出す
- 4 鮭を大きめに切り小麦粉をまぶす。オリーブオイル1/2を熱しフライパンで焼き目が付くまで焼く
- 5 ③とアスパラ、塩を加え、牛乳、こんぶ茶を入れ、ひと煮立ちさせる
- 6 茹でたスパゲッティとレモン汁を加え、輪切りのレモンと半分に切ったミニトマトを添え、盛り付ける。お好みでこしょうを入れる



**このレシピのポイント**

- ★レモンの酸味や、きのここんぶ茶のうま味、玉ねぎの甘み、牛乳のコクで減塩でも物足りなさを感ぜないパスタに仕上がります。



チアーズボイス



皆様からいただいたご意見の中から  
「患者の声(アドボカシー)相談室」より  
お礼の言葉をご紹介します

栄養科への  
お礼の言葉をご紹介します

**治**療食を食べています。当然ながら味に変化がなく、抗がん剤、放射線の副作用で食欲不振に陥っていました。身体や治療の事に



考えると、なんとものなるな  
いとは思った  
のですが、管理栄養士さんの相談したところ、彼女は食べられそうなものをメモし、さっそく

翌日の朝食から果物が付くなど色々工夫してもらい、大変感謝しています。こんなにすぐに対応していただけるとは思いませんでした。ありがとうございました。

**毎**食、美味しい工夫された病院食をありがとうございました。選べる昼食メニュー、喜んで食べていました。大変お世話になりました。

患者さんからご意見やご要望をお寄せいただくために『ご意見箱』を外来2箇所(1番おしほらい窓口脇、B棟エレベータ脇のCT室待合付近)、B棟2階エレベーター前、及び各病棟デイルームに設置しています。また患者の声相談室(A棟1階)では専任の医療ソーシャルワーカーが直接ご意見をお聴きしています。病院が少しでも利用しやすくなるよう取り組んでいますので、お気づきの点などありましたら何なりとお知らせください。



Information!  
ご意見箱について



**Q** 患者には、自分のカルテの開示を求める権利があると聞きました。どのような手続きをとれば良いのですか？また費用はいくらですか？

**A** 当院の場合、カルテ(診療録)の開示に際しましては「個人情報開示請求書」に必要事項を記入・捺印し、「患者の声相談室」へ提出していただきます。その際、身分証明書での本人確認が必要となります。その後、15日以内に開示ができるかどうかを決定し、閲覧もしくは複写(コピー)をお渡しいたします。

費用につきましては下記の通りですので、ご参照ください。

なお、ご不明な点等ございましたらお気軽に【患者の声相談室】までお問い合わせください。

「個人情報開示請求書」は当院のホームページからダウンロードできます。

区分		費用(税別)	
開示手数料		一律	2,000円
用紙複写	白黒	1枚につき	10円
	カラー	1枚につき	50円
X線写真等画像(CD-R)		1枚につき	3,000円
その他			実費



A5 病棟 看護師 戸田 成美さん

title | ライブの醍醐味

戸田看護師から  
バトンタッチ  
A5病棟 看護師

今回は

吉田 水緒さん

同じ病棟で日々お世話になって  
いる先輩です。いつも穏やかで  
優しく周りの方に頼りにされて  
います。年も近く、仕事のことも  
プライベートのこともなんでも話  
せる大好きな先輩です。いつも  
ありがとうございます。これから  
もよろしくをお願いします！

**私** の生活で欠かせないのが音楽です。  
特に邦ロックが大好きで、休日はライブに行くことが楽しみの一つに  
なっています。音楽で普段は繋がりのない人たちが一つになる瞬間が楽しく、  
頑張る気力を貰うことができます。

また会場に行くと、普段は住んでいる場所が遠くて会えない友達と交流する  
こともできます。色々な人の優しさを感じる場面も多くあり、各地方で会える友  
達との思い出も大切なものばかりです。

私ごとですが入職して今年で3年になりました。あつという間に過ぎていっ  
てしまう毎日ですが、周りの人から助けをもらいながら仕事ができていると感じ  
ています。人にしてもらった優しさを周りへ返せるように、日々の努力を惜しま  
ず頑張っていきたいと思います。

## 入退職医師のご紹介

### 新任医師

10月付けで1名の医師が着任しました。

整形外科



よしだ けん  
吉田 謙  
専門分野  
整形一般

早期社会復帰のため尽力致します。

### 退職医師

9月末をもって1名の医師が  
当院を退職しました。

整形外科

添野 竜也

## がん等で長期療養中の方へ

### 仕事と治療の両立支援

**当** 院では、9月に「ハローワーク新潟」と「産業保健センター」  
と就労に関する協定を結びました。ハローワーク新潟か  
らは、専門の『就職支援ナビゲーター』による  
出張相談があります。症状や、通院状  
況に配慮した求人を一緒に探してくれま  
す。また、産業保健センターでは復職に対  
する不安等、病気になりながらも仕事を続  
けていけるように相談に応じてくれます。



### ハローワーク新潟による出張相談

- 相談日時 毎月第3金曜日 14:00 ~ 15:00
- 場 所 当院 B棟2階 がん相談支援室
- お問合せ がん相談支援室まで



秋のイベント・レポート

MUSIC IN SAISEIKAI

Report

毎年恒例、秋の院内コンサート

ミュージック・イン・済生会を開催しました

9月29日(日)



秋

の寒さを感じ始めた9月29日(日)、当院正面玄関待合ホールにて「ミュージック・イン・済生会」を行いました。このイベントは年に一度、患者さんに心のやすらぎを提供できればと開催しています。当日は100名以上の方にご来場いただきました。

今年度は、プロのチェリスト前田美華さん、ピアニスト中村哲子さんをお招きしました。お二人は西新潟

中央病院や新潟大学医学総合病院などでも演奏経験があり、当院の演奏も快く引き受けてくださいました。また、前田さんのチェロスクールに通われているお子さん4名も参加され、楽器や曲の紹介を交えながら演奏し、その堂々とした姿と心温まる音色に感動しました。全9曲、いずれも圧巻の演奏で、会場

全体を包み込む音色に魅了されました。

古侯看護部長の閉会の挨拶で「五臓六腑に染み渡る演奏」という言葉があり、多くの患者さんが頷かれていました。入院患者さん、

スタッフ一同の

心の癒しとなる演奏でした。



前田さん、中村さん、ジュニアゲストの皆さん、素晴らしい演奏をありがとうございました。

(行事委員会)

〈院内コンサート部会事務局

星野)





Report

# A6病棟(回復期リハビリテーション病棟)で アクティビティを行いました

9月1日(日)

## 当

院の回復期リハビリ  
テーション病棟では、

患者さんの活動性の向上、  
並びに認知機能の保持・向  
上を目的に、リハビリがお  
休みの土日祝日にアクティ  
ビティを行なっています。

今回は、スペシャルイベン  
トとして『土佐まり子モダ  
ンバレエ研究所』の皆さん  
にボランティアでパフォーマンス  
を披露していただきま  
した。

小さなキッズ  
ダンサーの演技  
はとても可愛  
らしく、中学生  
から社会人のお  
姉さんダンサー  
の演技は可憐  
でそしてダイナ  
ミック、圧巻のパ  
フォーマンスで  
した。

このようなパ  
フォーマンスを  
観たのは初めて  
という方も多  
く、患者さんや  
ご家族からは  
「とても楽しかつ  
た」という嬉し



い言葉が多く聞かれていま  
す。

病棟の特性上、入院が長  
期に渡る患者さんも多いで  
すが、日々のリハビリに意欲  
的に向かうためのパワーを  
たくさんもらうことができ  
ました。

今後もこのようなイベン  
トを企画していきたいと思  
いますので、他病棟の患者さ  
んもぜひご参加ください。  
(A6病棟看護師 今井容子)

### ●開催日

11月17日(日)  
9:30 ~ 16:30

### ●会場

朱鷺メッセ  
ウエーブマーケットほか  
(新潟市中央区万代島6番1号)

**入場無料**

### ●主催

新潟日報社・新潟県社会福祉協議会・  
新潟市社会福祉協議会



## 学び・体験・感動！生活を豊かにする総合イベント 福祉・介護・健康フェア2019に

### 今年も参加いたします！

「済 生会ブースでは『パ  
ネル展示』をする他、  
『健康クイズコーナー』や  
『コスプレコーナー』など、  
様々な企画を行う予定で  
す。さらに当院の認定看護  
師チームもブースを構え、  
健康増進・予防のためのク  
イズを出題いたします。正  
解数に応じてさまざまな景  
品をご用意！フェアにご来  
場の際は是非当院ブースに  
お立ち寄り下さい☆



イベント詳細は  
こちらから  
ご覧ください



福祉・介護・健康フェア



## 内科、呼吸器内科、外科、整形外科 ポートクリニック好生堂(北区)



医師名	渡邊 脩 (わたなべしゅう)先生 渡邊 伸 (わたなべしん)先生						
住 所	〒950-3125 新潟市北区松浜本町4-1-12						
電 話	025-259-2654						
診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:30	○	○	○	○	○	○*	—
15:00～18:00	○	○	—	○*	○	—	—



\*内科は木曜日午後休み ※第3土曜日は休診

充実させました。空港通りの松浜橋のもとに位置し、広大な阿賀野川が見渡せ、飛行機が行き来するこの場所は、待合室や2階から眺めると、自然あふれる風景に、非常に心が浄化されます。

当 医院は、以前の医院の隣に場所を移し、今年3月にリニューアルいたしました。院長の渡邊脩(外科・整形外科)に副院長の渡邊伸(内科・呼吸器内科)が加わり、いままでのリハビリ機器はそのままだに、新たにCTや呼吸器機器を



まざまな楽しいイベントも満載で、活気のある済生会新潟病院さんと連携させていただき、当院も色々なことに挑戦、成長し、皆さまに喜ばれるような医院になるよう努力していきます。

空港通り沿いから直接入れる20台以上の駐車スペースもあり、毎月2と7のつく日は松浜市が開催されているので、診察ついでに新鮮な野菜やお魚などを購入することもいかがでしょうか。医療はもちろん、さまざまな楽しいイベントも満載で、活気のある済生会新潟病院さんと連携させていただき、当院も色々なことに挑戦、成長し、皆さまに喜ばれるような医院になるよう努力していきます。

連携医療機関(登録医・病院)からのご紹介・ご予約について

当院 地域医療連携室までご連絡ください

TEL.025-233-6182(直通) FAX.025-231-5763

※平日8:30～17:00(土・日・祝日を除きます)  
※患者さんからの予約はお取りしておりませんのでご了承ください。

また、当院は地域の医療人を育成することにも力を入れています。教育研修センターは医学生や看護師、その他コメディカル学科の学生の実習受入窓口としての機能も持っています。毎年



こうした研修を行うことで、職員一人一人の力が開花し、職場一丸となって、患者さん、地域の方、就職活動中の方を惹きつける病院へと導いていけたらと考えて仕事をしています。

教育研修センターは患者さんとは直接関わることの少ない部署ですが、人材育成を通して「地域に愛される病院」を作るために日々努力してまいります。どうぞよろしく願いたします。



### 職 | 場 | 訪 | 問 |

院内で頑張るスタッフがざらり

## 教育研修センター

林史佳

教育研修センターは、主に職員の研修を企画、運営している部署です。看護職員のための技術的な研修や、全職員共通の病院運営に関する研修、社会人に必要な学びを深める研修など、様々な研修を行っています。

たくさんの方が実習に来ていますが、院内で見かけた時は温かく見守っていただきますようお願いいたします。



こころ 躍る 毎日を。

11/13(水)、14(木)はUCS・ユニコカード会員様を対象とした「特別ご招待会」を開催いたします!  
 当日はUCS・ユニコカードでのお支払いで割引特別価格にてご奉仕いたします。

**毎週火曜日は火曜特売!!**

毎週日曜日は UCSカード  
ユニコカード  
お支払で **ポイント2倍デー!!**

毎月9・19・29日は UCSカード または ユニコカード での  
**お支払いで、さらに5%OFF!!**

※食料品売場(日用品・ペット用品含む)・A to Z化粧品コーナー・カウンセリング化粧品コーナー・ゲーム機本体及び専門店は除外となります。  
 ※当日、UCSカードまたはユニコカード入会のお客様も5%OFFが受けられます。

**アピタ新潟西店** 電話 **025-201-1711** 新潟市西区小新5丁目7番21号



**共創未来 寺地薬局**

【営業時間】  
 ・09:00 ~ 18:30 (月・火・水・木・金)  
 ・08:30 ~ 12:30 (土)  
 【定休日】  
 ・日曜、祝日  
 ※済生会新潟病院正面玄関を出てすぐにございます。

【店舗変更のお知らせ】  
 全快堂薬局 寺地店 → 共創未来 寺地薬局




【在宅医療 薬剤師訪問】  
 薬に関する悩み・疑問の解決に加えて  
 点滴等の無菌製剤にも対応しております。



なでしこチアーズ  
**Cheers!**

当院HPよりバックナンバーもご覧いただけます。

医療連携機関マップ  
<http://saiseikaidaini-renkei.jp>

病院ホームページ  
<http://www.ngt.saiseikai.or.jp>

地域医療支援病院 臨床研修病院 災害拠点病院 赤ちゃんにやさしい病院

 **社会福祉法人 恩賜財団 済生会 済生会新潟病院**

〒950-1104 新潟県新潟市西区寺地280-7 TEL.025-233-6161(代) FAX.025-233-8880

こちらも  
注目



「済生会新潟病院」の **facebook** 好評稼働中!