

ホッとCLUB・ルーキーズ

当院看護部では平成20年度より、「ホッとCLUB・ルーキーズ」を行っています。臨床現場にとって新人ナースは、毎年期待の星であり宝物です。そんな新人達に向けて「ルーキーズ」とネーミングし、中央と現場一丸となって教育に取り組んでいます。

【IMSグループ看護部生涯教育体制】



各病院・施設内のみの教育にとどまらず、本部や施設間で協力し合い多彩な学習ニーズに対応しています。さらに平成23年度からは厚生労働省より公表された「新人看護職研修ガイドライン」に対応した教育体制「アイナスプログラム」を整備し、新人看護職員教育体制を強化しました。

IMSグループからのお知らせ

医療・介護のことでお悩みはありませんか？

IMSグループイムス総合サービスセンターが、みなさまからの医療・介護のご相談をお受けいたします。詳しくはホームページをご覧ください。

☎ 03-3989-1141 (代表)
受付時間平日8:30~17:30 土曜日8:30~12:30
(日祝・年末年始休み)

☎ 0800-800-1632
※「050」からはじまるIP電話および国際電話からはご利用いただけません。

イムス総合サービスセンター<http://www.ims.gr.jp/gscenter/>

〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-21-11 オーク池袋ビルディング8F

広報誌につきましたのお問い合わせ・ご意見・ご要望等は、病院代表電話 ☎047-345-1111より **地域医療推進室** までお願い申し上げます。
担当：新松戸中央総合病院 地域医療推進室

診療科目

内科、腎臓内科、血液内科、循環器内科、神経内科、泌尿器科、外科(消化器病センター)、消化器・肝臓内科(消化器病センター)、脳神経外科、整形外科、形成外科、心臓血管外科、眼科、小児科、皮膚科、耳鼻咽喉科、救急科、健診科、

受付

午前 7:30~12:00 午後 12:00~17:00

診療開始時間

午前 9:00~ 午後 14:00~

アクセス方法

J R東京駅から45分/J R上野駅から35分/東京メトロ大手町駅から40分/J R常磐線各駅停車(東京メトロ千代田線)/J R武蔵野線『新松戸駅』、流山電鉄『幸谷駅』から徒歩3分



Mission

全ての心と身体を患う人々に、健康の回復と安寧を図り人類の繁栄を支える

Vision

グループを代表する看護を実践し、看護力で1番の看護師集団となる



Value

- 私たちは、安心・安全な看護を提供します
- 私たちは、心の通じ合う看護を提供します
- 私たちは、誠実に対応します
- 私たちは、親切丁寧に説明します



新人ナースにとって緊張の強い4~5月は週1回、16時から17時半に集まり、師長のアイデアで、癒しをテーマにアロマやガーデニングなどに取り組みます。ホッとできるようお茶を淹れて飲んだり、語りの中から自分を見つめなおしたりする場面もありました。

仲間や先輩、上司の支えの中みるみる成長を見せる新人ナース。一人ひとりが、人としてそしてプロとして成長していけるように全力でサポートしたいと考えています。「ルーキーズ」の夢が叶うのが私たちの夢でもあるのです。

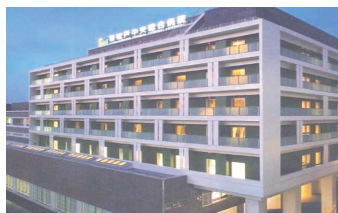


松戸写真館



『松戸にきれいな
お花が咲きました!!』
～色とりどりのお花に囲まれて、心安らぎます～
ペンネーム オオイズミさま

《お写真募集》只今当コーナーでは、松戸をテーマにした写真を募集しています。松戸に関わるものであれば、人・風景・動物など何でも結構です。読者の皆さまの応募を心よりお待ちしております。 担当：地域医療推進



IMS(イムス)グループ医療法人財団明理会
新松戸中央総合病院
〒270-0034
千葉県松戸市新松戸1-380
☎047-345-1111(代)
<http://www.ims.gr.jp/shinmatsudo/>
平成28年7月発行 地域医療推進室

PLAZA IMS

新松戸中央総合病院 ～高度な医療で愛し愛される病院～

あ じ さ い ね っ と

Vol.13

『家族の結びつき』が花言葉である【あじさい】 地域の皆様との結びつきを大切にする広報誌です

看護部 インフォメーション

看護部長ご挨拶

もくじ

P1

■看護部インフォメーション
看護部長ご挨拶

P2-3

■栄養科健康レシピ
《夏バテ防止メニュー》
■地域の医療機関情報
新松戸ハートクリニック

P4

■ホッとCLUB
ルーキーズ
■松戸写真館



新松戸中央総合病院
看護部長
山崎 浩子



二〇一六年三月よりお世話になっております、看護部の山崎 浩子と申します。

「高度な医療で愛し愛される」理念のもと、地域の皆さまの健康促進に寄り添えるよう努める所存でございます。

新松戸中央総合病院が、地域とともに歩み続けて三〇有余年…。医療・介護ニーズの高まりと在宅医療が推進される中、私たち看護職には、お一人おひとりの健康状態や治療内容を理解して的確に介入したり、また、どのような環境にあってもその方らしく暮らすことをサポートしたり…、「いのち」と「暮らし」両方の視点でのサービス提供が課題と考えております。

緊急医療が必要とされ、お悩みや辛さを抱える患者さま、ご家族様の安心・安全を第一にして、ご期待にお応えするべく、職員一丸となって研鑽してまいります。

皆さまが住み慣れたこの新松戸で、笑顔穏やかに暮らせることを共に願い、これからも取り組んでまいります。関係各所の皆さまにも是非、お力をお貸しいただければと思いますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

お 問 い 合 わ せ 先

救急診療は24時間365日対応

患者さん

病院代表電話【047-345-1111】まで

医療機関の方

地域医療連携室まで

栄 養 科 健 康 レ シ ピ

当院栄養科では、入院時の安心・安全な食事の提供を目標にした給食管理と、患者さんの疾病に対する食事療法・食生活の改善および予防に関する栄養管理を行っています。
またNST(栄養サポート)活動や健康教室なども行っています。



夏バテ防止メニュー



栄養士 森 有里沙



材 料 (1人前)

- ・スパゲティー(乾) 80g
- ・レモン汁 小1(5g)
- ・オリーブオイル 小2(10g)
- ・塩 少々(0.3g)
- ・こしょう 少々(0.01g)
- ・めんつゆ(三倍濃縮) 大1(15g)
- ・ニンニク 少々(1g)
- ・きゅうり 1/4本(30g)
- ・おくら 2本(20g)
- ・トマト 1切(30g)
- ・レタス 1枚(20g)
- ・しそ 3枚(2g)
- ・スモークサーモン 3切(30g)

ポイント

- ★旬の野菜は「安い」「美味しい」「栄養価が高い」と良いことづくめです。
- ★**トマト**は強力な抗酸化作用で体を元気にしてくれるといわれる、リコピン、βカロテン、ビタミンCが多く含まれていて、夏バテの原因である栄養不足を予防してくれる効果があります。
- ★スパゲティーを茹でる以外は火を使わないので、簡単に作ることができます。

■ 作り方 ■

- ①きゅうり、おくら、トマト、スモークサーモンは1口大、しそは荒みじん切り、レタスは食べやすい大きさにちぎる。
- ②スパゲティーを茹でて冷水に入れてよく冷やす。十分に冷えたら水気を切りAと混ぜ合わせる。
- ③レタスはお皿に広げ、レタス以外の野菜と①を混ぜ、レタスの上に盛り付ける。サーモンは上にちらすようにする。

● 栄養量 ● 1人前

エネルギー 481kcal
糖質 61.3g
脂質 13.4g
タンパク質 21.0g
塩分 1.9g

ポイント

- ★**コーン**に多く含まれる「ビタミンB群」は、エネルギーの代謝に大きくかわる栄養素であり暑い夏を乗り切るエネルギー補給につながります。
- ★**ささみ**を電子レンジで加熱する方法
ささみに軽く料理酒(又は日本酒)を振りラップに包んで600Wのレンジで2〜3分程加熱する。

● 栄養量 ● 1人前

エネルギー 106kcal
糖質 4.7g
脂質 4.5g
タンパク質 9.9g
塩分 0.5g

材 料 (1人前)

- ・ささみ 1/2本(30g)
- ・コーン缶 大1(15g)
- ・冷凍枝豆 大1(15g)
- ・マヨネーズ 小1(5g)
- ・ポン酢 小1(5g)

ささみとコーンの和え物



■ 作り方 ■

- ①ささみを茹で、粗熱がとれたら食べやすい大きさにほぐし、冷やしておく。枝豆は解凍しておく。
- ②マヨネーズとポン酢、ささみをよく混ぜ合わせてからコーンと枝豆を入れてさっと混ぜる。

なすの梅肉和え



材 料 (1人前)

- ・なす 1/2本(30g)
- ・みょうが 5g
- ・梅干し 少々(3g)
- ・醤油 少々(1g)
- ・酢 少々(1g)

ポイント

- ★**梅干し**に含まれる「クエン酸」には、疲れの原因となる乳酸を抑える働きがあります。
- ★夏バテで食欲がなくても**梅干し**の酸味でさっぱり食べられます。

● 栄養量 ● 1人前

エネルギー 8kcal
糖質 1.1g
脂質 0.1g
タンパク質 0.3g
塩分 0.3g

■ 作り方 ■

- ①なすは半月切りにして600Wのレンジで1分間加熱する。みょうがは千切りにし、梅干しは種を取って刻んでおく。
- ②なすの粗熱が取れたら、みょうがと梅干し、醤油、酢と混ぜ合わせる。

ポイント

- ★**ヨーグルト**に多く含まれるビフィス菌は、腸内環境を整え腸の免疫力をUPし、便秘、下痢を改善してくれます。
- ★**ブルーベリー**には視覚機能を改善させるアントシアニン、**イチゴ**には抗酸化作用のあるビタミンC、**バナナ**にはエネルギーの代謝に大きくかわるビタミンBが多く含まれています。

● 栄養量 ● 1人前

エネルギー 91kcal
糖質 27.5g
脂質 1.3g
タンパク質 4.2g
塩分 0.3g

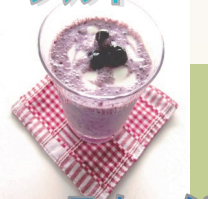
材 料 (1人前)

- ・ヨーグルト(加糖) 70g
- ・牛乳 大2(30g)
- ・冷凍ブルーベリー 50g
- (または冷凍イチゴ、冷凍バナナなど)

■ 作り方 ■

- ①材料を45秒から1分間ミキサーにかける。
- ②器に盛り付け、上にブルーベリーを飾る。

ヨーグルト



スムージー

地域の医療機関情報

連携医療機関のご紹介

当院では平成26年4月より、地域の医療機関の先生方と『連携医療機関登録医制度』の運営を開始いたしました。近隣の病床を持たない先生方に安心して診療

をしていただけるよう、院内に病床を準備しております。地域完結型医療を目指し、地域の医療機関と病診連携の充実に力をいれております。

医療法人社団 東京ハート会

新松戸ハートクリニック



〒270-0034
松戸市新松戸2-115-1松本ビル3階
☎ 047-374-4810
<http://www.tyo-heart.jp/shinmatudo/index.html>

標 榜 科	総合内科、循環器内科、消化器内科、禁煙外来、 プラセンタ・にんにく注射、育毛・ED外来
診 療 時 間	月曜～水曜、金曜 (午前) 9:00～12:30 (午後) 15:00～18:30 土曜 (午前) 9:00～12:30
休 診 日	木曜、土曜午後、日曜、祝祭日

«ホームドクターとして連携病院とのネットワークを生かした医療を目指します»

“よきかかりつけ医”を志す我々にとって地域連携はとても大切であると考え、責任を持って患者さんを診療していくには単なるクリニックレベルの診療ではなく大学病院にも匹敵するような内容で診療を行っていると自負しております。

当クリニックでは新松戸中央総合病院をはじめ、近隣の病院との地域連携も整い当院で施行できない各種検査(CT、MRI、大腸カメラ、核医学検査、血管造影検査、PET検査)は当クリニックから連携施設へ検査のみのダイレクト予約を行っており、結果説明も当院で専門医師が行うことを実現しております。

さとう かずひろ 佐藤 和弘 院長



略歴

旭川医科大学卒業後、東京女子医大、菊名記念病院などを経て「新松戸ハートクリニック」の院長として現在に至る。

資格・所属学会

日本循環器学会専門医

専門

内科全般、循環器内科