



チキンソテー 
~ラビゴットソース~

ポイント

ソースに使用したトマト、きゅうり、ピーマンは夏野菜です。野菜は旬の時期が一番栄養価が高くなり、値段も安く、何より美味しいということが魅力です。夏野菜は他にも、なす、かぼちゃ、とうもろこしなどがあります。ワインピネガーとは、ワインを酢酸発酵させてつくる果実酢のことです。一般的なお酢に比べて糖質が少なく、低カロリーであるのが特徴です。健康調味料とされ、疲労回復、高血圧予防などの効果があります。また、ラビゴットソースの「ラビゴット」とは、フランス語で元気を出させる回復させるという意味があります。夏バテしている方、元気が欲しい方はぜひ暑いこの時期に試してみてください。

《栄養表示(1人分)》

エネルギー	271kcal	炭水化物	4.7g
たんぱく質	17.3g	塩分	1.2g
脂質	19.2g		



* 材料(2人分) *

- ・チキンソテー
若鶏肉もも(皮つき)…200g
サラダ油…………… 小さじ1
食塩…………… 適量
黒こしょう…………… 少々
- ・ラビゴットソース
ミニトマト…………… 4個
たまねぎ…………… 1/8個
きゅうり…………… 1/4個
青ピーマン…………… 1/4個
固形コンソメ…………… 1/2個
(顆粒コンソメでも可)
水…………… 大さじ1
白ワインピネガー… 大さじ1
オリーブ油…………… 小さじ1
食塩…………… 適量

*** 作り方 ***

- ・チキンソテー
① 鶏肉は皮目にフォークで数か所穴をあけ、塩、黒こしょうを全体にすり込む。
② フライパンにサラダ油を熱し、皮面を下にして焼き色が付くまで焼く。
③ こんがり焼き色が付いたら裏返し、ふたをして5分程蒸し焼きにする。
- ・ラビゴットソース
① ミニトマト、玉ねぎ、ピーマン、きゅうりは5mm角程度の粗みじん切りにする。
② コンソメを分量の水に溶かしておく。
③ フライパンにオリーブオイルをひき、玉ねぎとピーマンをさっと炒め、②とワインピネガーを加えてひと煮立ちさせる。
④ 塩で味を整え、冷蔵庫で20分程冷やす。
⑤ ④が冷えたら、ミニトマトときゅうりを混ぜ合わせる。
⑥ 器に鶏肉をのせ、上からソースをかける。



栄養士
穴戸 梓

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IMS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・国際電話からはご利用いただけません。

IMS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

お写真大募集！読者の皆さまの応募を心よりお待ちしております！



【あが家の福寿草】
新松戸南 P.N.松戸花子さん

●松戸写真館●

2017

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(代表)



当院のホームページもぜひご覧ください

<http://www.ims.gr.jp/shinmatsudo/>

診療科目
内科 呼吸器内科 消化器・肝臓内科 循環器内科 血液内科 腎臓内科 神経内科
感染症内科 外科 心臓血管外科 乳腺外科 大腸肛門外科 呼吸器外科 整形外科
脳神経外科 形成外科 精神科 リウマチ科 小児科 皮膚科 泌尿器科 眼科
耳鼻咽喉科 放射線科 病理診断科 救急科 麻酔科
【専門センター】：消化器病センター 心臓血管センター 血液浄化センター

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 ~

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~



Vol.17

『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①

看護部長ご挨拶

もくじ

- 看護部インフォメーション①
- 看護部長ご挨拶
- 看護部インフォメーション②
- 特定行為研修の実習施設 『ほっとクアールキーズ』
- 連携医療機関のご案内
- 栄養科健康レシピ
- 松戸写真館

平成29年3月16日付にて埼玉県のエムス三芳総合病院より転勤してまいりました看護部長の廣瀬です。どうぞよろしくお願い申し上げます。

新松戸中央総合病院は、昭和54年4月218床の内科・外科・整形外科等の5診療科の地域の皆さまの病院としてスタートいたしました。

その後も地域医療に貢献すべく、増築・病院機能の改善を行い、平成25年9月には病床数333床、27診療科の病院としてフルオープンいたしました。特に東葛北部地区の基幹病院として、救急医療の充実から在宅医療まで、地域の皆さまのニーズに対応し、安心して生活して頂けるように高度な医療技術の提供をしていくことが当院の責務と考えております。

そのためには、熟練した知識や技術はもとより、心をこめて優しい看護を提供する「豊かな人間性」、優しい看護のために患者さんの気持ちや苦痛に近づく「観察力」、多くの部署と建設的な意見交換を行い協力し合うことが多いことから「協調性」、そして、最善の看護が提供できるように「向上心」が看護師に求められます。また、常に高いアンテナを張り、患者さんが何を求め、どのように感じているのかを非言語的コミュニケーションの中からも察し理解することも求められます。

人の「いのち」をこの手にうけ、その人のかけがえのない人生の一部分に近く寄り添える看護師は、自分自身を成長させてくれる素晴らしい仕事です。



看護部長
廣瀬 真由美

厚生労働省は2025年に超高齢化社会の到来へ向けて、地域完結型医療を実現すべく、病床数の削減や機能再編を軸に基準の厳格化へ舵が切られております。

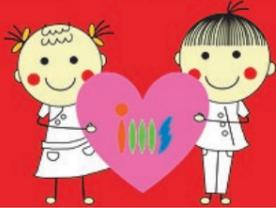
そこで、当院が求められていることは、「質の高い安全な医療・看護」を提供することにつきます。地域の皆さまの「その人らしい生活」を支援するために、私たち看護部は力を合わせて、信頼される看護の提供へ向けて努力してまいります。今後ともご指導、ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

看護師特定行為研修の実習施設

看護部

インフォメーション②

IMS(イムス)グループ
新松戸中央総合病院



平成27年10月より「特定行為に係る看護師の研修制度」がスタートしました。団塊世代が後期高齢者となる2025年に向けて、国は在宅医療などを推進していく方針ですが、一方で医療資源には限りがあることを踏まえ、必要な医療サービスをタイムリーに患者さんに提供するためには、チーム医療の一層の推進が欠かせません。

特に看護師については医師の判断を待たずに現場で一定の診療の補助を担う役割が求められています。在宅だけでなく、病棟やICUなどでも外来診療や

手術で慌ただしい医師の到着を待たずに看護師が患者さんの症状に合わせて必要な処置等を行うことができれば、患者さんへのメリットは大きいと言えます。

当院でも、2名の認定看護師(皮膚排泄ケア・透析看護)が特定行為研修修了へ向けて、研修を開始しました。皮膚排泄ケア認定看護師の荒川尚子看護師長は、「創傷管理関連」、透析看護認定看護師の小山由美看護主任は、「透析管理関連」の特定行為の研修を受講しています。2人の活躍により、看護全体のレベルアップを図り、チーム医療推進へ貢献することを期待しています。

特定行為研修の受講動機

老人保健施設へ褥瘡回診に行った際、壊死組織が付着しており、外科的処置を行うことで回復が早いと感じることが多々ありました。老人保健施設は外科医が不在なこともあり、タイムリーな処置ができないとき、「自分ができれば、早くよくなるのに…」との思いからです。



看護師長
荒川 尚子

透析治療を受ける患者さんは、不安定な状況になることもあります。



看護主任
小山 由美

その際、医師の直接的な診察がなくてもタイムリーな対応ができれば、患者さんは楽になると感じることがあり、患者さん一人ひとりの状態に合わせた透析の提供がしたいと考えたからです。

看護部教育

新人研修

平成29年度当院に入職した32名の看護師は、入職前研修・入職式を済ませ当院の仲間として新たな一歩を歩み出しました。入職式は緊張している様子ではありましたが、3年間もしくは4年間の学びを得て専門職となった表情は、凛としたものです。今のこの気持ちをいつまでも忘れずに、自ら気づき考え行動し自分の抱く看護の実現に向けて頑張りたいと思います。もちろん、その実現へ向けて看護部として全力で支援します。

その支援のひとつとして、看護部主任会が主催する新人看護師研修『ほっとクラブブルーキーズ』があります。新人看護師たちが少しでも不安なく臨床の現場に適應できるように、ほっとする時間を設けスポーツやレクリエーションを通して同期との情報共有や気分転換を図る目的で行っています。そして、看護部職員380名一致団結し「愛し愛される病院」を目指し、心こめて優しい看護が提供できるように前進してまいります。

★広報誌につきましてのお問い合わせは、病院代表電話 ☎047-345-1111 より

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。近隣医療機関の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、患者さんの住み慣れた地域で安心して医療が受けられるよう、病診連携の充実に力をいれております。

とくいずみ医院



	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00-12:00	●	●	-	●	●	●	●
午後 14:30-19:00	●	●	-	●	●	●	-

標榜科	内科 皮膚科 整形外科 小児科 胃腸科 循環器科
休診日	祝日 水曜日 日曜日午後

徳泉 治院長

専門医・認定資格
日本麻酔科学会
認定麻酔科専門医

徳泉 澄子 副院長

専門医・認定資格
日本内科学会認定医
循環器内科



【総合診療医療】とくいずみ医院

～健康面で不安なことがあればなんでも駆け込むことができる
頼れる存在として地域住民から信頼の厚いクリニック～

新松戸に開業して33年、現在の場所に移転してからも16年の歴史を誇る『とくいずみ医院』。地域に根差した医療を提供する一次医療機関にとって大切なことは、どんな症状を抱えた患者さんであってもまずは受け入れることにあると考えています。

徳泉 治院長

健康の基本は、当たり前のごとくですが、3食きちんと食べて夜は早く寝るといった規則正しい生活にあります。現在ではその当たり前のことを実践することが難しいのですが、病気の治療の努力よりも、かからない予防の努力が大切だということをもっと知っていただきたいです。

徳泉 澄子副院長

最近は生活習慣病も30代で発症する方が増えてきています。働き盛りの方はどうしても自分の健康管理を後回しにしがちですが、熱があるときには明日の心配をするのではなく、まずは治療することを考え、自分の健康にもっと気を配っていただきたいです。

ACCESS

新松戸駅前から伸びる大通り沿いに歩いて7分。ダイエーを越えすぐのところにあります。



【とくいずみ医院】 駐車場有(25台)
〒270-0034 松戸市新松戸3-6
TEL:047-345-6000
FAX:047-345-1161

★『ほっとクラブブルーキーズ』★



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