

## おうちにいる時間が長い時だからこそ 簡単レシピ ① ホットケーキミックスで簡単レーズンパン



焼きたて  
アツアツを  
お召し上がり  
下さい!

- 材料**
- ホットケーキミックス 150g
  - プレーンヨーグルト(無糖) 40g
  - 卵 1個
  - レーズン 大さじ2

- 作り方**
- 準備: オープンを180℃に予熱しておく。
- ① ボウルに卵とヨーグルトを入れて混ぜ合わせる。
  - ② ①とふるったホットケーキミックスをよく混ぜ合わせ、レーズンを加える。
  - ③ まな板の上に打ち粉用の薄力粉を振り、薄力粉をまぶしながら②を5等分に丸める。
  - ④ ③をクッキングシートを敷いた天板の上のせ、オーブンで14~16分焼く。
- ~膨らみ、焼き色がこんがりしたら完成です。~



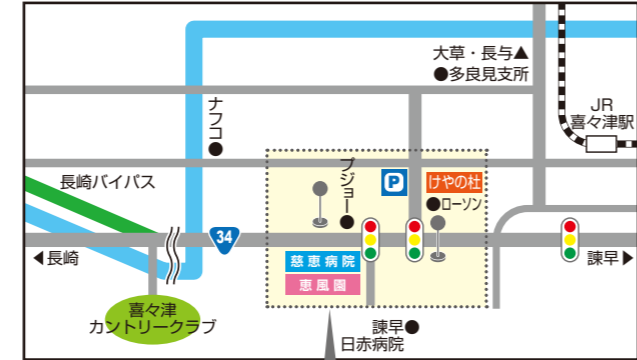
## 医療法人社団 淳生会のご案内

### 【施設概要】

- 医療法人社団淳生会 慈恵病院  
診察科目/内科(呼吸器・循環器・消化器)・外科・リハビリテーション科・放射線科・肛門科  
病床数/230床(療養病床・一般病床)  
ホームページ/ <http://jyunseikai-jikei.jp/>  
理事長/松本卓郎 院長/松本恵太  
連絡先/ Tel:0957-43-2115 Fax:0957-43-2193
- 慈恵病院 訪問看護ステーション  
連絡先/ Tel:0957-28-5511 Fax:0957-43-2193
- 慈恵病院 ケアマネジメントセンター  
連絡先/ Tel:0957-28-5533 Fax:0957-43-2193
- 慈恵病院 健康診断室  
連絡先/ Tel:0957-28-5001 Fax:0957-28-5008
- 介護老人保健施設 恵風園  
事業内容/短期入所生活介護・療養生活介護・訪問リハビリテーション  
定員数/入所100名・短期入所4名  
連絡先/ Tel:0957-43-2116 Fax:0957-43-2522
- 通所リハビリテーション 恵風園  
定員数/1日60名  
連絡先/ Tel:0957-43-1532 Fax:0957-43-2522
- グループホーム けやの杜  
連絡先/ Tel:0957-46-3301 Fax:0957-46-3302  
定員数/18名

**【ADDRESS】**  
〒859-0401 長崎県諫早市多良見町化屋 995 番地  
長崎県営バス「諫早日赤病院前」より徒歩1分  
JR「喜々津駅」より徒歩8分  
「多良見インター」より車で3分

**駐車場 無料**



淳生会



# 芽ぐみ通信

Megumi

2020年7月



Image photo

「新型コロナウイルス感染症対策のため、  
外来診療日時の予約受付を行っています」

- contents 1 慈恵病院 医療連携室を立ち上げました
- contents 2 私たちはこんな仕事をしています
- contents 3 簡単! 自宅でできる健康体操
- contents 4 オンライン面会を実施中!

淳生会は、V・ファーレン長崎を応援しています。

Quiz: 写真の中に★はいくつあるでしょうか? (答えは中面)

慈恵病院 医療連携室 ～新たな医療連携室を立ち上げました～

患者様により良い医療・介護サービスの提供ができるように、さらなる連携強化を目指し、新たに医療連携室を2020年4月に立ち上げました。医師・看護師・社会福祉士を中心に、外来・病棟・リハビリ・在宅部門等多職種スタッフがチームとして取り組んでいます。

業務内容

- 地域の医療機関や介護保険施設などからの入院相談受付・受け入れまでの調整
- 退院後の療養先に関する相談（施設の紹介、転退院調整、在宅サービスの紹介など）
- 介護保険、福祉制度に関する相談 ●転院・退院先担当者との連携など

入院相談の流れ 入院患者様の紹介・相談 → ご家族との面談 → 紹介元との受け入れ調整 → 入院

【お問い合わせ先】 慈恵病院 医療連携室

TEL0957-43-2115（代表）

FAX0957-43-2193

連携室直通携帯 080-8376-8866

【対応時間】 月～金 / 8:30～17:30

土 / 8:30～12:30

【担当者】 宮崎・吉谷・山下

新メンバー紹介



Question: ①職場の印象 ②好きな食べ物 ③趣味 ④今後の抱負

①みなさん優しく親切です。②えび、チーズ ③音楽を聴く、食べること、旅行 ④4月1日から入職しました。患者様やそのご家族に寄り添い、信頼していただけるような相談員を目指して頑張りたいです。社会人になったばかりで至らないこともあると思いますが、患者様やご家族により良い支援ができるように努めます。よろしくお願いします！

私たちはこんな仕事をしています。部署紹介コーナー

放射線科

当院では一般撮影装置（レントゲン装置）・透視装置（バリウム検査など）・CTなどの装置を用いて病気・怪我・病状の把握に必要な検査を診療放射線技師2名で行っております。患者様の状態に合わせた検査の方法・画像提供を日々考えながら業務を行っております。検査の内容・放射線に関して不安に思っていることなどがあれば、お気軽にお声掛けください。出来るだけわかりやすくお答えいたします。



◀GE社製 16列マルチスライスCT  
全身の撮影が可能で、最適な撮影条件で最良の画像を提供しています。



▼富士フィルムメディカル FPD  
従来の被ばく量を40%程度低減しながら、鮮明な画像を提供できるようになりました。



ステイホーム 簡単！自宅でできる健康体操 ～上肢編～ 主に、二の腕・肩回り・腹筋・背筋に効果的な運動です。

運動の前後には必ずストレッチを行いましょう！

タオルはたるまないようにしっかりと肘を伸ばして持ちましょう。毎日少しずつ続けることが大切です。自分のペースでゆっくりと行いましょう！

深呼吸をしましょう ゆっくりと3回

首回しをしましょう ぐるっと～前～うしろ～

ポイント！

それぞれ10回ずつ 1日3セットを 目安に行いましょう！

タオルの準備を！

体を前に曲げましょう。無理のないところまで

左右に動かしましょう。骨盤はそのまま！動かさない！

腕を前に伸ばしましょう 胸元から真っすくに！

バンザイをしましょう タオルはピンっと！背筋を伸ばして！

椅子に浅く座ることで、背筋がピン！として体幹も一緒に鍛えることができます！

おまけの体操  
バンザイをしてそのまま頭のうしろで肘を曲げましょう。背筋を伸ばして胸をしっかりと張りましょう。

7月より面会を再開しました。

7月より面会を再開しました。ホームページをご確認ください。また、「オンライン面会」も実施しています。長崎県外在住でご希望の方はホームページからご予約ください。恵風園でも、オンライン面会を実施しておりますので、担当者までお尋ねください。（担当：松武・林）



淳生会 秋祭り中止のご案内

例年9月に開催しておりました「淳生会秋祭り」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止とさせていただきます。楽しみにされていた皆様には、ご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。



★★★★★★ 表紙の Quiz の答えは、7つです。

