

デイサービス三輪だより

ランチをご紹介♪

デイサービス三輪では、オープンキッチンで調理した出来たてのお食事を提供しています。特に月1回のイベントランチは好評で、例として5月おとのランチ・6月手打ちうどん・7月七タランチをお楽しみいただきました。

写真共有SNSの『インスタグラム』にも掲載していますのでそちらもご覧ください。

< 感染予防の為、パーテーションの使用や「密」にならない様配慮をしています。>



おとのランチ



手打ちうどん



七タランチ

※お知らせ・・・今秋のバザーはコロナウイルス感染拡大防止にむけ中止にさせて頂きます。

10 材料 (1人分: 茶碗1杯)
370kcal
170円

きのこと鮭缶の炊き込みごはん

材料

* 下記の量は米3合分の
分量です。 *

米 3合
しめじ 1P (100g)
舞茸 1P (100g)
サラダ油 大さじ1/2杯
めんつゆA 大さじ1杯
鮭水煮缶 1缶 (180g)
人参 1/2本
生姜 1かけ
めんつゆ 大さじ3杯
鮭缶の汁
水

★めんつゆ、鮭缶の汁を
入れて通常の3合分の
水分量にします。

作りかた

- ① 米を研ぎ30分ほど水に浸ける。
- ② しめじ、舞茸は小さめにほぐし、人参、生姜は千切りにする。
- ③ しめじ、舞茸はサラダ油で炒め、めんつゆAで下味をつける。
- ④ 炊飯器の釜に米、人参、生姜、③を入れ、Bを加え軽くかき混ぜて炊く。
- ⑤ 炊きあがいたら鮭缶の身を加え、崩れ過ぎない程度に混ぜて完成。



栄養メモ

- 鮭缶**には注目したい栄養素が豊富です。
- ・DHA：脳の働きを高める効果と免疫力を上げる効果があります。
 - ・EPA：中性脂肪を減らして生活習慣病予防の効果があります。
 - ・アスタキサンチン：強力な抗酸化作用があり体の老化を防ぐ効果があります。
- きのこと**は種類によって様々な効果が期待できます。お好みでアレンジしてみましょう。
- ・しいたけ：脳の老化防止、動脈硬化予防、抗がん作用、骨粗しょう症の予防。
 - ・舞茸：肌あれ改善・防止、免疫力アップ。
 - ・エリンギ：便秘・むくみ解消、中性脂肪の吸収を抑える。
 - ・ぶなしめじ：二日酔い改善。
 - ・えのき：疲労回復、ストレスを和らげる。

編集後記

暑さの厳しかった夏も終わり過ごしやすい日々となりました。新型コロナウイルス感染症の感染者数は減りつつありますがまだまだ油断できない状況が続いております。当院としてもワクチン接種や発熱外来等を継続し、地域住民の方が安心して生活できる環境作りに貢献していきたいと考えております。

広報委員 (お問い合わせは 044-987-1312 まで)



令和3年 68号

今月号のトピックス！

- インフルエンザとコロナワクチンQ&A
- インフルエンザ予防接種の予約について
- オンライン面会のご案内
- 鶴川記念病院・リハビリテーション病院でのリハビリの様子
- 栄養科レシピ ●デイサービス三輪だより
- 編集後記



医療法人社団 三医会

鶴川記念病院
ホームページ

鶴川記念病院
鶴川リハビリテーション病院
ひまわり総合支援室
健診部（院内）
健診部（出張）

鶴川リハビリテーション病院
ホームページ

TEL: 044-987-1311
TEL: 044-988-2322
TEL: 044-322-8296
TEL: 044-987-9716
TEL: 044-322-9152

健康診断
トップページ

在宅支援室
デイサービス三輪
【訪問看護ステーション】
鶴川ひまわり
長沢ひまわり

アクセス
バス時刻表

TEL: 044-980-1305
TEL: 044-980-3939
TEL: 044-987-6969
TEL: 044-977-9674

LINE@

鶴川記念病院
公式アカウント



新型コロナワクチンと インフルエンザワクチン ～Q & A～

- インフルエンザの流行に注意が必要な季節となってきました。
- 今年も新型コロナ感染症とインフルエンザの同時流行が懸念されます。
- 両感染症による重症化を防ぐためのワクチンに関する疑問をまとめましたのでぜひご覧下さい。



新型コロナワクチンを接種したら、インフルエンザワクチンは接種しなくても良いの？

⇒新型コロナウイルスとインフルエンザウイルスは異なるウイルスです。新型コロナ感染症とインフルエンザの同時流行を防ぐため2種類のワクチン接種を厚労省も推奨しています。



新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンの違いは？

⇒新型コロナワクチンは「mRNAワクチン」「ウイルスベクターワクチン」等と呼ばれるもので、新型コロナウイルスの遺伝情報の一部を注射します。この遺伝情報により体内でウイルスを構成するたんぱく質が作られ、このたんぱく質に対する抗体が作られることで免疫を獲得します。一方、インフルエンザワクチンは「不活化ワクチン」であり、無毒化されたウイルスを注射することで抗体が作られます。



新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンの接種間隔は？

⇒厚労省のガイドラインから、新型コロナワクチンの2回目接種後、2週間以上空けてインフルエンザワクチンを接種する事が望ましいと考えられますが、連続して接種する場合はかかりつけ医にご相談下さい。

～インフルエンザワクチン予防接種のご予約について～

新聞・ニュースで報道されており今年度のインフルエンザワクチンは例年よりも供給量が少なく、ご希望される方全員に接種していただく事が困難と予想されます。

そこで当院としては小児(生後6か月～11歳以下)と高齢者(65歳以上)の方を優先する事とし11月8日より接種を開始致します。

また、12歳以上65歳未満の方々については追加でワクチンを確保出来次第ご案内させていただきます。
ご予約や接種の詳細についてはホームページ等で改めてご案内させていただきます。



新型コロナ感染症が蔓延する中、当院はご入院されている患者様の安全を最優先に考えご面会を禁止とさせていただきました。

しかし緊急事態宣言が解除され新規感染者数も減少傾向にございます。

そこでご入院患者様の安全を確保し感染者数の動向を注視しながら、段階的にではありますが、ご面会を再開していく事と致します。

ご面会の方法等の詳細は今後ホームページ等でお知らせしてまいります。

【ご面会条件の例】

- ・2回目の新型コロナワクチン接種から2週間以上経過した方に限る
- ・1回あたり10分のご面会
- ・ご面会の人数制限有り

～オンライン面会の様子～

これまで行っておりましたオンライン面会も当面は継続致します。



申し込み方法等、詳細につきましてはHPをご覧ください

鶴川記念病院・鶴川リハビリテーション病院でのリハビリテーション

～鶴川記念病院～

現在コロナワクチン集団接種会場としてリハビリ室を利用しております。そのため各病棟の談話室に必要な機器を移動し臨時のリハビリ室としております。



感染対策を徹底しながら普段と変わらないリハビリを行っています。



～鶴川リハビリテーション病院～

コロナ禍で生活スタイルが変わりつつある毎日ですが、コロナに負けずに、感染対策を十分に行い、毎日時間を決めて、患者様のリハビリを行っています。

感染対策① スタッフ検温、換気



感染対策② 患者様マスク+リハ室前手指消毒、手洗い



感染対策③ マスク+ フェイスシールド



感染対策④ アクリルスタンド



ここに
アクリルスタンド
があります！！

スタッフ一同、退院に向けて感染対策を十分に気を付けて患者様とのリハビリを頑張ります！