誠晴會だより

Medical corporation SEISEIKAI
Public information magazine

7月
夏号
July. 2021
No.19

■ふきあげ納富病院理念■

1. 温かみのある誠実な医療提供を通じて、地域医療の推進に貢献いたします。
2. 泌尿器疾患、腎臓疾患に関する専門性をより追求します。

■ふるさとの森理念■

1. 温かみのある誠実な看護と介護を通じて、地域介護の推進に貢献し、一日も早い在宅復帰を目指します。
2. ご利用者とそのご家族、私達とのチーム全体による目意識を持ったリハビリテーションを
   中心とする残存機能維持、向上を目的とする医療ケアを目指します。
3. ご利用者の人間らしさと豊かな人生に寄与し、新しい生き方のサポートを致します。
4. 生きがいのある生活空間と生涯教育の場を提供します。

ふきあげ納富病院：佐賀県鹿島市大字高津原 1867-1　介護老人保健施設ふるさとの森：佐賀県藤津郡太良町大字糸岐 6797 番地 1

SEISEIKAI INFORMATION MAGAZINE

7月　夏号
2021.NO.19

01.目次
02.朝永医院院長ご寄稿
03.理事長寄稿
05.徳田先生ご紹介
06.家庭でできる食中毒予防
07.誠晴會SDGs特集
09.ふきあげ納富病院・「研修報告」
11.STAFF INTERVIEW
・・・コロナに負けるな
13.SPECIAL INTERVIEW
武藤正子・中村健介
17.RECIPE
18.鹿島グルメ特集
19.わいわいクラブ活動日記
21.この地から世界へ
22.私は誰でしょう.みんなのひろば
.BOCAサマークリニック&
セレクション2021

CONTRIBUTION

朝永医院　朝永弘道院長ご寄稿…　「美しい死」

理事長寄稿　納富貴嗣院長…　「ショーン・エイカーの
ポジティブ心理学について」

TOPICKS

・徳田先生ご紹介　・・・ふきあげ納富病院　徳田 倫章

・誠晴會SDGs特集
「誠晴會SDGsへの取り組み紹介！」　・・・ふきあげ納富病院　武部壮馬

・ふきあげ納富病院「研修報告」
熱中症のメカニズム　・・・ふきあげ納富病院　広報委員会

・チーム全員で！感染対策に取り組む！
コロナに負けるな！　・・・ふるさとの森　武藤 正子
SPECIAL INTERVIEW　・・・ふるさとの森　中村 健介

・熱中症対策レシピ
「夏野菜のレンチンドライカレー」　・・・ふきあげ納富病院　広報委員会

・鹿島グルメ特集　～飲食店編～　・・・ふきあげ納富病院　武部壮馬

・わいわいクラブ活動日記
4～６月 わいわい大作戦　・・・ふきあげ納富病院　田崎貴大

・この地から世界へ 羽ばたく人材を
鹿島高校サッカー部　・・・ふきあげ納富病院　武部壮馬

・BOCAサマークリニック&セレクション2021

「美しい死」

朝長医院理事長　朝長　弘道

（一）

五年前、日本医師会設立五十周年大会にて、時の日本医学会会長の森亘先生が記念講演をされた。

その演題が「美しい死」であって、先生はひとつの死を通して、良識ある医療の大切さを格調高く説き、そのような医療を行なう若い医師が育ってくれるよう願われ、聞く人に多大の感銘を与えられた。

この度、後ればせながら、その文に接することが出来、その要旨を私なりにまとめてみたい。尊敬する大先輩の病理解剖に立ち会った折、その感想を問われて、思わず「美しい死であったと感じました」と答えられた森先生はそれから病理学者として、美しい死H死体とは何だろうと自問自答された。

人の死後の内臓にはその人が生前に受けたいろいろな治療の痕跡が残されている。適度な医療が施された後の遺体の内臓は美しいと映る。適度な医療とは別の言葉で言えば節度ある医療で、最新の医学的知識、技術を持ちながらも、暖かい「こころ」に裏打ちされた合理性を基礎として施された医療である。さらに言葉を変えれば、それは品位ある医療であり、人間としての尊厳を守りつつ、暖かいこころでもって個々の症例の方針を決める。先の大先輩はこのような方針のもと、膵癌であったがほぼ自然の姿で死を迎えられた。これがまさしく「美しい死」であった。

この講演文を拝読して、医療の本質を教えられたようで深い感銘を受け、それを反芻している時、偶々、七十歳女性の胃癌の患者さんが亡くなられた。お華の先生だったが、臨終に立ち合ったひとりのお弟子さんが「美しい死に顔でした」と報告してくれた。老いて、物忘れ多く、その上難聴の夫と独身の息子の二人を残して、死ぬにも死に切れない思いが強かっただろうに、そのお弟子さんには「死ぬのは少しも怖くない」とほほえみながら話していたという。没後わかったことだが、夫や息子に世話をかけないように、あらかじめお寺や葬儀の手配はすませておられたそうだ。この世での使命を全て終え、従容として死につかれた。これも「美しい死」のひとつだろう。

そして思い出すのは、数年前、「近所の評判者」と言われるお嫁さんに看取られて亡くなった九十歳のおばあさんの死に顔だ。その顔に私は童女の清らかさを観た。亡くなる前の治療を含め、その人の生き様はその人の顔や身体に残る。

人は生きたように死んでゆく

（大阪大学、淀川キリスト教病院、柏木哲夫先生）

「院長の窓」

ふきあげ納富病院
院長　納富貴嗣

色々な心理学に触れてきましたが、この考え方は今までで一番五臓六腑に染み入るものでした。以下にまとめます。自分は幸せ！と思っている人の方が「生き方」がうまく、かつ、ます ます「幸せ」を掴む。

●幸せを実感している人のアドバンテージ

・安定した、保証された仕事につける
・いい仕事を長くできる
・転職率が下がる
・31％分生産性が上がる（早く帰れる）
・レジリエンス（回復力）の向上
・燃え尽き症候群になりにくい
・37％セールス向上
・19％の診断の正確さの向上

すごいでしょ、、、何か、納得でしょ、、、特に最後の、、、海より深く反省、、、外来で「プンプンしていると誤診も増える」ということですよ。思い当たる節多いにありです。

●仕事の成功は以下によって予想できる

・The Silent 75％
・Positivity and Performance
・Happiness and Intelligence

仕事の成功を収めるのを予想するためには、IQの影響は25％しかなく、75％はIQとして数字に出ない何かしらの隠れた才能に導かれます。

その才能とは、楽観の度合いが高いこと、周りからのサポートを得られる人望、ストレスを脅威でなく挑戦と受け取る個人の能力などによるようです。

また、物事を前向きに考え、行動に落とし込める人。気持ちが明るいだけでなく、知的であることも、もちろん仕事を成功に導きます。

皆さんの周りの人で、仕事で成功を収めている人を数人思い浮かべてください。おそらく、「にこやかなんだけど、めっちゃ頭がキレる人」が多く浮かんできているでしょう、、、

では、私たちがポジティブな思考になる為にはどんな事をすればいいでしょうか？訓練はできるんでしょうか？

エイカー先生は、「簡単よ、この下に書いていることをとりあえず3週間は毎日続けてみて、、、」とおっしゃっています。

人はある程度簡単にできることなら3週間続けちゃうと、それは習慣になるといわれています。いいことが習慣になれば、あとは努力せずともいい方向に導かれる！と言うわけです。

●ポジティブ思考になるほんの少しの毎日の週間

（ほんの2分半で出来ることを21日実施してみよう！）

・毎日ありがたいと思うことを3つ書き出す。
・他の人を支援・応援する。
・運動
・瞑想（文化的ADHD対策）
・ランダムな新設行為

まずはノートにでも、携帯のメモにでも、少なくとも一日3つの「ありがたかった」と思った出来事を書いてください。朝起きれた、、、生きてた、、、でも構いません。私が最近「ありがたい！」と思った事は、「ずっと食べていなかったカップラーメンカレー味を数年ぶりに食べた。美味しかった」でした。お恥ずかしい、、、

誰でもいいから「支援・応援」しましょう。実は我々医療人はこれを毎日やっています。

「お大事に、、」と言う声かけ。それだけでいい。さらにおうちでは、お子さんに「宿題頑張れ！」でいいんです。ご主人の肩を揉んであげるだけでいい、、もっと余裕がある人は、自分の興味のある分野に投資するとか、頑張っている人にクラウドファンディングするとか、、そういうふうに広げていってください。

運動しましょう！頭を「無」にして、自分の体に意識を向けてあげる時間を作りましょう！

瞑想しましょう。世界のエグゼクティブはもうすでに「瞑想」の素晴らしい効果に気付いています。YouTubeを検索すればどれだけでもやり方が紹介されています。自分に合う方法を見つけてください。

ランダムな親切行為ってちょっと難しい言葉ですが、要は、気付いた時だけでいいので周囲の人に親切にできればいいですね、、、程度でいいと思います。狭い道では対向車が来たら止まってあげる、とか、ゴミが落ちてたら拾うでいいと思います。「～をお願いします」と仕事を振られ、その仕事を終えたことを報告するときに一言「労いの言葉を添える」だけで100点。薔薇の花とかお返ししちゃうと200点です。いや、チョコレートぐらいにしておきましょう。

さ～これで「今も幸せ」な皆さんも、もっと幸せになります。なるんです。

ほんとに、、、

すごい、素敵な、心理学だ！

文責：納富　貴嗣

ショーン・エイカー

【1978年3月9日（年齢 43歳）】

出身：アメリカ テキサス州 ウェーコ
学歴：ハーバード大学、
ミッドウェイ・ハイ・スクール

彼はアメリカの作家で、幸福、成功、ポテンシャルなどの分野に関して世界を代表する専門家であり、ポジティブ心理学の第一人者。その研修は、ハーバード・ビジネス・レビュー誌の表紙を飾り、また出演したTEDトークは、動画再生数が1500万回を超え、最も人気の高いものの1つである。学生としてその後研究者として、合わせて12年間ハーバード大学で過ごし、そのちフォーチュン100企業のおよそ半数の会社、国防総省、アフリカの貧しい地域の学校、ホワイトハウスなど、さまざまな場所で研究の成果を実践。現在は「世界幸福会議」の委員を務めながら、研究を続けている。

家庭でできる 食中毒予防の6つのポイント

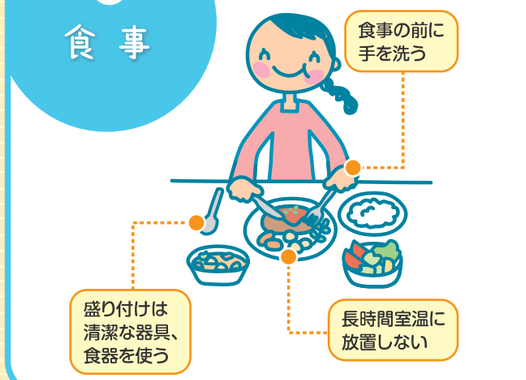
point 1 食品の購入

point 2 家庭での保存

point 3 下準備

point 4 調理

point 5 食事



point 6 残った食品

食中毒予防の3原則　食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

厚生労働省

ふきあげ納富病院　泌尿器科

TOKUTA MICHIAKI

徳田 倫章

日本泌尿器科学会指導医、専門医、日本移植学会移植認定医、
日本臨床腎移植学会腎移植認定医ベストドクターズ社で、Best Doctors in Japan™ に選出（2010年～現在）

生年月日：1956年 6月 9日
出　　身：福岡県福岡市
出身大学：九州大学
専　　門：泌尿器科全般、腎移植
趣　　味：野球（今はもっぱら観戦）
　　ゴルフ（最近始めました）
　　お酒

徳田先生ブログ
最新情報
前立腺がんの診断と治療

徳田先生挨拶

２０２１年４月から泌尿器科外来（月曜日）の診療をさせていただいています。１９８２年に九州大学を卒業し、九州大学泌尿器科に入局しました。様々な病院、米国マイアミ大学、九州大学を経て、佐賀県医療センター好生館に約20年間勤め、今年２０２１年３月に退職しました。泌尿器科全般と腎移植を専門としています。前立腺がんに関しては、ブログを通して、情報発信しています。前立腺がんに興味のある方は、一度目を通していただければと思います（『最新情報　前立腺がんの診断と治療』で検索してください）。

ふきあげ納富病院では、納富院長、田丸副院長のお人柄、医療に対する取り組みに感銘を受け、外来を週に1度（月曜日）診させていただくようになりました。鹿島近辺はまだ不慣れな私ですが、ふきあげ納富病院の一員として、地域医療にいくらかでも貢献できればと思います。

明るく、患者さんに寄り添った診療を心掛けていきたいと思います。

よろしくお願いします。

3 すべての人に健康と福祉を

あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する

●市民の健康への具体的な取り組み

・地元のスポーツイベントやスポーツチームへ協賛をこなっている。
・太良町体力測定…太良町やその周辺の地域の要介護状態になる前の住民を対象に体力測定、健康チェック、介護についての相談などを行い、介護予防などに役立ててもらうことに繋げています

●従業員の健康への具体的な取り組み

・外部のカウンセラーを雇い面談を行い、メンタル面でのサポートを行なっている。
・定期的に全従業員への健康診断を行なっている。
・健診休暇（検診休暇）を取り入れている。
・院内でヨガインストラクターを招いてのヨガを開催、希望者のみで行い心と身体のリフレッシュ。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS × 医療法人 誠晴會

今回の特集では

「SDGs への取り組み」を紹介！！
現在、誠晴會が取り組んでいる目標は…
17個中…13個です。
では、私達の取り組みの一部を見て行きましょう！！

17 パートナーシップで目標を達成しよう

持続可能な開発のための実施手段を強化し、グローバル・パートナーシップ を活性化する

介護福祉士の外国人留学生の受け入れ（ふるさとの森）

14 海の豊かさを守ろう

持続可能な開発のために海洋海洋資源を保全し、持続可能な形で利用する

●新籠海岸清掃活動

●清掃活動の様子

4 質の高い教育をみんなに

すべての人に包括的かつ公式な質の高い教育を確保し、生涯学習の機会を促進する

内田樹会「SDGs会」

院内勉強会

わいわいクラブ
英語学習の様子

ふるさとの森
片麻痺を想定した階段昇降体験
高齢者の身体の説明

●具体的な取り組み

研修の受講や独立開業の支援など、従業員の能力を向上させるための人的投資を行っている。さらに地域交流も込めた勉強会などを開催。
・奨学金制度、勉強会開催、研修など…

●ブレイズ株式会社では放課後児童クラブ「わいわいクラブ」を運営
平日は英語、そろばん、習字などを行い、ふるさとの森では老健ならではの地元の小学生に片麻痺を想定した階段昇降体験・高齢者の身体の説明を行い

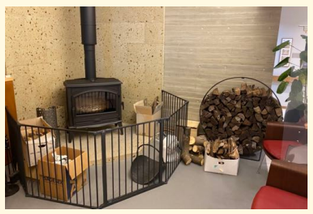
組織として社会貢献活動を行っている(学校教育の支援)、学校教育への協力、地域教育推進への協力を行う。

7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに

全ての人々の、安価かつ信頼できる持続可能な近代的エネルギーへのアクセスを確保する

病院の敷地に植物を植える子供達

待合室の薪ストーブ



●敷地内の緑化・自然エネルギーの利用を推進

駐車場に小檜(コナラ)の木（どんぐり）を植え、敷地内にはハーブなどの様々な種類の植物を植え育てている。

待合室に薪ストーブを設置し自然エネルギーを使っての暖をとるようにする。
※植物のライフサイクル全体で見ればCO2 の収支はゼロということになり、地球温暖化防止にもつながります。**薪ストーブは環境にやさしい**暖房機器と言えます。

10 人や国の不平等をなくそう

各国内及び各国間の不平等を是正する

【POP COFFEE】

豆のカスを土に返す

●フェアトレードコーヒー

フェアトレード(公平貿易)は市場価格以上の買付価格や長期取引、環境保全や品質向上など、生産者の自立的な経済発展を保証したコーヒー。

その保証された商品を使うことで間接的に目標達成を行うようにする。さらに、豆のカスをゴミとして捨てるのではなく、敷地内の肥料にするなど環境の配慮も行うようにする

熱中症のメカニズム 1

熱を逃がす機能不全で発生！

令和３年７月 15 日

ふきあげ納富病院
広報委員会

汗と血液が熱ごもりを防ぎ体を冷やす

熱中症とは、高温・多湿の環境に対して、体が対応出来ず体温がうまく調節できなくなることで高体温となり、その結果、さまざまな臓器が障害を受けることによって発症する疾患の総称です。

熱中症を予防するには体内で発生した熱の過剰分を体外へ速やかに逃がす機能＝体温調節機能を正常に保つ事が必要です。そして、余分な熱を体外へ逃がすうえで大きな役割を果たすのが、汗と血液です。

体温が上昇していく汗をかくと、体は体内の熱を利用して気加熱を発生させて汗を蒸発させます。汗の蒸発とともに、上昇した体温が下がっていくのです。

一方、全身を流れる血液は、内臓などの体の奥深くで発生した熱を拾います。熱くなった血液は体表の皮膚の毛細血管へ流れ、その熱を体外に放出して血液の温度を下げていきます。そして、冷えた血液が再び体の奥に戻っていくことで体の内部の体温は下がります。

体内の水分が不足して十分な汗がかけなくなったり、血液の粘度が高まり、ドロドロになって血の巡りが悪くなると体温調節機能が働かなくなってしまいます。その結果、体内で発生した熱は体外に放熱されずに、体内にこもってしまい、異常な高体温（うつ熱）状態に陥ることに…。そして、様々な症状が現れることになります。

Ⅰ度［軽 症］発汗・平熱

- 筋肉痛（こむら返り・足がつる）
- どんどん汗をかく
- めまい
- 立ちくらみ
- 手足の痺れ
- 気分不快感

Ⅱ度［中等症］発汗・40 度未満

- 頭痛、吐き気、嘔吐
- だるさ、疲れ

※発汗あり
意識障害なし
夏に流行する胃腸炎などの感染症と紛らわしい事がある

Ⅲ度［重症］異常な高体温 発汗停止

（Ⅱに加えて）
- 呼びかけへの反応がおかしい
- 痙攣、異常な高体温
- 真っ直ぐ走れない
- 肝臓や腎臓の障害など
- 汗が出なくなる

ちょっとした症状でも“すぐに対処”が何より大切

熱中症は、条件次第では、だれでもいつでも発症する危険性があります。ただし、迅速に、適切な応急処置を行うことで重症化を防ぐことができます。

熱中症の症状には、めまいや立ちくらみ、顔のほてり、筋肉痛や筋肉のけいれん、大量に汗をかく、あるいは全く汗をかかない、頭痛、吐き気、倦怠感、高体温などがあります。

もし熱中症かな?と思うようなサインがあったときは、すぐに応急処置を行い、病院などの医療機関へ連れていきましょう。

応急処置で大切な３つのポイント

・涼しい場所へ移動しましょう

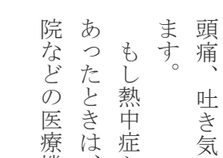
まずはクーラーが効いた室内や車内に移動しましょう。屋外で、近くにそのような場所がない場合には、風通りのよい日かげに移動し安静にしましょう。

・衣服を脱がし、体を冷やして体温を下げましょう

衣服をゆるめて、体の熱を放出しましょう。氷枕や保冷剤で両側の首筋やわき、足の付け根などを冷やします。皮膚に水をかけて、うちわや扇子などであおぐことでも体を冷やすことができます。うちわなどがない場合はタオルや厚紙などであおいで、風を起こしましょう。

【冷却部位】
・首、脇の下、太ももの付け根

※エタノール噴霧や制汗スプレーは、熱中症の応急処置としては推奨されていません。



・塩分や水分を補給しましょう

できれば水分と塩分を同時に補給できる、スポーツドリンクなどを飲ませましょう。お吐の症状が出ていたり意識がない場合は、誤って水分が気道に入る危険性があるので、むりやり水分を飲ませることはやめましょう。

脱水の治療としては経口補水液（ＯＲＳ）がおすすめです。詳しく説明します。

・乳幼児

●アクアライトＯＲＳ
●授乳中の児は母乳やミルク
乳児30～50㎖/kg　幼児３００～６００㎖/日
※乳児で脱水かもと思った場合は速やかに受診してください。

・小児・成人

●ＯＳ－１
学童～成人　５００㎖～１０００㎖/日
※なければ市販のスポーツドリンクや味噌汁の上澄み、２倍に薄めたリンゴジュースでも可。

意識レベルが悪い場合や嘔吐がある場合は、水分の摂取は控えてください。
←
症状が改善しない場合は受診
←
グッタリ感が強ければ救急車でもＯＫ

STAFF INTERVIEW

Vol.4

【CLOSE UP】
第４弾は、異業種から医療福祉の道を選んだスタッフを取り上げる。

チーム全員で！感染対策に取り組む！

コロナに負けるな

GENERAL AFFAIRS
05

TAKAHARU
SHUTO

GENERAL AFFAIRS
04

KAZUMA
NUNOKAWA

GENERAL AFFAIRS
03

HIDENORI
SODA

GENERAL AFFAIRS
02

MITSUO
NAGAMATSU

GENERAL AFFAIRS
01

KAZUNORI
NISHIMURA

Since2008.4

SPECIAL INTERVIEW 10

武藤 正子

MASAKO MUTO

療養支援部 介護課 課長。30代で自営業から介護へ転職。新型コロナウイルス感染症が流行し、マスク不足が嘆かれた際は、手作りマスクを職員へ配布。「疲れていてもミシンを使うと、時間を忘れてしまうくらい楽しい！」と裁縫が得意な一面も持つ。

写真：徳村こゆき
インタビュー：戸田亜由美

―医療・福祉の道を選んだのはなぜですか？

「これから介護が必要になる時代だからと、親や知人から勧められました。ちょうどその時、県の介護雇用プログラムという、働きながら学校へ行って資格を取るというものがあり、採用と同時に働きながら学校へ行く決意もしました。」

―仕事と学校、家庭の並立をさせるのは大変ではなかったですか？

「やるしかない！という気持ちしかなかったので、必死だったことは覚えています。30代後半で学生になるということには正直不安しかありませんでした。20年ぶりの学生…若い人達に混ざって大丈夫かなと思いましたが、社会人の学生が半分はいたので、すぐに馴染むことができて、すごく楽しかったですね。一方で、子供達には寂しい思いをさせていたと思います。自分が学生になると同時に、娘が小学校に入学する年でもあったので、娘の入学式には参加できませんでした。学校以外の日には仕事に行かなければいけなかったので、運動会も見に行っていませんね。なので、子供たちのことは両親にお願いすることが多かったです。両親の協力がなかったら、仕事と学校と家庭をこなすことは難しかったと思いますかありません。」

―介護の仕事を続けられた理由を教えて下さい。

「当時の介護のイメージはきつい、汚いと世間一般的な考えを持っていました。入職した際も最初は介護をあまりしたくないのが本音でした。『やめたくなったら、やめればいい』と軽い気持ちでいたのを覚えていま

―後輩たちへのメッセージをお願いします。

「何事にも自信を持って取り組んで欲しいです。上司の顔色ばかりうかがうのではなく、目標を持ち、その目標が達成できるように頑張ってほしいと思います。仕事は大変なことも多いですが、プライベートでは楽しみを見つけて、充実した生活を送ってほしいです。」

Since2020.4

SPECIAL INTERVIEW 1

中村 健介

N.KENSUKE

公務員・小売業・営業職とさまざまな社会経験を経て、当法人へ入職。リハビリテーション部　理学療法士として活躍中。現在、通所・訪問リハの担当をしている。人見知りなところがあり、初対面の人とは慣れるまでに時間がかかってしまう一面もあるようだ。利用者の不安を和らげる優しい声をしている。

写真：徳村こゆき
インタビュー：戸田亜由美

―医療・福祉の道を選んだきっかけを教えてください。

「これまで、自衛隊・コンビニ業界・営業など異業種の仕事を経験してきました。営業の仕事をしている時に、営業先の介護施設の事務員さんと仲良くなって、転職の話をしていたら『うちで働いてみない?』と誘われたのがきっかけで、介護の仕事をするようになりました。」

―理学療法士の資格を取ろうと思ったのはなぜですか?

「介護職をしていてステップアップを考えるようになりました。理学療法士なら夜間に学校に行くことができるので、働きながらでも資格が取ることができると知り、31歳で専門学校に入学しました。正直なことを言えば、同窓会等で集まった時に、『今何の仕事をしているの?』と聞かれた時に、スキルアップした職種を言いたかったのが本音です。カッコつけたかったんでしょうね(笑)。」

―ふるさとの森の働きやすさは感じますか?

「今まで働いてきた施設は、利用者数を増やす為に現場の声に耳を傾けてもらえず、大変な思いをしたことがありました。しかし、ふるさとの森は判定会議等で現場の声を大切にしてもらえます。実際、判定が通らず入所にならない方もいます。また、自分の意見も言いやすいと思います。必要物品の購入ややりたいことなど提案しやすい環境にありまと、やってみたいす。今までいろいろな会社で働いてきましたが、ふるさとの森は一番働きやすいと思います。」

―これまで勤務してきた中で一番印象に残っていることは何ですか?

「幼馴染が偶然働いていて、その幼馴染が子供の頃にかわいがってもらった近所のお婆ちゃん達と同じしゃべり方をしていたことです。方言が強くて、女性なのに一人称が『おい』だったことにはびっくりでした(笑)。でも、その幼馴染がいてくれたことで、職場に馴染むのが早かったと思います。」

―これからチャレンジしたいことはありますか?

「コロナが終息すれば、プロレスを見に行きたいです。33歳くらいでプロレスの動画を見だしてからハマってしまい、今では月額料金を払ってチャンネル登録をしているくらいです(笑)。」

―今後の目標を教えて下さい。

「リハビリに絡んだ体操など、地域での健康増進活動に参加していきたいです。」

Vol 1 Issue 1

鹿島グルメ特集

～飲食店編～

CAFE & BAR GLAD

CAFÉ＆BAR

お店は重要的建築物保存区にオープンしており落ち着いた雰囲気でゆっくりとした時間を過ごせる。
店内にWi-Fiを設置しており、一人席もあるので長時間のパソコン作業も可能になっている。

COFFEE

提供されるコーヒは、グアテマラ・エチオピア・コロンビアなど種類豊富。
その他のドリンクのメニューもあり、夜にはbar営業になりお酒の提供もしている。酒蔵通りだからそこできる佐賀・鹿島のお酒も取り揃えバッチリ。

FOOD

1番のおすすめは「ドレスオムライスプレート」ワンプレートにサラダ・グラタンなどあり、大満足の一品。 プラス300円でドリンクをつけることも可能。食後のデザートに甘酒のソフトクリームを食べて完結。

CAFE & BAR GLAD

《定休日》・・・水曜日
《営業時間》
Cafe/ 11:30～16:30
Bra / 18:00～22:00（21：15フードLO）
（21：30ドリンクLO）
《店内》
WI-FI 完備
《場所》
〒849-1322 佐賀県鹿島市浜町 乙２７５１番地
《駐車場》
有り・最大役６台駐車可能

手軽でおいしい！火を使わない暑さ対策レシピ

夏野菜のレンチンドライカレー

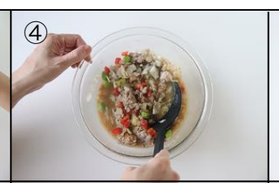
食欲がない時でもごはんがすすむドライカレー。
電子レンジで火を使わず、時短でできるので暑い日にもぴったりです。

材料…2人分

豚ひき肉	150g
枝豆（冷凍・さやつき）	80g
玉ねぎ	1/4個（50g）
赤パプリカ	1/4個（40g）
温泉たまご	2個
麦ごはん	2杯分
（白米＋刻んだナッツなど、白米のみでもよい）	
A.カレールー	2かけ
A.にんにく・しょうが	小さじ1/2
A.ケチャップ	大さじ1
A.水	100ml

作り方

器に麦ごはんを盛り付け、③をかけ、温泉たまごを載せる



ヘラで混ぜ、再度ふんわりとラップをして600Wのレンジで2～3分加熱する。

耐熱皿に(1)と豚ひき肉、枝豆、(A)を入れてヘラでひと混ぜする。
ふんわりとラップをして600Wのレンジで3分加熱する。

玉ねぎ・パプリカは８mm角のさいの目切りにする。（チョッパーなどで刻むのもよい

（下準備）
枝豆は自然解凍してさやから出す。

調理ポイント

野菜は火が通りやすいように小さめに切りましょう。お子さんなど包丁が苦手だったら、チョッパーを使うのでもいいでしょう。
電子レンジはワット数に応じて時間を調節してください

Blaze

2021年 6月号

わいわいクラブ

ロールパンサンド作り

修行中です

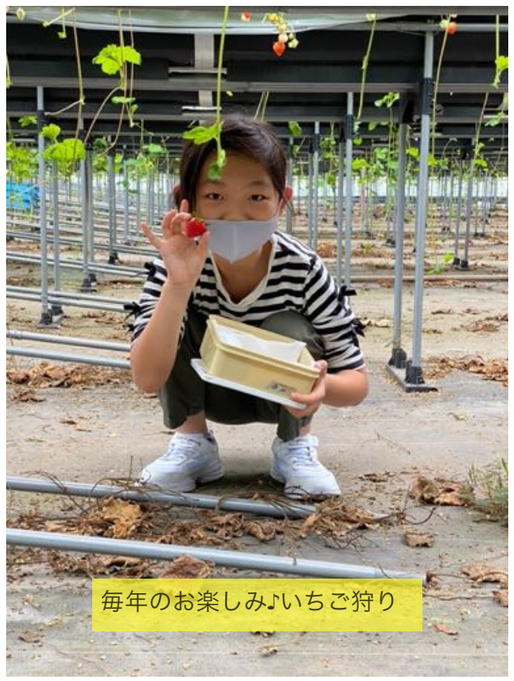
準備はいい？？

シャキーン！！

ボーリングに行こう🎳

なんだこれ〜すごいね！

みてみて釣れた！



毎年のお楽しみ♪いちご狩り

ミサンガ作り

上手にできたね✨

おいしぃ〜

すごいね！！

4月		5月		6月	
4月3日	ミサンガ作り	5月8日	臥竜公園に行こう	6月5日	ザリガニ釣り
4月10日	蟻尾山公園に遊びに行こう	5月15日	レクリエーション大会	6月12日	万華鏡を作ろう
4月17日	ロールパンサンドを作ろう	5月22日	折り紙を折って楽しもう	6月26日	糸かけ曼荼羅を作ろう
4月24日	ボウリングに行こう	5月29日	オリジナルストラップ作り		

WHO？

※ふきあげ納富病院職員
仲良く手を繋いでいます!

※ふるさとの森職員
名札が見えそうですが…笑

私は誰でしょう…コーナー!!

Check the Answer

前回の人物の答え

右の写真…橋口大樹さん　左の写真…武部壮馬さん
これからも写真募集しています！！ご協力お願いします！

みんなのひろば　Free reader's column

肥前鹿島干潟SDGs推進パートナー清掃活動に参加　in新籠海岸

6月13日（日）朝8時半から鹿島市ラムサール条約推進室協議会が主催するSDGs推進パートナーの清掃活動が新籠海岸で行われました。
鹿島市の26団体178人が参加されました。
ゴミの量、可燃197袋・不燃28袋＝計225袋・重量1.1トン（1袋５kg換算）

様々な種類のゴミに、缶やビンの多さにびっくり。多くのゴミを集めることができました。
朝早く、暑い中のゴミ拾いにも関わらず集まって頂いたスタッフの方たちに感謝です！！
皆さん、ありがとうございました。これからも誠晴會は持続可能な社会を目指していきたいと思います！！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

【佐賀・鹿島】――この地から世界へ羽ばたく人材を――

鹿島高等学校サッカー部

【いざ、高校総体佐賀県予選へ】

令和３年５月27日、インターハイ佐賀県予選に挑む佐賀県立鹿島高等学校サッカー部に練習着の贈呈しました。
鹿島高等学校サッカー部は近年力をつけてきたチームであり２０１８年度、全国高校サッカー選手権大会佐賀大会は第３位。２０１９年度の高校総体佐賀県予選では県３位と惜しくも全国出場を逃しているが好成績を残しているチームだ。
そして、令和３年度の高校総体佐賀県予選はユニフォーム贈呈の翌日28日にスタート。鹿島高校サッカー部の初戦は29日の２回戦からで、初戦の相手は県立唐津工業高校サッカー部。結果は１対０とトーナメントの初戦と言う難しい試合を制した。ここ数年力をつけてきているからこそ結果がどうしても欲しい鹿島高校である。翌日休む暇なくの連戦になる。
３回戦は強豪・佐賀龍谷学園高等学校サッカー部との試合、結果は０－３と敗退してしまった。27日の大会前日練習で、主力の長身ＤＦが負傷してしまうというアクシデントがあった。高校総体佐賀県予選は休む暇なく連日の試合となる為チーム総力戦の戦いになる。一人でも多くの選手が欲しい中での大会前日のこの出来事があっただけにとても悔しい。
しかし、我々誠晴會は今大会だけではなく、今後も鹿島高校サッカー部を応援し続ける。頑張れ鹿島高校サッカー部!!
鹿島高校に限らず、鹿島からＪリーガーになる選手が出てくるように、さらに世界へと羽ばたいていける選手が出てくるように我々は、この鹿島の子供達に出来るさまざまなサポートをしてこうと考えている。

サッカー部キャプテン・喜多（きた）翔太（しょうた）さん（４番・ＤＦ）
チームを代表して練習着を受け取ってもらいました。

誠晴會だより　7月夏号

令和3年7月15日発行・配布
限定発行　第三種郵便物未承認
編集人
発行人　医療法人誠晴會
合同広報委員会

医療法人誠晴會発行

〒849-1311
佐賀県鹿島市大字高津原一八六七―一
電話(0954)63-1117

松浦印刷・印刷

ボカサマークリニック＆セレクション

BOCA SUMMER CLINIC & SELECTION IN KASHIMA 2021

7月22日～24日 開催！！

鹿島吹上公園フットサルブリューコート

〒849-1311 佐賀県鹿島市高津原1860-2

【日時】7月22～24日　3日間　※1日からでも参加可能

U-8（小学1,2年生）　16:00～17:30

U-10（小学3,4年生）18:00～19:30

U-12（小学5,6年生）20:00～21:30

【参加費】1クラス 1人:3,000円（税込）

1day:3,000円　2day:6,000円　3day:9,000円

【お問い合わせ】ブレイズ株式会社
〒849-1311 佐賀県鹿島市大字高津原537番地1
TEL:0954-68-0246 FAX:0954-62-6806
E-mail:med_sppt_blaze@yahoo.co.jp

【申し込み方法】
QRコードを読み込みHPからの申し込みになります。
ブレイズ株式会社ホームページ ＞ 「イベント情報」

SINCE 2016 未来応援ドリプロジェクト
一般社団法人 青少年未来応援機構 Brilo　access TEL:0954-65-0246
～私たちは子供たちの“夢”を応援しています～

子ども達の未来のために

～藤津鹿島地区のスポーツ・文化振興の継続的な基盤作りと活動の充実を目指して～

継続永年ドリプロ賛同企業

株式会社植松建設 「互恵」 http://www.uematsu-k.jp
日本酒と竹崎かに TSURUSO 旅館 鶴荘
CHALLENGE SPIRIT 森鉄工株式会社 MORI ～挑戦する人を応援します！～
三原豆腐店 MIHARA TOFUTEN
ふれあいとときめきの蔵 合資会社光武酒造場 清酒光武 清酒金波 黒麹芋焼酎魔界への誘い
私たちは環境づくりを通じて人が住みやすい美しい空間を創造します。 (株)岩屋造園土木 iwaya 佐賀県鹿島市大字山浦甲2613-7 TEL:0954-62-5069 FAX:0954-68-0128
ガリ勉万歳!! 馬場塾 BMJ
オフィスからご家庭まで 清潔で快適な空間を ご提供いたします。 (株)カシマ美装
社会医療法人 祐愛会 織田病院
ギフト HIYOKO 鹿島市大字高津原中牟田4413 ☎:0954-62-1188
eye clinic 下河辺眼科医院 SHIMOKAWABE
社会医療法人 祐愛会 ゆうあいビレッジ YUAI
冠婚葬祭 ひぜん HIZEN CEREMONY 24時間365日迅速対応 0954-63-3131
医療法人芳山堂 薬師寺医院 YAKUSHIJI CLINIC
株式会社 アルナ薬局 DRUG STORE ARUNA
医療法人誠晴會 ふきあげ納富病院
FURUSATO NO MORI. Facility to connect areas
ネット印刷のナウプリ www.nowpri.me ナウプリで検索
株式会社 INDIGO インディゴ Total Gift Company
FLOWER 花の伊東 鹿島市高津原3588-15 ☎0954-63-1187
旭前屋 佐賀
Blaze Joy to the World
～豊かな想いは綺麗な環境から～ ～私たちは子供たちの“夢”を応援しています～ Good Life https://www.goodlife-co.com ☎0954(63)8227
Good Life from Good House. バーモスホーム ☎:0954-63-1045 FAX:0954-63-1814

2021年度ドリプロ賛同企業

(株)有明清掃社 ☎0954-62-4324
(有)共栄進和商事
鮨 龍亀 ☎0954-63-3311
Lease One リース ワン

「株式会社トリム」様もこのプロジェクトに賛同されています！

ドリプロの青少年育成事業への賛同企業および個人を随時募集しています。また、応援を求める団体や大会、企画も同時に募集しています！
お気軽にお問い合わせ下さい。お待ちしております😃　担当：井上090-1082-9974 deepsea.deepsky@icloud.com　HPあります！→

誠晴會はこのボカサマークリニック&セレクションを応援します!!
頑張れ、サッカーキッズ達ここから世界へ羽ばたく選手を目指そう!!