

薬師台おはな接骨院

今年は  
眼りで  
自分を恋える!

睡眠の悩み  
お任せください



そのアナタ、最近よく眠れていますか?

睡眠は人生の3分の1を占めるとされており、免疫向上、疲労回復、記憶の定着など健康に欠かせないものです。日本人の平均睡眠時間は7時間半ほど。世界と比べても短く、その質がより重要になってきます。

質の悪い睡眠を続けると、「夜中に目が覚める」「寝つきが悪くなる」「朝まで疲れが残る」などの影響が出てきます。そこで、おはな接骨院では枕・マットレスの取り扱いを始めました! 体のプロが適切な寝具選びをサポート、快適な睡眠のための"コツ"をお伝えします。



無料体験実施中! (15~30分)

●ご予約は受付・TELにてお気軽にどうぞ!

tel.042-737-7375 (9~12, 15~18時)



幕張メッセで開催されました!

## メディカルジャパン「クリニックEXPO」報告



2023年10月13日(金)、メディカルジャパン「クリニックEXPO」in幕張メッセにて開催された「【徹底討論】地域医療の実践者たちがデザイン思考で描く Road to 2030」に泰大会イキキチキ室の野口泰昭がパネリストとして出演しました。

「従来のやり方の延長では解決しない」をテーマに、「海老名総合病院服部院長」、「訪問診療クリニック「かわべクリニック」川邊院長と川邊看護師」、そして「薬師台メディカル

TERRACE」の代表でもある野口泰昭が討論を行いました。

取り組む地域も立場も異なる4者が描く「2030年に実現したい医療の姿」や「今必要なこと」を徹底討論。また今後求められる医療、介護の在り方を紹介。構成の中で、参加者同士で意見交換する機会を設けるなど、会場は大いに盛り上がりました。私も今後の法人運営の参考にさせていただきます。(坂本)



なんでとったの?

自慢の!



資格

仕事に役立つような資格から趣味の資格まで。スタッフの自慢&おもしろ資格をご紹介します!



陽だまり鍼灸マッサージ院 事務 廣木 志保

中学校教諭1種免許状(音楽)  
高等学校教諭1種免許状(音楽)

音楽大学在学中に取得。専攻はピアノ。演奏家を目指して毎日練習を重ねる日々。そんな3年生の春、教員免許取得のチャンスが。演奏家になりたかった私は、必要ないかなと思いつつも、両親の勧めもあり、取得に向けてがんばることに。教員免許取得の過程で一番の思い出は、なんといっても教育実習。母校の生徒達と歌ったり、楽器を演奏したり、とても楽しい時間を過ごしました。楽しすぎて、当初予定に無かったクラス担任までを経験。貴重な経験をさせてくれた教員免許。宝物です。



こんどう整形外科 柔道整復師 笹熊 彩花

JSPO ジュニアスポーツ指導員  
JSPO A級ドッジボール指導員(ドッジボール コーチ1)

私が小学生の頃、学校の教員が地域のドッジボールチームの監督をしていたのがきっかけです。その後、審判や指導者資格の講習会や試験を受け、1番上のA級まで取得。さらに、興味があったジュニアスポーツ指導員の資格も取得したおかげで、指導者としてチームの作り方からAEDの使い方、子供と大人の関わり方や声かけなど、幅広く学べました。また、コーチ業と並行して柔道整復師の資格取得後は、怪我対応や別メニューを組んだり、トレーナーも兼務し8年程携わりました。(現在は大学のラクロスチームのトレーナー)これからはチームのOBOGがトレーナーになってくれることを待ち望んでいます。



ふるさとの数だけ  
味が異なる

## みんなのお雑煮 MAP

あけましておめでとうございます  
今年も泰大会は様々な職種のスタッフ一同で皆様の健康を見守ってまいります。  
様々なスタッフがいたら、様々な地元があり、様々なバリエーションのお雑煮があります。  
今回は、その一部ですが皆様にご紹介します!



【材料】鶏肉、人参、三つ葉餅は角餅(多分)で白い餅とヨモギ餅、汁は澄まし汁だったと思います。

ポイント

ヨモギ餅が入っていると色のインパクトがあって見た目がいいと思います。北海道は地域によってかなり差があるので場所が変われば全然違う物になると思います。



北海道  
上川郡清水町



有澤



山形県  
鶴岡市



佐藤

医療法人社団 泰大会

令和6年1月号  
VOL.30

おさじとは?

江戸時代の大奥などで「医師」を示す言葉でした。体に栄養を運ぶ「おさじ(スプーン)」のように、皆様に楽しんでいただける情報をお届けしてまいります。

【材料】もだし(キノコ)、芋がら、厚揚げ、豚肉、長ネギ、岩のり、焼いた餅、醤油味

ポイント

岩のりが絶品 餅つきをした際は、丸餅を使うが市販の角餅でも可 元旦の朝ストープに網を載せて餅を焼くのが男の仕事



宮崎県  
都城市



小屋

【材料】干し椎茸、昆布、鰹節、鶏肉、おやし(大豆もやし)、お餅、かまぼこ、白菜、三葉、柚子皮

ポイント

4種類のお出汁が効いてとても美味しいです。ぜひ、お正月関係なく作ってみてください。白菜とお餅を入れて、お餅が柔らかくなるまで煮る。それか、お餅を焼いて入れてもいいです。具材も加えて軽くあたため、お椀に盛り、ユズ皮の細切りをのせて完成。



東京都  
下町エリア



宮川

【材料】鶏肉、しいたけ、ニンジン、大根、ホウレンソウ、三つ葉、かまぼこ、角餅

ポイント

出汁はこんぶとかつおの合わせだしで、わが家の場合は醤油で味付けしていました。具材を入れて、最後に焼いた角餅をのせて完成です。



兵庫県  
神戸市



城所

【材料】おすましに鶏や穴子を入れて揚げたての丸餅をじゅっと入れる...かと思えば白味噌仕立てで出されることもあります。

ポイント

香ばしい穴子の脂とだしが汁に溶け出して旨味たっぷりのお雑煮です。



インドネシア



シホンピン

## 番外編 soto ayam (ソトアヤム)

作り方

- ① 骨つき鶏肉と切ったネギ、水を鍋に入れて火をつけて、徐々に加熱して煮て、あくとりをする。
  - ② 香辛料をフードプロセッサで砕き、フライパンで油をひいて炒めます。いい香りが立ったら、鍋にうつします。チキンブイオン、塩、コショウを入れて味を整えます。
  - ③ 鶏肉を茹でた後、鍋から取り出して、手で肉をほぐします。
  - ④ もやしとキャベツを軽く茹でて、トマトとゆで卵を食べやすく切る。ピーマンもゆでる
- 全部できたら、お皿にピーマン、キャベツ、もやし、ゆで卵、トマトを乗せてスープを入れます。最後に揚げ玉ねぎとスライスレモンを乗せて完成です! ♪

【材料】キャベツ、トマト、ピーマン、ゆで卵、もやし、揚げ玉ねぎ、赤玉ねぎ、長ネギ、ニンニク、生姜、ターメリック、キャンドルナッツ、レモングラス、レモン葉、ローリエ葉、骨つき鶏肉





今年のテーマは「陰徳」  
いんとく  
 ●医療法人社団泰大会 理事長  
 ●こんどう整形外科 院長 近藤 泰一

新年あけましておめでとうございます。昨年は「豊饒」(老いても元気であるさま)という文言を目標に挙げましたが、おかげさまで今でもこうして医療法人の理事長として働き続けております。少しは見本になっているのでしょうか？ スタッフから心配されながらも頼られているのは光栄ですし、患者様から「頑張って!」と励まされるのは嬉しいものです。医師となって、町田市で開業医となって、患者様も老けていく中で世界は新しい時代に移り変わり、医療技術は日進月歩、休むまもなく落ちていく物事を考えていられなかったと振り返ります。今年のテーマは「陰徳」です。誰かのために動いてきた老体とは思いますが、身体や気持ちが衰えた分これからはより一層「密かな善業」を行うことで若いスタッフの支えと地域医療に貢献していきたいです。



●陽だまり鍼灸マッサージ院 院長 矢野 学文

明けましておめでとう御座います。おかげさまで、陽だまり鍼灸マッサージ院は今年で8年目を迎えました。時がタツ(辰)のは早いものですね。本年もマッサージのタツ(辰)人として、「一生を診る。」「一生に寄り添う。」を合言葉に、愚直に一步ずつ歩んでまいります。2024年もどうぞよろしくお願いいたします。

- た たくさんのマッサージをご提供して
- つ つながる利用者さまとの絆
- ど どんな時にも寄り添いながら
- し しあわせ(幸せ)な1年を共に過ごしましょう



●事業本部リハビリ部門長  
 ●薬師台デイサービスおはな施設長 桐生 誠一

明けましておめでとうございます。昨年度は「地域とのつながり」を目標に掲げ、行政・町トレ・泰大会イベントの「旭町フェスティバル」開催など、様々な地域の皆様とのつながりが持たせた事大変感謝しております。2024年は、甲と辰が合わさる「変革」「成長」「努力が実る」年になります。さらなる地域との繋がりの拡大、自身の変革と成長により、イキイキチキの実現を目指していく所存です。今年度もよろしくお願い致します。



●事業本部 看護師長 成澤 幸恵

新年あけましておめでとうございます。昨年9月に看護師長となりました成澤です。現在、こんどう整形外科と、薬師台おはなぽっぽクリニックに、15名の看護師が在籍しています。今年3月に訪問看護ステーションの開設を予定しており、看護師の募集をしています。スタッフには働きやすい職場環境を目指し、患者様には安心安定した看護が提供できるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願い致します。



●医療法人社団泰大会理事 金澤 茂

明けましておめでとうございます。2023年7月7日、近藤理事長の声掛けで、医療法人の縛りにとられない会社【(合資)CLC(Creative Life Challenger)】を理事全員で立ち上げました。手始めに、サプリメント販売とウズベキスタンとの交流を目指します。「老化は治る!抗加齢医学会」「老化は治療対象の疾患である:WHO」という老化を予防しようという栄養補助食品“NMN10500”を扱い国内外販売に着手しています。また、今後の少子高齢化に伴う人材確保のためウズベキスタン“のり子学級(現地日本語学校)”援助など暗中模索・試行錯誤の中、初志貫徹するべく今年も活動してまいります。どうぞ皆さまのご支援ご協力をお願い申し上げます。



●こんどう整形外科 事務長 刘田 学

新年明けましておめでとうございます。みなさまのおかげで今年も無事に新しい年を迎えることができました。こんどう整形外科は今年で36歳となります。これまでに数えきれない程の患者様やスタッフにご支援いただきました。ここまで成長できたことに本当に感謝申し上げます。今年も、みなさまへ『より元気に・ますます元気に!』なってもらえるという基本に立ちかえりながらも、颯爽と移り行く時代に向かって地域医療としてひとつずつ目の前のできることからスタッフとともに取り組んでいく所存です。あらためまして、本年もどうぞ宜しくお願い致します。今年もみなさまにとってご健康で充実した一年でありますようお願い申し上げます。



2024年のテーマは「伝播」  
でんぱ  
 ●医療法人社団泰大会 副理事長  
 ●薬師台おはなぽっぽクリニック 院長 野口 泰芳

新年明けましておめでとうございます。昨年のテーマは「更新」、世の中がめまぐるしく変化していく中でも医療法人はそこに合わせて変わっていくべきという強い気持ちから決めた言葉でした。院長という役職以外に副理事長や事業本部長などの任務につき、法人内の事業を見渡して、スタッフと共に様々な変化と挑戦があった年であったように思います。「スタッフのみんないつもありがとう」。2024年のテーマは「伝播」です。当医療法人では「イキイキチキ~今もこれからの自分らしく安心して暮らせる地域」を夢見て、「一生を診る。一生に寄り添う。」という理念を掲げて日々の仕事を行っております。この理念や文化をしっかりと伝えていく、受け継いでいくことが医療法人の体制強化ならびに地域の安泰につながると確信しております。



●薬師台おはなぽっぽクリニック 副院長 友成 雅大

明けましておめでとうございます。副院長職として1年と少しが経ちました。私は、なるべく皆さんが病気が体調不良を感じずに日常を過ごしてもらえるような、そんな予防、治療がしたいと思いながら日々やっております。外来ではどうしても沢山お時間取れない時も多いですが、個々に合うちょっとした健康アドバイスも致します。是非一緒に素敵な一年にしましょう。今年もよろしくお願い致します。



●薬師台おはな接骨院&鍼灸マッサージ院 院長 石橋 和弥

あけましておめでとうございます。旧年は地域の皆様のご愛顧を賜り、スタッフ一同心より感謝申し上げます。さて現在私達をとり巻く環境は便利になる一方で情報や物が溢れています。AI技術の発展により変化も目紛しく、自分のペースで自分らしく生活することが難しい時代な気がします。そんな今こそ、あえて不便を楽しんだり、手作りしたり、植物や動物と触れ合ったり、自然の中で生産性がない時間を過ごしたり、物事を評価しないことや他人と比較しない心掛けが大切だなと感じております。本年もよろしくお願い申し上げます。



●薬師台おはな介護相談所 所長 赤井 嘉孝

明けましておめでとうございます。ケアマネジャーとして仕事をしていると“家族の存在”の大切さを強く感じる事が多いです。ご自分の事をご自分で行う事が難しいご利用者様にとっては家族のサポートは必要です。あらためて家族の大切さを感じさせられます。皆様もちょっとした事でも相手に“有難う”を言ってみたらどうでしょうか。きっと優しい気持ちになれるかもしれません。そんな1年でありたいと思っております。本年もどうぞ宜しくお願い致します。



●運営本部長 鍋島 将行

明けましておめでとうございます!2023年コロナ時代の終焉を迎え、私にもたらしたのは禁煙とマラソン。新しい生活は仲間の繋がりと自分の可能性を知る良いきっかけとなりました。ここ最近、成長や目標という言葉を安易に使ってしまいがちですが、でもやはり人が心の底から何かを目指すのは素晴らしい!仕事でもプライベートでも何でも良いので、皆様も今年は何かにチャレンジしてみては如何でしょう!辰年で上昇機運!?皆様が何かを達成しやすい年のはず!!



●事業本部室長  
 ●薬師台おはなぽっぽクリニック事務長 釜房 祐至

新年、あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願い致します。事業本部という部署は、長きに渡り泰大会で運営してきた礎を基に、現在そしてこれからの泰大会が地域や時代の変化に合わせて、安定した運営と事業の展開をしていく部署になります。当法人の本部機能の特色としては、単に経営の裏方ではなく、医師、看護師、理学療法士など専門職が加わる事で、より医療介護の現場主義である事と思っております。泰大会が今後発展していくため、スタッフ皆様の安心のため、地域のあらゆるニーズに応えていくため、微力ながら全職員の皆様と共に歩んでいきたいと考え、所信表明とさせていただきます。

