

みなみちゃんの健康ニュース



南高井病院

元気で高井!



2024
January

新春特別

号
通巻213号



医療法人 天真会
ISO9001:2015 認証取得

2024年 年頭所感

人に優しい医療・介護・ 地域連携をめざして

南高井病院 院長 西尾 俊治

皆様、新年明けましておめでとうございます。
今年は甲辰（きのえ たつ）年です。この干支
は「成功という芽が成長し、姿を整えていく」
という縁起の良い年とされています。

さて今年はどうな年になるのでしょうか？ 4
年間続いている「新型コロナウイルス感染症」
の終息宣言は期待できず、また他のウイルス感
染症も増加し油断ができません。東日本大震災
という未曾有の自然大災害から13年が経とうと
しています。今後も未知の自然災害を新たに経
験すると覚悟しておかなければなりません。

「新型コロナウイルス感染症」に対しては新
薬・ワクチン開発により多少は治療ができるよ
うになりましたが十分とは言えません。引き続
き感染予防（マスクの正しい装着、アルコール

消毒、密を避けるなど）を守りながら過こしま
しょう。

このような時代だからこそ病気・介護に悩む
患者様・利用者様・ご家族様に安心して当法人
を利用していただけるように職員全員が元気に
目標に向かって進んでいきましょう。

南高井病院は今年も「柔軟性を発揮し、人に
優しい医療・介護・地域連携をめざしていきたく
い」と思います。今後とも医療・介護関係者な
らびに地域の皆様からのご指導・鞭撻を切にお
願ひいたします。



医療介護情報

このコーナーでは、医療保険情報又は介護保険情報についてご紹介していきます。

医療・介護・障害福祉サービスのトリプル改定

2024年4月に診療報酬改定が予定されています。診療報酬については2年に1回、介護報酬、障害福祉サービス等報酬については3年に1回改定が行われており、今回は6年に1回の同時改定の年となります。2025年には団塊の世代が75歳以上となり、その後2040年に団塊ジュニア世代が65歳以上となるまで超高齢社会の問題がさらに進み、同時に少子化の影響もあり医療・介護現場の担い手不足が問題となっています。今回の改定ではそれらを含めて医療・介護サービスが継続的に提供されるよう整備していく必要があります。現在、報酬改定に向け厚生労働省では多くの議論がなされていますが、今回はその中から重要なテーマをいくつかご紹介します。

●全世代型社会保障

全世代型社会保障とは、全ての世代にとって安心できる社会保障のことです。これから生まれる将来の世代も含めて、将来にわたって社会保障制度を持続させるために、負担を先送りせず、社会保障給付を見直していかなければいけません。また、医療・介護・障害福祉サービスの連携も強化していく必要があります。

●人材確保・働き方改革

超高齢化・少子化に加え、物価高騰・賃金上昇が進む中、医療・介護分野では他の産業の賃上げに追い付いておらず、医療・介護現場から離れる人が増えています。また、医師の働き方改革、職場環境の改善、多様な働き方への対応、業務の分担、ICTの活用など、多くの課題への対応が求められています。

●地域包括ケアシステム

医療機関、介護事業所、薬局、訪問看護ステーション、障害福祉サービス間の連携を深め地域包括ケアシステムの推進が求められています。そのため、医療DXの推進による医療情報の有効活用により、外来・入院・在宅を含めた地域全体での医療機能の分化・強化・連携を進めなければなりません。

参照：厚生労働省 HP

お気づきの点やご不明な部分があれば、
平日の8:30～17:30で医事課へお問い合わせください。

おめでとうございます

ご挨拶をさせていただきます。

今年も皆様にとって
ステキな一年に
なりますように



新春のお慶びを申し上げます

謹 賀

新 年



今年もよろしく願ひします！

2024 おけまして

部門別の年賀状で新年の



介助犬とは？



介助犬ファンタくん

リトルみなみちゃんの ウキウキ ウォッチング！

第81回
四国介助犬キャラバン開会式



理解が深まりました！



ペットボトルも
取ってきてくれます！

可愛いだけ
じゃないワン！



聴導犬のエマちゃんも
頑張りました！

12月17日に南高井病院内の南高井劇場にて、四国介助犬キャラバン開会式が開催されました。開会セレモニーの後、介助犬についての説明やデモンストレーション、トークセッションがありました。休憩をはさみ、実際に介助犬を利用されている藤原さんのお話を聞かせていただきました。命にかかわる危険な状態になったときに、介助犬のだいきち君がいてくれて助かったこと、パラサーフィンの世界大会で3位の話をサラッとされるかっこいい方でした。そして、介助犬になるまでのトレーニングも紹介していただき、地道なかかわりが必要なんだと感じました。最後には、介助犬体験やふれあいの時間もあり、参加者みんなすっかり虜になりました。私たち医療機関も協力し、「介助犬」を広めるお手伝いをしていこうと思っています。

焦らずじっくり焼きつけると外側はカリッ、中はもちりとした食感に仕上がりますよ！



材料(2~3人分)

- | | | | |
|-------------------------|----------------|-----------------|----------------|
| ・じゃがいも ……
大1個(約200g) | 《生地》 | ・小麦粉 …… 1/2 カップ | ・小麦粉 …… 大さじ1.5 |
| ・豚バラうす切り… 100g | ・溶き卵 …… 1個分 | ・ごま油 …… 大さじ2 | |
| ・にら …… 1/2束(50g) | ・白すりごま、砂糖、しょうゆ | | |
| ・白菜キムチ …… 100g | ……………各 大さじ1.5 | | |
| | ・水 …… 120ml | | |

作り方

- ① ボウルに生地の小麦粉以外の材料を入れてよく混ぜ、小麦粉をふり入れて混ぜる。にらは5cm長さに切り、キムチとともに生地に加えて混ぜる。
- ② じゃがいもはスライサーで薄い輪切りにし、別のボウルに入れて小麦粉大さじ1.5をまぶす。豚肉は長さを半分に切る。
- ③ フライパンにごま油大さじ2を強めの中火で熱し、火

を止めてじゃがいもを敷き詰める。①の生地を流し入れ、豚肉を広げて乗せる。再び強めの中火で熱し、焼き色が付くまで約4分焼き、上下を返す。中火にし、フライ返しで時々押さえながら、焼き色がつくまで3~4分焼く。

- ④ 食べやすく切って器に盛って完成。

料理長オススメ
**簡単
レシピ**

すぐに作りたくなる
簡単レシピを
ご紹介します。

146
ページ

じゃがいもとキムチのチヂミ

🕒 調理時間 約15分
370kcal (1人分)

私の問診票



カルテ No.74

南高井病院

みなみちゃん

聞き手：ガングロぶっくMt.



5年間ありがとう！総集編【後編】

編集部（以下、編） 続いて後編いきましょう。

みなみちゃん（以下、み） 全員覚えてた？

編 覚えてる覚えてる。でもそんな前だったっけ？っていうのはあるかなー。

み わたしもこっそり写真に写ってて若かったなー…。

編 みなみちゃんは、ごめん、変わってない（笑）。※変わるわけがないんです

編・み ということで、またいつかお会いしましょう！



今まで
ありがとう
ございました！

お知らせブログ【みなみちゃんだより】見てね!

みなみちゃんだより ブログ

検索

随時見学受付中!!

南高井デイサービスセンターの

あれこれ見せます!聞かせます!ココが魅力だよ!銀集合!!

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いします。

書道教室

看護師が書道の先生に!
様子をご覧ください!

俳句教室

参加者の方にインタビュー!



知り合いの方から本を頂いて、それから俳句をするようになりました。奥が深いです。



俳句を考えるのがとても楽しいです。

ここで一句
老の身に誠嬉しや介護策

俳句教室に参加するのがとても楽しみです。毎日俳句を考えています。



皆さまでぜひご参加お待ちしております!

BEST shot

Part 1



カラオケ大会の様子
自前の帽子&ギターで。

Part 2



手芸教室で座布団作成。自宅玄関の椅子で使われるようです。

つよびより

【小規模多機能ホームつよし】

2024年の新しい年を迎えました。今年は辰年！辰にあやかり、昇り龍のごとく、一歩一歩確実に、まっすぐ上を向いて、明るい一年になりますように…。

Happy NEW
YEAR
2024

その

今年の干支「辰」で力強く活気溢れる年になあれ！



縁起を担いで
新しい年をスタート！



キラキラ輝く
年になあれ

その

羽子板で厄除けしましょう！

羽子板は邪気を跳ね除ける意味があるんだとさ！



羽根つき
しましょ！

孫の健康を
願って…

MERRY
CHRISTMAS

日本のクリスマスの始まりは
1552年！つよしのクリスマス
は…やっぱり美味しいケーキ
がメインです。



美味しく
なあれ

美味い！

12月生まれのお誕生日

87歳！！

な、なんと双子の
お姉様です。

モリモリ みなみの杜

今年の抱負
好きな言葉は？

あけまして
あめどう
ございます



元気にデいに
来るけんね！



去年も今年も来年も、
ずっとずっと転ばん体操！



杜デイの言一点
理学療法士による
『転ばん体操』

レディーはりハビリス
スタッフにメロメロ！？ い
つもよりしっかり足が上
がっているような…？

足首の柔らかさも
大事です

オリジナルしめ飾りで
謹賀新年★



職人技！

昨年中は大変お世話になりました。
本年も皆様のご健康とご多幸をお祈りしております。
『楽しく、元気に、ともに歩く！！』をモットーに
昨年よりもさらにパワーアップした
みなみの杜デイサービスセンターを…
本年もよろしくお願い申し上げます



お問い合わせ 089-970-7370 みなみの杜 デイサービスセンター



南高井病院 保育園便り

Vol.54
焼き芋&お誕生日

誕生日会をしました。自分の好きなものをみんなの前で言える3歳児! ちょっと恥ずかしそうだったけど、上手に答えることができました♪ 元気にすくすく大きくなあれ☆彡

11月のある日の午前中、お外で焼き芋をしました。とっても美味しそうにたくさんパクパク! そして、15時のおやつは余った焼き芋でスイートポテト☆ 年長のお姉ちゃんが作ってくれました。アイスと一緒に召し上がれ! みんなととっても美味しく食べていました。そんなお芋な一日でした(^ ^)

天真会広報活動強化プロジェクト キャッチコピー入賞作発表!

先日、法人の広報活動の強化を目的とした天真会のイメージやキャッチコピー、それに関するデザインを職員に募集したところ、56名から76作品の応募がありました。各部署長による厳選なる審査の結果、以下のキャッチコピーが選ばれました。

入賞作品

1位
1名(商品券1万円)

『ここで良かった』に出会える。

2位
1名(商品券6千円)

自然の中で医療と暮らしをつなぐ

3位
8名(商品券3千円)

医療と介護が必要なら当院へ
高齢者より高嶺者へ!
大切な人が幸せになれる場所
人々の仕合せのために
笑顔と和

過ごしたい場所で想いを叶える
あなたに会えて良かったと言われる
笑顔でつなぐ仕合せの輪

応募いただいた職員の皆様、ありがとうございました。そして入賞された皆様、おめでとうございます!

現在着々とデザイン化が進められており、お披露目は年明けの予定。天真会のラッピングカーが街中を走る日をお楽しみに。

元気で高井!

INDEX

1 年頭所感

南高井病院 院長 西尾 俊治

2 医療・介護情報

医療・介護・障害福祉サービスのトリプル改定

3 部署別年賀状

5 リトルみなみちゃんの ウキウキウォッチング!

四国介助犬キャラバン開会式
料理長オススメ! 簡単レシピ

6 私の問診票

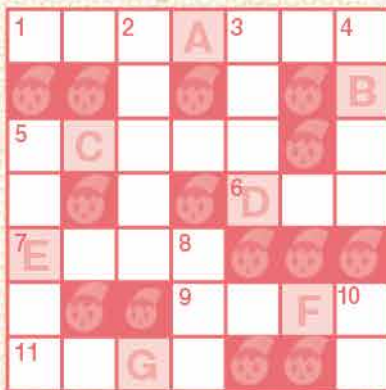
5年間ありがとう! 総集編【後編】

ひだまり

・南高井デイサービスセンターの
あれコレ見せます! 聞かせます!
ココが売りたい! 全員集合!!
・つよしびより
・モリモリみなみの杜

保育園便り

・天真会広報活動強化プロジェクト
キャッチコピー入賞作発表!
・元気でクロスワード!
・読者プレゼント
・てんてんの編集後記



元気でクロスワード!

難易度

★★★★☆



答え A B C D E F G

タテ

- 2 すばいこと
- 3 多くのもの。「～の事情」
- 4 心がはずむような、軽い感じ。「～な音楽」
- 5 通称「宮島」。西日本の広島湾に浮かぶ小さな島
- 8 三方を囲った前面に戸をつけ、中にたなを設けて、物を入れる家具
- 10 「能ある鷹は～を隠す」

ヨコ

- 1 「骨折り損の～」
- 5 巻積雲のこと。うろこ状にひろがる雲
- 6 隠れていた事柄が外から見てわかるほどにあらわになること
- 7 素人
- 9 熱が伝わらないようにすること
- 11 小説「坊っちゃん」で赤シャツと交際している教師のあだ名

クロスワードパズルの答えがわかった方は、①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号 ⑤本誌を読んだ感想 ⑥面白かったコーナー(理由も) ⑦希望のプレゼント番号 ⑧クロスワードクイズの答えを書いて「みなみちゃんポスト」に投函するか、ハガキまたはメールにて、編集部までお送りください。発表は発送をもって替えさせていただきます。



みなみちゃん
ポスト

はがき

メール

必要事項を明記し、編集部宛に投函してください。

〒791-1112 松山市南高井町333
南高井病院「元気で高井! 11月号 読者プレゼント係」

※アドレスにご注意!

genkidetakai@tensinkai.or.jp ※個人情報 は適切に扱います。

※ご注意※
住所の記入を
お忘れなく!

応募締切 1月31日(水)

2

坊っちゃん劇場
特別招待券



1組2名様 提供:編集部

1

愛媛オレンジバイキングス
指定席引換券



1組2名様 提供:編集部

読者プレゼント

クロスワードを解いて、
プレゼントをもらおう!

※南高井病院レストランの
お食事券は、しばらくの間
控えてさせていただきます。



撮影者/編集部
撮影日/令和5年12月14日

今月の表紙

答え	モ	ト	フ	ユ	キ	イ
フ	ン	ン	ユ	ソ	ク	タ
ユ	ガ	シ	ウ	ソ	ク	タ
ガ	イ	ア	ツ	ジ	ハ	ン
ハ	イ	ジ	ツ	イ	ン	ハ
ジ	マ	ツ	イ	ン	ハ	ン
マル	ハ	イ	カ	ン	ル	イ

先月のクロスワードの答え

令和6年1月1日

発行: 医療法人天真会 南高井病院

松山市南高井町333番地

TEL: 089(976)7777(代)

E-mail: minamitakai_hp@tensinkai.or.jp



てんてんの編集後記

新年あけましておめでとうございます。本年も「元気で高井!」をよろしく願い致します。昨年末のことですが、新年を迎えるにあたり、心機一転走り込みをしようと、息子達のランニングに参加してみました。やる気満々でスタートしましたが、なんと数分も持たずギブアップ! 体力の無さを痛感しました…。今年の抱負は「ほどほどに」に決まりました(笑)。(自称編集長)

雑貨市場 マルシェーム

マルシェームでは、
手作り雑貨や小物など
多種取り揃えて
皆様をお待ちしております。
ぜひ一度お越し下さいませ。



お店は、新館 1F
売店前にあります！

売店
インフォメーション
1月イベント

Strawberry Fair

開催日

1/18(木) 一日限り!

＼大人気！＼
いちご
まつり
開催！

- ・苺とバナナのクレープ 280 円
- ・大きなツインシュー 100 円
- ・フレンチクルーラー 120 円
- ・生どら焼き 110 円 など

※全て税込



医療法人 天真会 南高井病院

愛媛県松山市南高井町333 〒791-1112
TEL(089)976-7777 FAX(089)976-6622
<http://www.tensinkai.or.jp/>

- 南高井病院介護医療院
TEL(089)976-7777 FAX(089)976-6622
- 南高井居宅介護支援事業所
TEL(089)976-7791 FAX(089)976-7833
- 南高井訪問看護ステーション
TEL(089)976-7778 FAX(089)976-5505
- 南高井デイサービスセンター
TEL(089)976-7793 FAX(089)976-7740
- 南高井ホームヘルプステーション
TEL(089)970-6160 FAX(089)960-1362
- ショートステイみなみ
TEL(089)955-7131 FAX(089)955-7132
- 小規模多機能ホームつよし
TEL(089)960-8353 FAX(089)960-8363
- サービス付き高齢者向け住宅 みなみの杜
TEL(089)976-7881 FAX(089)976-7882
- みなみの杜デイサービスセンター
TEL(089)970-7370 FAX(089)970-7372

私をステキな職場に
連れてって！

人と地域がスキな職場で、
一緒に働きませんか？

(医) 天真会

南高井病院

TEL:976-7777

ブランクのある方、経験の
少ない方でも安心して働けます。
詳しくはホームページをご覧ください。

看護・介護職員募集