

バナナプディング

材料（4人分）

バナナ …………… 2本
卵 …………… 2個
牛乳 …………… 160cc
甜菜糖 …………… 大さじ3
※砂糖で代用可



つくricat

- ① バナナを1cm程度の厚さでスライスし、耐熱皿に並べる。
- ② ボウルに卵を割り入れ、甜菜糖を加えて泡立て器でしっかり混ぜる。
- ③ ②に牛乳を加えて更に混ぜ、ザルでこして耐熱皿に流す。
- ④ 200℃の予熱で温めたオーブンで30分程度、表面に焼き色が付くまで焼く。

※温かいまま、常温、冷蔵庫で冷やして等お好みに合わせてお召し上がり下さい。

甜菜について

甜菜（てんさい）とは、北海道のみで生育され、10～11月にかけて収穫されるカブのような形をした根菜です。ビートや砂糖大根とも呼ばれます。その甜菜で作ったまろやかな甘さやコクが特徴の砂糖を甜菜糖といいます。甜菜糖は上白糖に比べて、カリウム・カルシウム・リン・マグネシウム・亜鉛などのミネラルやオリゴ糖が豊富に含まれています。オリゴ糖は消化酵素でほとんど消化・吸収されることなく腸に届き、善玉菌であるビフィズス菌の増殖を促進して腸内環境を整えてくれます。更にGI値※が上白糖は109、甜菜糖は65と上白糖に比べて大変低く、血糖上昇が緩やかになるため、糖尿病や肥満の方にもおすすめです。

※GI値：グリセミック・インデックスの略で食後の血糖値の上がりやすさを示したものです。ブドウ糖による血糖上昇を100として各食品の血糖上昇率をGI値といいます。GI値が高いほど食後の血糖値を上げやすく、低いほど上げにくくなります。

済生会飯塚嘉穂病院について

理念

私たちは、地域の皆様の健康を守るため、医療連携に努め、地域に密着した信頼される病院作りを目指します。

基本方針

1. 地域の医療介護ニーズに応える救急医療、専門医療、在宅医療を充実します。
2. 患者さんの権利を尊重した良質で安全な医療を提供します。
3. 地域住民の健康を守る無料低額診療事業を推進します。
4. 健全経営に努め、職員がやりがいの持てる職場を作ります。

□受診のご案内

受付時間 月～金 8時30分～11時

休診日 土曜日、日曜日、祝日、年末年始

※「外来診療担当医表」は、別途配付しています。

□無料低額診療のご案内

無料低額診療事業とは、経済的な理由によって必要な医療を受ける機会を制限されることのないよう、無料または低額な料金で診療を行う事業です。対象となる方は、経済的な理由で医療費が払えない方です。申請の手続きの際は、医療ソーシャルワーカーがご家族のこと、生活のこと等を伺わせていただき、申請書の提出が必要となります。詳しくは当院の地域医療連携室までお尋ねください。



コメントへの対応はできませんので、お問合せ等は病院ホームページのお問合せフォームやお電話をお願いします。



社会福祉法人 済生会 福岡県済生会飯塚嘉穂病院

〒820-0076 福岡県飯塚市太郎丸265番地 TEL 0948-22-3740(代表) FAX 0948-29-1987 <https://iizuka-kaho.jp/>



済生会飯塚嘉穂病院

健康情報誌

vol.44
2023.11

NADESHIKO SANSAKU

なでしこ散策



コンテンツ

済生会飯塚嘉穂病院からのいいしらせ

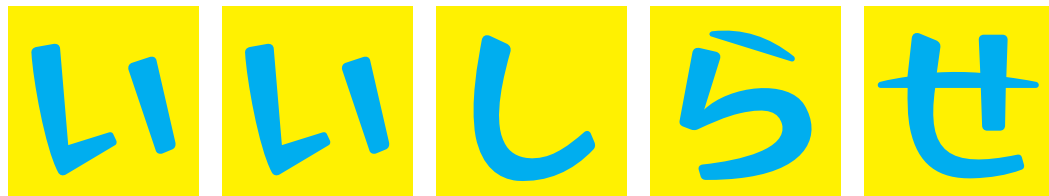
栄養レシピ「バナナプディング」

行政からのお知らせ

筑豊ぷらっと「山野の五百羅漢」

医療なぞなぞ

飯塚嘉穂病院からのお知らせ



緩和ケアガーデンが完成しました！

当院では令和3年下旬から5月末まで緩和ケア病棟の庭園を改修するためにクラウドファンディングを実施しました。緩和ケア病棟とは、がん患者さんの心身の苦痛を軽減し、できるだけ穏やかに過ごしていただくための専門病棟で、当院は筑豊地区で初めて緩和ケア病棟を開設した病院です。患者さんにとって第二の家のように安らげる場所となることを目指しており、病室から庭に続くウッドデッキでは、桜の季節はベッドのまま病室から出てお花見をしたり、庭に咲く花々を楽しんだり、ペットと面会したり、季節や自然を感じていただくことができます。そのような大切な庭を皆様のご支援により、10月末に無事リニューアルすることができました。誠にありがとうございました。

第4回済生会健康フェアを開催しました！

11月3日、「第4回済生会健康フェア」を開催しました。済生会健康フェアとはイベントを通じて地域の皆様に健康に興味を持っていただくこと、病院を身近に感じていただくことを目的に開催しています。

また、子どもたち向けにお仕事体験を開催することで、医療に興味を持ってもらい、この地域の未来を支える医療人が生まれることを願って企画しています。

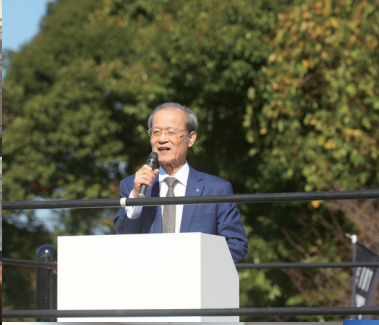
新型コロナウイルスの影響で5年ぶりに病院の開催となる今回のフェアには1,400名の方が来場しました。今回のテーマは「緩和ケアガーデンリニューアル記念～感謝と絆～」です。

屋外では迫院長の開会挨拶に続き、稲築志耕館高等学校による和太鼓の演奏、九州プロレスによるちびっこプロレス教室やイベント試合、トリオフォレストによる演奏会、アンドモザイクスによる演劇など内容盛りだくさんで笑い声の絶えない楽しいイベントとなりました。その他、地元飯塚市のゆるキャラぼたぼんや大野城市の大野ジョーくん、とまどかちゃん、宮若市の追い出し猫さくらちゃんが登場し子どもたちも大喜びでした。露店コーナーではJAふくおか嘉穂桂川支所の秘伝の唐揚げや地元名物揚げ出しオムレツ、無添加のジェラートや地元産野菜を使ったピザなど13の人気店が並びました。

院内では、2階で血管年齢や骨密度測定などの健康測定やリハビリ体験を開催し、リハビリ体験は地元のフレイルサポーターや麻生飯塚病院のリハビリスタッフと協働して高齢者体験やフレイル予防が行われました。1階では子どもたちに毎回人気の内視鏡や薬剤体験など病院のお仕事体験、済生会の歴史展と題し済生会の歴史パネルや古物の展示も行われました。

この他にも屋外では「We are the Champions」の音楽が流れる中、リングアナウンサーによる「済生会理事長炭谷 茂の入場です」というアナウンスで済生会本部理事長がプロレスリングに登壇、周囲から「理事長コール」が沸き起こりました。講演内容は済生会の歴史、済生会が目指すもの、済生のまちづくりについてでした。

また、本日が一般の方に初お披露目となる緩和ケアガーデンツアーが開催され、多くの方に緩和ケア病棟について知っていただく機会となりました。また、パトカー、消防車などの緊急車両体験や、ピクニック共和国による飯塚嘉穂ミニ動物園が設置されヤギやアヒル、ひよこなどの動物たちとの触れ合いやエサやり体験など子どもたちに大人気でした。久しぶりの済生会健康フェアは地域の方々も職員も楽しめるイベントとなりました。フェアにご協力いただいた皆様、ご来場いただいた皆様、誠にありがとうございました。職員一同、これからも地域に根差した医療を心掛けてまいります。



行政からのお知らせ

飯塚市

令和5年度 いづかブランド認定商品が決定！
【いづかブランドってなに？】
飯塚市の優れた地域資源または製品を「いづかブランド」として認定しています。
飯塚には美味しくて、優れた自慢の製品がたくさん！ぜひチェックしてみてね！
前回に引き続き、いづかブランド認定商品をご紹介！どれもお助めの1品です♪



①筑穂牛（牛肉） 森本牧場

旧筑穂町で飼養されている福岡県内でも最古のブランド牛。独自の配合飼料を与えて育てることで、ほんのりと優しい薄紅色の肉色となり、その脂は甘く、まるで舌の上でとろけるよう。
☎0948-72-1457
●飯塚市北古賀267-1



②田中カレー（レディース） 宮ノ上げんき

全国約65万人の素敵な田中女子におくる、田中による田中女子のためのカレー。
☎0948-72-0604
●飯塚市長尾1371



③うちのこDELししか・やさい Only One.

人が食べられる、地元飯塚の上質な鹿肉と野菜を材料に使った体に優しい無添加ペットフード。成犬用～離乳食やシニア犬の健康維持に最適の商品です。
犬種により大きさや硬さがお選びいただけます。
☎090-6399-3000
●飯塚市弁分287-2



④きれいなコーヒードリップバッグ オアシス珈琲有限会社

きれいなコーヒー⑥のドリップバッグ12種類の詰め合わせ。香り高いクリアな味わいの珈琲を手軽にお楽しみいただけます。
☎0948-26-1555
●飯塚市堀池133-9



⑤ながのばあちゃんの白おこわ 野々実会

旧長崎街道内野宿で医師シーボルトが食したという「白おこわ」料理を、ながのばあちゃんが再現したお弁当。内野宿の名物として残していきたい一品。
☎0948-72-4755
●飯塚市内野3260



嘉麻市

歴史資料でたどる 秋月藩政下の嘉麻郡

秋月藩立藩400年記念ミニ企画展

令和5年10月3日（火）～令和6年1月28日（日）
碓井郷土館 織田廣喜美術館内
〒820-0502 嘉麻市上臼井767

●お問い合わせ／生涯学習課 文化財係（電話0948-62-5720）
【開催時間】午前9時30分～午後5時30分（入館は午後5時まで）
【休館日】月曜日（祝日の場合は直近の平日）、12月25日～1月4日
【料 金】無料



秋月藩立藩400年となる今年、碓井郷土館の「郷土の先人たちのコーナー」において秋月藩と嘉麻郡に関する資料を展示します。黒田家にまつわる本館の所蔵品や地域で大切に受け継がれてきた文書、史跡等の歴史資料を通して当時の嘉麻郡の様子を紹介します。



写真は全てイメージです。



五百羅漢

桂川町



希望をつなぐ コンサート in 桂川

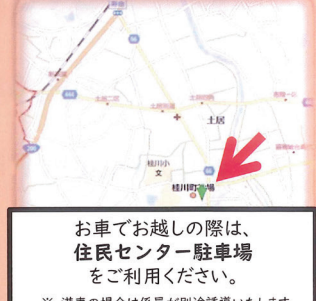
2023.12.9（土） 開場：13:00 開演：13:30

会場：桂川町住民センター（桂川町土居424-8）

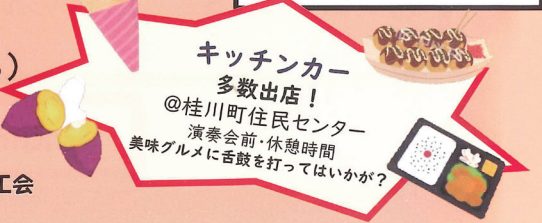
チケット：500円（※ 前売りのみ 当日券なし）
小学生以下 入場無料

お問い合わせ：kibocon.jimu@gmail.com
（ながの塾 桂川町寿命32-1 TEL:0948-65-0228）

主催：音楽アート PEANUTS
共催：桂川町文化連合会
後援：桂川町 桂川町教育委員会 桂川町社会福祉協議会 桂川町商工会



お車でお越しの際は、住民センター駐車場をご利用ください。
※ 満車の場合は係員が別途誘導いたします。



キッチンカー
多数出店！
@桂川町住民センター
演奏会前・休憩時間
美味グルメに舌鼓を打ってはいかが？

筑豊 ぷらっと

広報誌制作スタッフが、筑豊の珍しいものや名所などを紹介します。

山野の五百羅漢

嘉麻市山野では、毎年9月の秋分の日「山野の祭」と呼ばれる水神祭が開催されています。このお祭りは別名「河童祭り」と呼ばれており、福岡県指定無形民俗文化財に登録されています。この「山野の祭」が行われる若八幡宮の向かい側の丘に、約730年前に奉納された石像群があります。その数、およそ350体。かつては、もっと多くの石像があったといわれています。

この石像群を奉納したのは、妙道という人で、文永8年（1271）、山野のお宮（若八幡神社）に石仏を納めたという記録が残っています。

以来、地元の人びとから「五百羅漢」と呼ばれ、大切に守られてきました。石像群の背後には、かつて二つの穴があり、東の穴を伊勢、西の穴を高野と呼んでいたそうです。このいわれは不明ですが、山野の地は昔から宇佐八幡宮とつながりが深く、石像群も、豊前地方との交流を伝える貴重な資料といわれています。

長い間、風雨にさらされた石像群は、どれも柔らかな表情、かたちをしていて心なごむものがあります。現在は、風化防止施設の中で大切に保存されています。

五百羅漢を眺めながら、その柔らかな表情に「ほっ」とできる穏やかな時間を過ごすことができました。

奥には五百羅漢を切り出していたと思われる岩肌も見えています。



五百羅漢

医療なぞなぞ

病院で働いている野菜は
为什么呢？



（答えは最後のページの下に書いています）