



いきいき子育て わくわく児童館

楽しいやきいも会&

クリスマス会

★11月16日(出) やきいも会

サツマイモは新聞紙に包んで水に濡らし、アルミホイルを巻いて見えないように工夫したよ。出来たのやきいもはとってもおいしく、サツマイモご飯と豚汁もいただきました。

★12月21日(出) クリスマス会

みんなで「あわまんぼうのサンタクロース」を歌っているとサンタさんがあらわれたーやさしいサンタさんは、劇を観た後、プレゼントをくれたよ。ありがとう、サンタさん！

クリスマス会



「3匹のこぶた」の劇
ワラヤレンガのおうち作り
を手伝うぞ〜!



メリークリスマス!
サンタさん、プレゼント
ありがとう!

やきいも会



やきいもが出来るまで班対
抗レクをしたよ!メダルが
もらえてうれしいな♪



みんなでサツマイモご飯
を作ったよ!とってもお
いしい〜!

身近な食材で!

元気レシピ♪

このコーナーでは、町の特産品を使ったレシピや健康増進レシピ、給食レシピなどをご紹介します。

第30回 豚肉のソテー

農政係

東庄町産豚肉のソテー いちごジャムソース添え

東庄町特産のいちごのシーズンが始まりました。そこで今回は、いちごジャムを使って簡単に本格フレンチ風ソースの出来上がり。フライパン1つで作るので、時短にもなります。

つけあわせに、炒めたコカブを添えたら栄養満点の一皿に!



● 材料 ● 3人分

豚ロース肉…… 3枚	いちごジャム… 大さじ3	A
マッシュルーム… 8つ	しょうゆ…… 大さじ半	
ニンニク…… 1片	バター…… 大さじ半	
ショウガ…… 一つまみ	白ワイン…… 大さじ6	
塩・コショウ… 適量	ブラックペッパー… 適量	

● 作り方 ●

- ① 豚肉は筋切りし、塩コショウをふる。マッシュルームは、スライスする。
- ② 熱したフライパンに油をひき、豚肉を焼く。そのまま蓋をして蒸し焼きにする。
- ③ 肉が焼けたら、フライパンから取り出し、そのまま肉汁が残ったフライパンに直接、ニンニクとショウガをすりおろす。マッシュルームを入れる。
- ④ Aを入れて、中火で伸ばしながら沸騰させ、ジャムが溶けてソース状になるまで炒める。
- ⑤ 最後に塩とブラックペッパーをふりかける。豚肉にソースをかけたら、出来上がり。

健康里から づくりの

自宅での療養生活が不安な方 訪問看護サービスを利用してみませんか

不安を抱えている方は ご相談ください

- ・病院を退院して家に帰りた
いけど何となく不安
- ・薬の管理ができるか
- ・尿の管や栄養チューブなど
の医療的ケアを家族ができ
るか心配
- ・床ずれができないようにす
るにはどうしたらいいの
- ・家で最期まで過ごせるか

訪問看護師って どんな人？

訪問看護師とは、自宅に訪
問して看護を行う看護師のこ
とです。

病状を看護の視点で観察し、安心して療養生活を送れるようにお手伝いします。

東庄町訪問看護 ステーションでは

町に一つしかない訪問看護
ステーションとして、いつも
でも連絡がとれるように対応
しています。在宅で最期を迎
えたいと希望される方には、
休日や夜間等の緊急訪問も
対応しています。どうぞお気
軽にご相談ください。



問い合わせ
保健福祉総合センター内
東庄町訪問看護ステーション
☎80-3300

医療の

窓

昨年9月に着任しました
薬剤師の林章博です。東庄
病院の一員として尽力しま
すので、どうぞよろしくお
願いいたします。これまで
調剤薬局に勤務しておりま
したので、院外処方箋につ
いてお話しさせていただき
たいと思います。



国保東庄病院
林 章博 薬剤師

院外処方箋と一般名処方

剤師というそれぞれの分野
の専門家が、処方箋を通じ、
患者さまをサポートするこ
とで医薬分業の仕組みが機
能します。

院外処方箋の有効期間は
発行日を含め4日間です。
期限を過ぎると調剤薬局で
は受付できなくなりますの
でご注意ください。受け取
りは後日でも構いません。

院外処方箋を受け取った
ら、全国どちらの保険調剤
薬局を選択しても構いませ
ん。ご近所や出張先の保険

調剤薬局で調剤してもらえ
ます。また、複数の病院に
通院している場合、相談を
しっかりとできる「かかりつ
け薬局」を持つことで服薬
管理の相談や健康相談がで
き便利です。

院外処方箋で、印字され
た医薬品の名前が変わった
と感じたことはないでしょ
うか。薬の名前が変わった
のは商品名でなく、一般名
で書かれるようになったた
めです。商品名は製薬企業
が名前をつけたもので、一
般名は医薬品の主成分のこ
とを言います。一般名で印
字された処方箋は、先発薬
品と後発医薬品（ジェネ
リック医薬品）を保険調剤
薬局の薬剤師と相談の上、
選択することができます。

普通錠や口腔内崩壊錠、カ
プセル等、剤型については、
指定され記載されている場

合があります。

また、「変更不可」（その
薬しか調剤できない）と
なっている処方箋もあり医
師の意向を反映したものに
なっています。変更不可欄
に「✓」または「×」の記
載があれば一つの医薬品の
決め打ちで変更はできなく
なります。

厚生省ではジェネリック
医薬品の使用促進を図るた
め、一般名処方を推進して
います。この影響もあり、
商品名処方から一般名処方
への切り替えが進んでいま
す。院外処方箋の様式が変
わり、一般名になることに
より、経済的に負担が軽い
ジェネリック医薬品を選択
しやすくなったようです。

当院でも院外処方箋は、一
般名処方で行っております。
ご希望の方は受診時に
医師に申し出てください。



東庄病院の診療日

内 科	月～金曜日の午前および 第1・第3土曜日の午前
整形 外科	毎週火曜日の午前（予約制）

（受付時間は午前11時まで）

※救急患者については、休診日および時間外でも24時間体制で診療しますので、電話連絡のうえ来院してください ☎86-1177