メデカルス



桑名市 総合医療センター 循環器内科 けい 佐藤 圭 さん

テ 今 | | マ の

「足の傷外来」が始まります

の傷外来」を始めます。 桑名市総合医療センターでは「足

を見る 50 日上に関連で動すられた。 は、これである。 は、これである。 は、これである。 は、これである。 は、これでで火傷した、などで生じたた、こたつで火傷した、などで生じたた。 とのゆびをぶつけた、靴ずれができ

要です。

悪尿液や高血圧、喫煙、透析などは
動脈硬化の原因であり、足の血流の
は重篤な状態であり、適切な治療が
は重篤な状態であり、適切な治療が
は重篤な状態であり、適切な治療が
を来たすことがあります。CLTI を要にするとがあります。CLTI を要にするとがあります。CLTI を要にするとがあります。CLTI を要にするとがあります。OLTI を要にするとがあります。OLTI を要にするとがあります。OLTI を要にするとがあります。OLTI を要にするとがあります。OLTI を要にするとがあります。OLTI

療やバイパス手術を行うことで、足皮膚科や整形外科を受診されること皮膚科や整形外科を受診されることを場合、何科の病院を受診しますか?

とがあります。す。あるいは傷の治りが早くなるこの切断を回避できる可能性がありま

てLTIの患者さんは狭心症や心のとなる診療科と協議の上、診療を必要な検査を行った上で、治療の中ととなりました。「足の傷外来」ではととなりました。「足の傷外来」を開設することとなりました。「足の傷外来」を開設することとなる診療科と協議の上、診療を心となる診療科と協議の上、診療を心となる診療科と協議の上、診療を

せていただきます。

皆さんの足の傷は普通の傷と同じ
はご家族や主治医ともご相談くださ
はご家族や主治医ともご相談くださ
はご家族では皆さんがよりよい生活

問総合医療センター

7

防災教室

今月のテーマ

登録、個別避難計画について避難行動要支援者名簿への

■避難行動要支援者とは?

要する人のことです。

るおそれがある場合に、自ら避難する
ことが困難な人で、その円滑かつ迅速
ので、その円滑がつ迅速
が、または災害が発生する

簿)の作成が必要?■なぜ避難行動要支援者名簿(名

名簿は、避難の支援、安否の確認、その他の避難行動要支援者の生命まために必要な措置を実施するための基礎とない。

さい。 録を希望する人は、市までご相談くだない人でも、何らかの事情で名簿に登送付していますが、要件に当てはまら、新たに対象となった人には案内を

■作成した名簿は?

は、平常時の提供はされません。とめ、平常時から自治会や民生委員なとめ、平常時から自治会や民生委員などの表別の情報を台帳としてまとめ、平常時から自治会や民生委員などを得るために関係者への情報提供のどを得るために関係者への情報提供の

策の検討などに活用していただきます。民生委員の人たちに、災害時の避難対※名簿の提供を受ける自治会関係者や

避難行動要支援者名簿の対象者

・肢体(上肢、移動機能)2級以上〇障害者手帳の等級が次のいずれかの人の要介護3以上の介護保険認定者

・療育手帳の等級A2以上呼吸器機能3級以上

·視覚、聴覚、平衡機能、肢体(下肢、体幹)

・精神障害者保健福祉手帳の等級1級

▲個別避難計画の策定に取り組

名簿に登録している人のうち、避難 名簿に登録している人のうち、避難 を避難が困難な人を優先して「個別避 と避難が困難な人を優先して「個別避 と避難が困難な人を優先して「個別避 と避難が困難な人を優先して「個別避 と避難が困難な人を優先して「個別避 と避難が困難な人を優先して「個別避 と避難が困難な人を優先して「個別避 と避難が困難な人を優先して「個別避 と避難が困難な人を優先して「個別避 と避難が困難な人を優先している人のうち、避難

間防災・危機管理課

人気の給食しシピ

今月の×ニュー

ポークビーンズ



問 秘書広報課(☎24-1492 24-1119)

この日の他メニュー

○ココア揚げパン

〇牛乳

○コールスローサラダ

栄養データ(1人分)

エネルギー 151kcal たんぱく質 9.8g 脂質 5.0g 炭水化物 21.8g 食塩相当量 0.7g

········· 材料2人分 ············

● 豚肉(小間切れなど) 30g ● しょうが

たまねぎ 中1/3個 (こんにく)

中1/2本 🌕 ケチャップ 大さじ1と1/3

適量

適量

● じゃがいも 中1個 ● トマトピューレ 大さじ2弱

乾燥大豆 30g (水煮大豆の場合は60g) A 水 60mlブイヨン 小さじ1/2 ツース 少々 砂糖 少々

● 油 適量

● にんじん

┈ 作り方 ⋯⋯⋯⋯

※乾燥大豆は前日から水でもどして、下ゆでしておく。

- ① たまねぎはスライス、にんじんはいちょう切り、じゃがいもは1.5cmの角切りにする。
- ② 鍋に油を引き、豚肉、しょうが、にんにくを炒める。
- ⑧豚肉に火が通ったら、たまねぎ、にんじんを加えて炒める。
- 4 ③に水を60mlを加えて、じゃがいも、下ゆでした大豆を加えて煮る。
- じゃがいもがやわらかくなったら、ケチャップとトマトピューレ、Aを加えて煮込む。

☆栄養ポイント人

学校給食の定番メニューです。豚肉と大豆をトマト味で煮込んだこの料理で、たんぱく質をしっかりとることができます。

▲作るときのコット

じっくり煮込むことで豚肉の うま味が大豆にしみ込みま す。お肉を鶏肉に変えたり、 旬の野菜を入れたりするの もおすすめです。

みんな 間掲示板

● パーフェクト昼食付講演会

とき 10/9休 12:00~15:30

場所 くわなメディアライヴ 2階 調理室

演題 正しい食生活でつくる健康

講師 NPO法人ヘルスプロモーションセンター

代表 佐藤 和子 医師

料金 3,000円(先着10人まで)

問 健康を育てる会・トマト事務局 伊藤 方 ☎ 31-2258

● 第24回 県立高校 進学フェスタ

県立高校の特色をより詳しく聞いて、知って、親子で一緒に進路を考える展示会です。県立高校17校がブースを開設!各高校の制服も展示します。

とき 10/26仕 12:30~15:30(15:15まで入場可)

場所 くわなメディアライヴ 1階 多目的ホール

/2階 第1会議室 料金 無料 申込 不要

対象 中学1~3年生とその保護者(市外の中学

生も参加可能) ※最新情報や詳細は

QRコードからご確認ください。

問 桑名市 PTA 連合会事務局 ☎ 41-3041



● 脳トレピアノ~講師資格認定~無料説明会

目からウロコの楽しいレッスン。今や全国に広まっているシニアのための脳トレピアノ教室。講師になりたい人への無料説明会を開催します。

とき 10/11金 13:15~14:15

場所 スター21 音楽室

対象 福祉、保育、音楽関係者はじめ、シニアさんの生きがい、やりがいにつながるお仕事をしたい人

料金 無料 申込 電話またはメール

問 ピアノゆうゆう塾 エリア支部長 大西 方

☎ 090-1755-7727 **조** shiriaru@cotton.ocn.ne.jp

● 秋に聴く協奏曲祭り「リコーダーコンサート」~中村栄宏+reco+太田光子~

大山田南小学校での音楽の授業が人生を変えた! プロのリコーダー奏者による、国内のトッププロを引き連れての演奏をぜひお聴きください。

とき 11/23祝 14:00開演(13:30開場)

場所 光精エコミュニティプラザ 文化ホール

料金 一般 4,000円、高校生以下 2,000円

申込 QRコードまたは電話

問 学習塾 マザーグース ☎ 84-5453

