

村上の食材を使った 今月のレシピ♪

MURAKAMI FOOD PRIDE

ハタハタの南蛮漬け

【材料(4人分)】 ☆=村上の食材

☆ハタハタ(大) … 4尾	レモン …… 適宜
塩 …… 少々	【漬け汁】
こしょう …… 少々	酢 …… 大さじ8
薄力粉 …… 適量	薄口醤油 …… 大さじ2
サラダ油 …… 適量	塩 …… 小さじ2
玉ねぎ …… 1/2個	水 …… 大さじ2
ピーマン …… 少々	砂糖 …… 大さじ8
ニンジン …… 少々	唐辛子 …… 1本

- ハタハタは内臓を取り除き、半分に切る。唐辛子は種を除いて輪切りにし、酢、薄口醤油、塩、水、砂糖と合わせて甘酢を作る。玉ねぎは薄切りにし、ピーマンとニンジンは長さ4㍍の千切りにして甘酢に漬けておく。
- ①のハタハタの水気をペーパータオルで拭く。両面に塩、こしょうを少々ふり、薄力粉を薄くまぶす。
- 深めのフライパンにサラダ油を高さ1.5㍍位まで注ぎ、約170℃に熱し、②のハタハタを入れ、カラリとなるように揚げ焼きにする。熱いうちに①の甘酢に漬けてこみ、20分以上置いて味をなじませ、①で漬けた野菜と一緒に器に盛る。あればレモンの薄切りを添える。

他の魚に変えてもOK!

村上市食材PRプロジェクト
こちらで村上の食材を紹介しています。

地元で働きたいという理由で入社した、産休・育休を経て職場復帰したなど、社会進出した女性従業員を紹介しています。

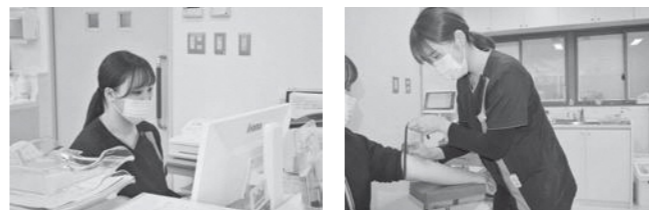


シリーズ³⁴ 私が輝く職場

ここが好きだから、地域医療従事者として貢献していきたい

とやま り さ
遠山理沙 さん (左/山居町一丁目/29歳)

すず き かえり
鈴木 楓 さん (右/高根/26歳)



送迎付き、買い物で健康アップを実施しました！

朝日地域の課題の「1」移動を地域全体で取り組んでいます

民生委員や区長、まちづくり協議会などに所属する住民ボランティアや社会福祉法人と一緒に取り組んできた「移動」(目的の地までの交通手段)「支援も今年で3年目になりました。

今年度は、買い物の送迎に焦点を当て、羽衣園や社会福祉協議会から4台の車を借り、年6回実施しました。自分で買い物をするのは、住み慣れた地域で生活を続ける一助となるだけでなく、健康の維持増進にもつながります。実際、参加された方の中で買い物をするだけで平均20000〜30000歩の歩数が増えました。

住民主体の事業ですので、参加者にとっても住民ボランティアにとっても持続可能な「しくみ」であることが大切です。事業を実施するに当たり、自動車学校での安全運転者講習や車両と参加者の保険加入、運転員・添乗員の二人体制など、安全に対応できる「しくみ」を作りました。

高齢になっても住み慣れた地域で安心して生活できるよう、社会福祉法人



地域包括支援センター通信

問い合わせ 介護高齢課地域包括支援センター ☎53・2111 (内線3432) 記事ID 0005493

興味のある方はご連絡を！

連絡先
事務局 ☎72-6887
(朝日支所地域振興課内)

や住民ボランティアと一緒に考えていきます。持続可能な「しくみ」にするためには、新しいボランティアの協力が不可欠です。興味をお持ちの方は、あさひ互近所ささえ隊までご連絡ください。

入職のきっかけは

遠山 生まれ育った地域に少しでも貢献したいという気持ちと、医療事務の経験があったものの、歯科では働いたことがなかったのでチャレンジしてみたい気持ちもありました。

鈴木 患者さんの気持ちに寄り添い、患者さんが少しでも安心して生活を送れるように看護したいという思いがあります。ここはさまざまな福祉施設があり、地域の方々のために看護ができると思い入職しました。

仕事の内容は

遠山 歯科助手をしています。歯科の受付・会計・レセプト業務・サポート業務を行っています。

鈴木 診療の介助、採血、点滴、ワクチン接種など行っています。

会社の良さは

遠山 内科と歯科の併設している病院で併診も可能です。また送迎バスも出ているので、病院へ行く手段がない人でも安心して通院ができます。患者さまからの「ありがとう」にやりがいを感じます。

鈴木 以前勤めていた病棟勤務の頃とは違って、地域の方々とコミュニケーションが取れてうれしいです。また職場内では、年齢に関係なく仲が良く、忙しい時でも協力し合って仕事が出来ているので、働きやすい職場です。



医療法人 佐藤医院
(猿沢2221番地)
☎60-2221
<https://satomed.or.jp>

今回は、開設から39年目を迎える医療法人佐藤医院を訪問。医療を通じて、生きがいのある人生作りの役に立ちたいと、複合福祉施設の核として活躍しています。目を引く外観の施設では明るく活気のあるスタッフが患者さんのケアにあたっています。

今回は、歯科助手として働く理沙さんと、看護師として働く楓さんにお話を聞きました。

女性として働く環境は

遠山 敷地内に保育園や病児保育室があり、利用できるのが、子育てしている人でも安心して働けると思います。

鈴木 敷地内に保育園、病児保育があるので、出産後も安心して働ける環境だと思っています。何より、先輩たちがお子さんを育てながら仕事をされているので、すごく心強いです。

今後の目標を

遠山 歯科助手として診療のアシスト業務を行えるように、仕事を覚えていきたいです。歯医者は苦手という人も多いと思いますが、安心して通っていただけるよう、患者さまとのコミュニケーションを大切にしていきたいです。

鈴木 まだ入職間もないので、勉強不足な点をいろいろな経験をさせてもらいながら学び、技術などを身につけていきたいと思っています。