

ひかりグループ社内報『カラース』

VOL.5
2017年12月号

colors

～Plus 1 smile☺～

NEW!! ◆ 私たちの事業所自慢
～福島寿光会病院～

◆ HMCG トピックス

NEW!! ◆ 僕の私の
キャリアビジョン☺

◆ 新入職員紹介
2018年占い

◆ NATURAL LIFE☺

◆ ひかぴーCookingコンテスト
～応募作品レシピ集～

◆ 教えて先輩ぱぱ

◆ きらきら KID'S

◆ お知らせ





ひかりグループは北海道から沖縄まで9カ所の病院を拠点とし、47事業所を展開するグループです
思わず誰かに聞いて欲しくなるような事業所のことをご紹介します

☺ 2017.10月より『ボトックス療法』始めました。治療法のイメージは？

皆さん「ボトックス療法」という言葉を聞いて、何を想像しますか？多くの方は、女性の美容領域の治療法をイメージされるのではないのでしょうか？ それを象徴するこんな出来事がありました。患者さんの娘さんに治療の説明をした際「私の目の周りの小皺を取ってくださるのですか？」と切り返されました。みなさんは、どんなイメージがありますか？

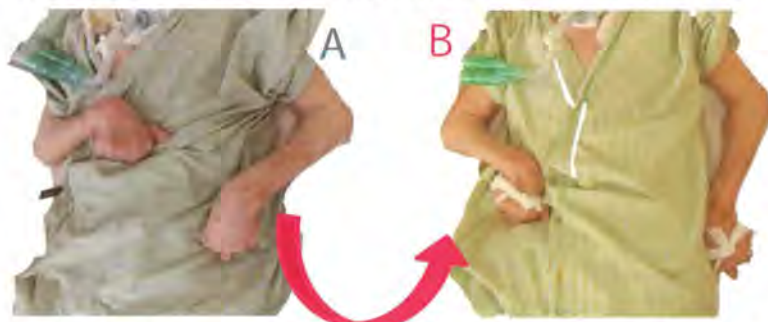
☺ 福島寿光会病院の『ボトックス療法』って？

対象は、脳血管障害などからくる「上肢痙縮」「下肢痙縮」※です。痙縮は、リハビリ等行いながらも病気のひとつの流れとし、私たち医療従事者も患者さまも「仕方がないもの」と考えていました。しかし、この「ボトックス療法」は、緊張している筋肉に直接ボツリヌス毒素を注射することで、筋肉の緊張をゆるめ、手足の関節が動かしやすくなる療法です。それにより、日常生活の動作がしやすくなり介護の負担が減る、入浴や着替えがしやすくなり患者さまを清潔に保つことができるようになるのです。

※痙縮とは、筋肉が緊張しすぎ四肢が動かしにくくなる状態、肘や股関節が曲がった状態で動かなくなったり手指が握ったまま開かなくなってしまう症状のこと

☺ ボトックス療法3日目の奇跡 2カ月で6名に施行 5名に効果☺

写真(A)は、多系統萎縮症による長期寝たきりの患者さんです。
写真を見て分かるように両上肢に強い痙縮があり、着替えも非常に困難でした。
また、両手指は開かない為に清潔を保つのが難しく悪臭がしていました。



ボトックス療法3日後の写真(B)

両上肢の緊張、特に大胸筋の緊張が緩んだことで、手が開くようになりました。また、医療従事者が他動性に手を動かしても、ある程度の範囲は痛がることはなくなりました。

ボトックス療法3日目には、着替えがしやすくなり清拭や入浴の際に脇の下を洗えるように☺
悪臭の原因だった手指・手掌をきれいに洗えるようになり、清潔を保つ事が出来るように☺
また、手が開くようになったことで、爪が切れるように☺「仕方がない」と諦めていたことが出来るようになった事で、得られたものは患者さまとご家族さま、職員の笑顔でした☺

☺ ボトックス療法プロジェクトチーム

チームは、医師、看護師5名、薬剤師、リハビリ部門（全員）、医事課で構成。月1回の治療日とカンファレンス日は、ほぼ全員が出席して治療に立ち会い、次回患者の選定や前回の治療効果の確認などを行っています。このような体制は、毎月治療に立ち会う製薬メーカーの担当者やボトックス療法の専門医などから非常に評価をされております。こういった「チーム医療」の実践と、チームのメンバーではなくてもボトックス療法に協力して下さる病院のスタッフの皆さんのおかげで、当院では順調にボトックス療法が導入できています。

もし、グループの病院でボトックス療法に興味がある、導入してみたい、というところがございましたら是非ご連絡ください☺



2017年8月～11月のひかりグループ内のニュースをご紹介します。

関東病院が日本医療機能評価認定を受けました

関東病院が、日本医療機能評価機構の定める認定基準を達成し、2017年7月7日付けで認定されました。ひかりグループ内では、寿光会中央病院（愛知県）、横浜いずみ台病院（神奈川県）、与勝病院（沖縄県）が認定を受けております。

今後も継続して、より質の高い医療の提供を目指し、努力していきましょう。



与勝病院が介護職員初任者研修事業指定を受けました

与勝病院が沖縄県より、介護職員初任者研修の事業指定を受けました。それにとともに、与勝病院医療福祉アカデミーとして介護職員初任者研修を開始しました。



グループ合同会・各部会の活動報告

第29回 本部研修会 テーマ『経営戦略論②-顧客戦略-』

10月19日・20日

磯子中央病院にて事務部研修会が開催されました。

サブテーマ『心をつかむプレゼンテーションで共に考動する』

研鑽を積み、グループ内他地区と情報を共有できる貴重な時間です。患者様のため、そして現場を守る職員のため、事務部門も向上心を持ち続けたいと思います。



第6回 看護部合同会 テーマ『考え行動する看護』

10月27日・28日

鎌倉プリンスホテル（バンケットホール七里ヶ浜）にて第6回看護部合同会が開催されました。

サブテーマ『明確な課題設定と解決方法を導く』ということで、講師に山浦春男氏をお招きして講義とグループワークを行いました。



第7回 リハビリテーション部合同会

テーマ『自分達の取り組み（存在意義）を見えるようにしよう』

11月10日・11日

テクノタワーホテルにて第7回リハビリテーション部合同会が開催されました。

1日目は理事長講演、本部長講演の後、データ集積のまとめ、グループディスカッション『目指すべき方針に対して、出来る事を共有しよう』

2日目はグループ活動の発表、磯子中央病院より『HAL導入の経緯とその経過について』の発表と実際にHALを体験し見学をするという内容でした。



第5回 介護部合同会

テーマ『SPICEプログラム～現場での応用』

11月24日・25日

テクノタワーホテルにて第5回介護部合同会が開催されました。

介護過程の展開について事例を基にグループワークをし情報収集→情報の分析→課題→目標設定→介護内容の検討まで考えました。実践で活用し、次回発表へとつなげます。



僕の私のキャリアビジョン😊



医療介護ひかりグループは他職種連携で成り立っています。4月から入職された職種で最も多い職種は介護職員でした。そろそろ環境に慣れ、仕事の楽しさを実感する時期では？ひかりグループの一員となり、自分のキャリアビジョンは持てましたか？また、ステップアップの最中という職員も多いはず、今後のビジョンは持っていますか？

今回、介護士から居宅支援事業所管理者へキャリアアップした職員をご紹介します😊誰もが最初は未経験、足元を固め着実な一歩も必要ですが、時々“なりたい自分”を確認することも必要ではないでしょうか。そこで、事業所の管理者になるまでのストーリーを聞いてみました。そこにはヒントが隠されているはず！ 貴方のキャリアビジョンは？



愛知地区 アットホーム藤岡管理者
居宅支援事業所管理者 兼 介護支援専門員

金澤 宏さん (入職7年目)

- ◆19歳 😊 ヘルパー2級取得(現:初任者研修)
- ◆23歳 😊 介護福祉士取得
- ◆29歳 😊 介護支援専門員取得
居宅ケアマネ 兼 デイサービス管理者
- ◆30歳 😊 アットホーム藤岡管理者となり現在に至る

😊 管理者ってどんな仕事??

※これらはほんの一部であり各法人、事業所により業務内容が異なる場合があります

- ◆ 管理者
 - ・職員勤務表作成
 - ・勤務集計、給料計算
 - ・施設運営、設備営繕管理
 - ・市役所変更申請等の手続き
- ◆ 請求事務
 - ・利用実績の確認、入力
 - ・レセプト請求
- ◆ 介護支援専門員
 - ・モニタリング
 - ・翌月のサービス提供作成
 - ・介護度申請、変更手続き
- ◆ 介護士
 - ・介護士業務
 - ・介護部会
- ◆ 受付・その他
 - ・接客、電話応対、苦情処理
 - ・入居者受け入れ相談、渉外
 - ・受診の手配、付き添い

簡単に抜粋しただけでこんなに沢山!!

みなさん気付きましたか?

普段これらの業務って
医事課・経理課・事務課・介護課……
など**複数部署**の仕事ってことに😊

『僕の、私の仕事じゃないよね』
なんて一度は思った事ありませんか?
それって、思考が停止してますよ!

やるかやらないかは**貴方次第**ですが…
その一歩が自分のキャリアアップに繋がっていくのです。

😊 僕の一生を変えた『15歳・運命の出会い』

祖父のところへ来ていた介護士との出会い、プロの仕事魂に衝撃を受け“カッコいい!!”と思った。18歳進路選択の時、両親に伝えるが猛反対!!両親を説得できず、介護士を断念…。でも、諦めきれずに取った行動は『資格を取ってしまう』事だったそうです。バイトで貯めたお金で19歳のとき資格取得!

☺ 今も活きている『過去の失敗』 ～経験値を積みあげる～

ヘルパー2級の研修先だったグループホームの経営者から声がかかり就職。『失敗？キリがないよ』と、笑う姿が印象的でした。教科書で学んだこと・先輩が教えてくれる事よりも、利用者さまが教えてくれる事が多かったそうです。利用者さまから叱咤激励された経験すべてが、今も活きているそうです。失敗をただの失敗で終わらせるか、経験値として積み上げるのかは自分次第なんですね。

あなたはどっち派？

◆ 移乗の際に「痛い」と言われたら？ ◆

- ・『ああ、痛いんだ』と受け止め、失敗と捉えない
- ・『なぜ痛いの？ どこがいけないの？』失敗と捉え、考え、見直し、勉強し、再行動、再々行動する

☺ 一生忘れられない20歳のバースディ

利用者さまと笑って過ごし、孫のように可愛がってもらい介護士として充実した日を過ごしていたある日…利用者さまが亡くなった。その日はちょうど、20歳の誕生日だった。介護士になって初めて向き合った“人の死”突然の事で言葉が無かった。もっとしてあげられた事があったのではないかと自分を責めて泣いた、悔しくて、辛くて「介護士を辞めよう」と思った。

私たちが扱うのはモ／ではありません。個人の尊厳と真剣に向き合い、誠実に敬意を持ち支援する事で得られるものは自分の尊厳ではないでしょうか。医療福祉業界では向き合うことが多い“その時”自分に与えられた節目と捉え、初心に返り価値ある自分に成長したいですね。

その後、22歳でリーダーになりました。続けられた理由は「やっぱり介護が好きだった♡」そうです

☺ 資格取得して上がるのは？

介護初任者研修 → 介護福祉士 → 介護支援専門員 もちろん収入も上がります（笑）

…が、一番上がったのはモチベーションだそうです☺ 特に、介護福祉士取得後は任せられる仕事が増えたこと。先輩に対する遠慮、自分の行動や考え方に自信が持てない事もあったそうですが、有資格者となり、自分に自信が持て自己判断が出来るようになった事。皆さん！モチベーションですよ☺

※上がると聞いて何を想像しましたか？ 管理者になる人は□□が違うんですね。ちなみに私は、収入を想像しました（笑）

☺ 金澤さんって どんな上司ですか？

私たちの事をよく見てくれていて「元気ないね ちょっと話そうか？」って自分の時間を割いてくれる。場を和ませるのが上手。モチベーションを上げてくれる。尊敬する人。人との接し方、仕事に対する気持ち 取り組む姿勢など目標の人。何事もやるか・やらないかという選択ではなく『とりあえずやってみる☺』 仕事で自信を無くした時に言われた言葉が宝物☆

とてもアットホームな雰囲気の中で、職員が伸び伸びと仕事を楽しんでいるのが大変印象的でした。今回の取材について説明させていただくと大きな拍手が…☺ 金澤さんが日頃、職員のみなさんとのように向き合い接しているのか人望の厚さを垣間見れた瞬間でした。今回の取材で付きまとう私を、温かく迎えてくださいました職員の皆様ありがとうございました☺ますますのご活躍を期待しています☺imai



HMCG 新入職員紹介



ヘルパーセンター上山田
3/1 介護 飯島 倅希
頑張っています。
よろしくお願いします



上山田病院 6/21
臨床工学技士 石塚 航也
ウィンタースポーツが得意です



上山田病院 6/21
臨床工学技士 坂口 拓也
医療人として職務に誠実に向
かい合います



上山田病院 7/1
看護師 市川 瑠子
精一杯がんばります



上山田病院 6/26
診療情報管理士 田中 彩
よろしくお願いします



上山田病院 6/27
MSW 大倉 章典
皆さんよろしくお願いします



朝里中央病院 7/21
相談員 神田 雄基
基本を忘れずに一生懸命
頑張ります



朝里中央病院 7/21
看護師 三浦 豊太郎
一生懸命頑張ります



磯子中央病院 7/21
地域連携担当 西脇 佳子
感謝の気持ちを忘れずに、
笑顔で頑張っています



福島寿光会病院 7/21
看護師 渡邊 公子
がんばります。よろしく
おねがいします



磯子中央病院 7/21
歯科医師 澤井 有里
よろしくお願いします



上山田病院 8/1
放射線科 依田 和久
キャリアを生かしてお役に立
てればと思います



寿光会中央病院 8/1
臨床工学士 柴本憲一
仕事は楽しくがモットーです
よろしくお願いします



与勝病院 8/1
看護師 名波 奈美希
これまでの経験を活かし
この素敵な環境で頑張ります



朝里中央病院 8/1
理学療法士 青木 優佳
よろしくお願いします



福島寿光会病院 8月
デイサービス相談員
坂本幸子 一生懸命頑張ります



与勝病院歯科 8/1
歯科衛生士 竹村 沙有希
よろしくお願いします



寿光会中央病院 8/1
看護師 今井 彩
笑顔で頑張ります。
よろしくお願いします



横浜いずみ台病院 8/1
介護士 笠井 由季子
戦力になれるよう頑張ります



与勝病院 8/1
介護福祉士 国吉 真一朗
病院勤務は初めてなので、
早く慣れる様に頑張ります



鎌倉ヒロ病院 8/2
看護師 中村 光
笑顔を忘れず頑張ります
宜しくお願いします



鎌倉ヒロ病院 8/7
看護助手 松尾 素映子
明るく元気に頑張ります
宜しくお願いします



ハートケアいずみ居宅介護
支援センター 8/21
ケアマネジャー 木村征博



横浜いずみ老人介護保健施設
8/21 作業療法士 平山愛美
一生懸命頑張ります、宜しく
お願いします



福島寿光会デイサービス 9月
相談員 高玉 早季
精一杯がんばります



磯子中央病院 8/21
看護助手 本橋 真美
一日も早く仕事に慣れるよ
う頑張ります



横浜いずみ台病院 8/21
看護師 由田 まき子
長く勤められるように頑張
りたいと思います



福島寿光会病院 8/21
看護師 遠藤奈津美
よろしくお願いします



ハートフル東郷
訪問介護事業所 8/28
介護 末松 祐樹



朝里中央病院 9/1
看護師 石垣 美和
一生懸命頑張ります

2017.7.15～ 順不同でご紹介



磯子中央病院 9/1
救急救命士 高津 恭拓
初の救急救命士なので
期待に応えるよう頑張ります



与勝病院外来 9/1
看護師 宮城 光代
日々美しい景観に癒されてい
ます。よろしくお願いします



ハートケアいずみ訪問看護
事業所 9/1
看護師 松下陽香



磯子中央病院 9/1
看護師 高畑 英理子
笑顔で頑張ります



豊田老人保健施設 9/1
医師 鳥本 敦史



あっとほーむ東郷 9/4
事務 牧 真由香



あっとほーむ東郷 9/5
事務 川谷 雅子



上山田病院 9/10
医事課 宮本 有紀代
頑張りますのでよろしくお願
いします



寿光会中央病院 9/11
臨床工学士 林屋裕二
今までの経験をもとに頑張っ
ていきたいと思います



グループホーム朝里 9/15
介護士 北市 和恵
一生懸命頑張りますので、
よろしくお願いいたします



横浜いずみ介護老人保健施設
9/19 看護師 野澤 賢宏
老健での仕事は初めてですが、
頑張ります



寿光会中央病院 9/21
看護師 加藤さとみ
患者さんたちに身内のような
気持ちで接したいと思います



横浜いずみ台病院 9/21
医事課 中島 由香
ひとつひとつ修得できるよう
に頑張ります



朝里中央病院 9/21
薬剤師 佐々木 里美
よろしくお願いします



磯子中央病院 9/21
看護師 松永 麻里子
一生懸命頑張ります



ハートケア朝里 10/1
介護士 後藤 三樹夫
ご指導いただきながら、
一生懸命頑張ります



磯子中央病院 10/1
診療情報管理士 増沢 究
一生懸命頑張ります。
よろしくお願いいたします



鎌倉ヒロ病院 10/1
看護師 日高 妙子
頑張ります。よろしくお願いします



与勝デイケア 10/1
介護福祉士 照屋 千秋
頑張ります



与勝病院リハビリ 10/1
言語聴覚士 辺土名 佐知子
患者さんやご家族の笑顔が増
えるように努めてまいります



ハートケアいずみ訪問看護
事業所 10/1
看護師 門山こずえ



三好老人保健施設 10/1
介護士 衛藤 武



寿光会中央病院 10/1
労務員 岩本 美姫子
一生懸命頑張っていきたいと
思います！！



磯子中央病院 10/1
看護師 大澤 弘樹
心をこめた看護を提供してい
きます。宜しくお願いします



横浜いずみ台病院 10/2
看護師 園 美智子
一日も早く病院、病棟の仕
事をおぼえていきたいです



朝里中央病院 10/23
看護師 斎藤 優里
よろしくお願いします



磯子中央病院 10/10
看護助手 高橋 祐輔
力になれるように頑張ります。
お願い致します



ハートケア上山田 10/11
介護支援専門員 金澤実佐樹
寿光会の連携に尽力してい
きます



横浜いずみ台病院 10/21
管理栄養士 成岡 真理
早く職場に慣れ、お役に立
てるよう努力してまいります



福島寿光会病院 10/21
看護師 嶋田由貴
よろしくおねがいします

HMCG 新入職員紹介



関東病院 10/23
看護師 宮下結衣
一生懸命頑張ります！



関東病院 10/24
看護助手 石山麻美
精一杯頑張りますのでよろしく
お願いします



与勝デイケア 10/21
理学療法士 江口 友紀
更なる技術の向上に努めつつ
地域の方言マスターを目指し
ます！



横浜いずみ台病院 11/1
看護師 水谷 希美
病棟のいろいろな事を学んで
いきたいです



あっとほーむ鎌倉山 11/1
介護士 梶川 時子
一生懸命がんばります
よろしくをお願いします



磯子中央病院 11/1
歯科医師 笠原 育
一人でも多くの方の口腔内が
健康になるように努力します



磯子中央病院 11/1
看護師 柴田 百合恵
初めての整形病棟ですが
頑張ります



三好老人保健施設 11/1
看護師 近藤 紗綾
宜しくお願い致します



鎌倉ヒロ病院 11/1
看護助手 本田 明美
笑顔大切に、仕事に慣れる
よう頑張ります



鎌倉ヒロ病院 11/1
看護師 中村 恵子
東病棟に入職しました
頑張ります



朝里中央病院 11/1
言語聴覚士 新保 知佳
よろしくをお願いします。



上山田病院 11/1
看護師 橋詰 恵理香
一日でも早くみなさんのお役
に立てるよう努めます



関東病院 11/4
看護助手 橋本久美子
一生懸命頑張ります



横浜いずみ台病院 11/1
看護師 尾賀 久美
頑張ります宜しくお願
い致します



関東病院 11/7
看護助手 村松ひとみ
スキルが上がるように精
一杯頑張ります



上山田病院 11/13
管理栄養士 渡邊 佳世子
頑張ります。
よろしくをお願いします



三好老人保健施設 11/13
事務 平藤 朱美
よろしくお願いします



横浜いずみ介護老人保健施設
11/14 介護士 渡邊のぞみ
一つ一つ仕事を覚えていき
たいです。よろしくお願いいたします



鎌倉ヒロ病院 11/15
看護師 向井 淳子
笑顔忘れず働いていきま
す よろしくをお願いします

あっとほーむ東郷 8/21
看護師 木下 美江

あっとほーむ三好 9/1
事務 山中 亜希

上山田病院 10/1
医師 丹治 聡
よろしくお願いします

上山田病院 11/1
看護師 宮島 昌之
一生懸命頑張ります

2018年 あなたの運勢は？

九紫火星 s12/s21/s30/s39/s48/s57/h3
とても強い運気を持ったまま魅力が発揮が
出来そう、ただし強引な姿勢は禁物。強い
運気を保てるように、謙虚に足元を固める
ことが開運のポイントです

六白金星 s15/s24/s33/s42/s51/s60/h6
運勢が徐々に回復し始める年、自分をあまり
直面に出さないこと、新しい事を始めるのは
避けたほうが無難です。まずは万全の基礎
足元を固めておくことがとても重要です。
現実主義を貫き、あまり夢を見ることはやめ
ましょう

三碧木星 s18/s27/s36/s45/s54/s63/h9
変化の多い年です。あなたの望む形で訪れ
るとは限りません、余儀なく変化を起こされる
場合もあるでしょう。でも、変化に強い性質を
持っているの、自ら変化を起こすことにより
心身ともに良い状態を作ることが出来ます

八白土星 s13/s22/s31/s40/s49/s58/h4
大チャンス到来という素晴らしい運勢が巡
ってきます。持てる力を存分発揮しエネル
ギーを外に開放しましょう、夢や願いが叶
う確率が高くなります

五黄土星 s16/s25/s34/s43/s52/s61/h7
新しいスタート地点に立つ年です、準備をす
ることから始めましょう。これからどんな種
を蒔こうか、どんな方向に進んでいこうか計画
を立てる年です。様々な可能性を探り、内面
を充実させましょう

二黒土星 s19/s28/s37/s46/s55/h1/h10
自分らしさを取り戻せる一年となりそう。これ
まで忙しすぎて出来なかったことを、ひとつ
つ楽しみながら実行していきましょう。思い切
り羽根を伸ばせるでしょう。ただし言葉に注意
です、ルールと礼儀はおろそかにしないこと

七赤金星 s14/s23/s32/s41/s50/s59/h5
自分のやりたいと思ったことを堂々とやり遂
げる、自分の直感を信じて突き進む姿勢が大
切です。未知なる領域に飛び込んでいきたい
衝動がとて強くなる一年です。焦ってすぐに
結果を出そうとせずコツコツ積み上げること

四緑木星 s17/s26/s35/s44/s53/s62/h8
これまでの過去の間に積み上げてきたもの
が問われる時期です。過去の行いに結果が
出始め、先の見通しが立ち今後の行動規範
が定まるでしょう。この一年に訪れた結果をも
とに即断即決できるようになるでしょう

一白水星 s29/s38/s47/s56/H2/H11
とても勢いのある年です、目標を立て行動に
移すこと。自分の信じた道を疑わずに突き進
むことによって開運していく年になります。勢
いがあり過ぎるあまり上から目線に注意しま
しょう。謙虚な姿勢は忘れないように注意

NATURAL LIFE ☺

◆横浜いずみ老健秋祭り◆



すっかり定着してきた、ひかりグループキャラクター『ひかぴー』まだ知らないなんて人居ませんよね？

出張ひかぴーが、各地のお祭りに走り回りました。



◆横浜磯子祭り◆



◆愛知三好いいじゃん祭り◆





ひかぴークッキングコンテスト応募レシピ集 1

応募時に詳細を記載してくださったものは材料とレシピも掲載しています。

① 3Dひかぴー！！ゆで卵で作ったので全部食べられます！

材料

- ・卵(胴体)
- ・塩(ゆでる時、食べる時)
- ・スライスチーズ(頭の輪、白目、口)
- ・海苔(黒目)
- ・ケチャップorハム(ツノの先)
- ・青の着色料(染色)

【作り方】

鍋にたまごが隠れるくらいの水を入れ、たまご、塩ひとつまみを入れ、火にかける。
沸騰したら中火にし、さらに7分程度茹でる。
出来上がったたら、すぐに冷水に入れたたまごの熱を取る。
たまごの殻をむき、着色料(青)を入れた水に浸す。
たまごが青く染まったら取り出し、底から1/4程度の部分を切り落とします。(残りの3/4がひかぴーの土台となります)
切った1/4の白身部分は細かく刻んでおきます(★)



ひかぴーの土台にツノ、手になる部分に包丁でV字に切れ込みをいれます。爪楊枝でV字に切った部分に★を詰め、立たせます。
スライスチーズを頭の輪、白目、口、海苔を黒目の形にそれぞれカットし、貼り付けます。
ツノのてっぺんにケチャップ(丸くカットしたハムでも可)を乗せ、完成。塩などお好みのものをつけて食べてね。

関東病院 リハビリテーション科 OT 西尾 OT 玉置 OT 小宮山 PT 北原 PT 今村

② お豆腐ドーナッツ♡ ヘルシーです！



材料

- ・ホットケーキミックス200g
- ・豆腐150g

デコチョコペン各色

【作り方】

ホットケーキミックスと豆腐をよく混ぜる
成形する
サラダ油160℃にし、成形したドーナツを揚げる
クッキングシートにひかぴーの絵を描く
クッキングシートを裏返し、中心部から順にデコチョコペンで描いていく
※色を変える時は必ず固まってから変える
描いたひかぴーチョコをドーナツにのせて出来上がり！

鎌倉ヒロ病院 病院補助 武井

③ ステンドグラスクッキー☆ 美しいです☆

ひかぴー型のステンドグラスクッキーとくり抜いた生地とチョコペンで2種類のひかぴークッキーを作りました。



材料

- ・薄力粉
- ・バター
- ・砂糖
- ・卵
- ・水色の飴
- ・チョコペン(白・黒・ピンク・黄色)

【作り方】

クッキー生地は30～1時間程冷蔵庫で冷やし、ひかぴーの形に抜く。
クッキー生地を180℃で5～10分程焼いた後、くり抜いたところに、飴を入れてさらに5～10分程焼く。
チョコペンでひかぴーの顔を書いてできあがり。

朝里中央病院 管理栄養士 寺田・青木

④ アイシングクッキー☆CUTE



朝里中央病院 看護師 西澤

⑤ ひかぴークッキー家族でわいわい



与勝病院 比嘉ファミリー

⑥ ひかぴーカップケーキ



寿光会中央病院 リハビリ

⑦ ザ・ひかぴーパン！！ 切り口がひかぴー♡



ひかりグループパン職人によるひかぴーマジック！↑これを切ると断面がひかぴー！！

【作り方】

1. 1～7を混ぜて、20分くらいかけて良くこねる。
2. 一次発酵20分
3. 生地から40g×3個取り分け、残りを2つに分割する。
4. それぞれに、紅麹(赤)、抹茶(緑)、ココア(黒)、ブルーリキュール(青)を加え生地に色をつける。
5. 大きな生地は20×20cmに伸ばし、4cm幅で分割する。小さな生地は4cmの幅で伸ばす。
6. 手、足、目、触覚？のパーツを作り、容器の中で、生地を重ねてひかぴーを作る。余白には着色していない生地を詰める。
7. 仕上げ発酵25分。
8. 170度で20分焼成する。

材料(3個分)

1.強力粉	500g
2.イースト	10g
3.砂糖	50g
4.塩	5g
5.トレハロース	15g
6.牛乳	100g
7.有塩バター	50g
8.紅麹	3g
9.抹茶	3g
10.ココア	3g
11.ブルーリキュール	3g

鎌倉ヒロ病院 臨床工学技士 高木

⑧ ひかぴードーナッツ！大家族だよ(^^)

材料

☆本体

・強力粉210g ・薄力粉 90g ・砂糖45g ・ドライイースト4.5g ・卵(S)1個 ・牛乳150ml ・塩3g ・無塩バター45g

☆デコレーション

・ミルクチョコレート ・ホワイトチョコレート ・生アーモンド ・ストロベリーパウダー ・キャラメルパウダー
・チョコペン ・クッキングシート ・ペットボトルのキャップ

【作り方】

- ・材料をパン生地の要領でよく混ぜて練り、霧吹きをしてラップをかけ40℃40分一次発酵する。
- ・10等分(60g位)に分けて丸め閉じ目を下にして15分休ませる。
- ・膨らんでいるタネを押して8cm位に押しキャップで押し切り穴を開ける。
- ・個別に切ったクッキングシートに乗せて霧吹きラップをして40℃30分二次発酵する。
- ・ラップをそっとはがし5分間休み。
- ・油の温度を160℃でクッキングシートごと揚げ、揚げ色を見ながら裏返してシートを外す。2個を交互に揚げると効率が良い。
- ・ひかぴーの耳は、トースターで100℃15分程度に炒ったアーモンドを刺して形を作る。
- ・クッキングシートに黒目と白目目の順に書きパーツを作っておく。
- ・湯煎したチョコレートを半面に漬けて乾いたら目と鼻をチョコペンで接着する。
- ・チョコペンで仕上げて完成。



関東病院 梶田ファミリー

⑨ 白玉でひかぴー♪ せいれーつ！



豊田老健



⑩ まんまるもちもちドーナッツ



横浜いずみ台病院

⑪ ういろうも手作り！



寿光会中央病院



ひかぴークッキングコンテスト応募レシピ集 2

⑫ 愛知県郷土菓子 ひかぴー

愛知地区の ひな祭りの時に食べる『おこしもの』と言う郷土菓子です♪
米粉で作り 蒸してあるので 保存がききます。
食べるときは 焼いてお砂糖醤油に付けて食べるお菓子です♡

愛知地区 広報部員



⑬ ひかぴーおにぎり♡



与勝病院

⑭ ひかぴーキャラ弁〜



あっとほーむ岡津

⑮ チョコチップカップケーキ



材料
卵 3個
砂糖 60g
ミルク 30ml
強力粉 80g
チョコチップス 大さじ6杯
溶かした無塩バター50g

手作りケーキを作りたいけど...あまり時間がない時にはカップケーキを作るといいですよ！

ケーキより簡単で材料費も安く済むのでオススメです！
チョコチップスの代わりにレーズンやパナナを入れても美味しく出来ます(^^)

何よりお子さんがいらっしゃるご家庭なら一緒に作り楽しむ事も出来ます！生クリームやアイスクリームを添えるとさらに美味しさ増量です(^^)

【作り方】

- 1.卵と砂糖を泡立て器でよく混ぜミルクと溶かしバターを入れ、泡立て器で混ぜ強力粉とチョコチップスを入れる。
- 2.軽く混ぜ合わせ紙カップに流し込みオーブン180度で18〜20分間焼く。

ポイント

チョコチップスを全部入れずに焼く前に表面にバランス良く飾ると綺麗に焼き上がります！

鎌倉ヒロ病院 外来クラーク 飯塚

⑯ ほっこりクッキー(^^)



福島寿光会病院 看護師 加藤

⑰ キラ☆キラ クッキー



横浜いずみ台病院 看護師 藤野

⑱ ひかぴーグミ♪



福島寿光会病院 看護師長 近内

⑲ ひかぴー肉まんだよ



三好老健

⑳ ぶるぶる☆ひかぴーゼリー！！サイダー味でおいしいよ☆



【材料】

- ①サイダー400cc
- ②砂糖大さじ1
- ③粉ゼラチン10g
- ④熱湯100cc
- ⑤着色料(青:黄、2:1)
- ⑥チョコペン3色(ストロベリー・チョコ・ホワイト)

【作り方】

- ①サイダーをボールの中に入れ、着色料と混ぜる。
- ②熱湯・砂糖・粉ゼラチンを入れ良く溶かし、①と混ぜる。
- ③②をタッパーに流し込み、冷蔵庫で完全に固まらせる。
- ④固まったら、ひかぴー型でかたどりをする。
- ⑤チョコペンで、目・鼻・耳・ハチマキを書いたら完成。

関東病院 リハビリテーション科
OT 井戸川 OT 甲嶋 PT 中谷 PT 中山

② ひかぴー飴です♪ 甘くておいしいよ！ 飴ちゃん！



【材料】

- ①水 ……小さじ2
- ②砂糖 ……大さじ3
- ③着色料(青)…専用さじ1/2

【作り方】

- ①砂糖と水、着色料を混ぜる。
- ②鍋に入れ、火にかける。
- ③飴になったら型に流しこむ。
- ④冷蔵庫で固める。
- ⑤袋に入れ、袋の上からペンで顔を書く。

関東病院 リハビリテーション科
OT 田辺 OT 成田 OT 安部 PT 宗村 PT 川合

② ひかぴーマカロン！おしゃれ〜♡



ふんわりサクッとした生地にクーベルチョコレートをはさみました。
アイシングカラーにてマカロン生地にも色をつけています。

材料(10個分)

□マカロン

- 卵白 50g
- グラニュー糖 25g
- パウダーシュガー 75g
- アーモンドプードル 45g
- クーベルチョコレート 適量

□アイシング

- 卵白 20g
- 粉糖 150g
- アイシングカラー 適量

作り方

- 1.卵白を攪拌し、グラニュー糖を加えメレンゲを作る。
- 2.メレンゲをボールに移し、アーモンドプードルとパウダーシュガーをふるったものを半量混ぜる。
- 3.残りの粉とアイシングカラーを加え、気泡を消さないように混ぜる。
- 4.ゴムペラをボールの底に押し付けるようにし、周りの生地を真ん中に集めて押し付ける。
この作業を2〜3回繰り返す。(マカロナーージュ法)
- 5.生地にツヤが出てきたら、丸口金をセットした絞り袋に入れて3cmくらいの大きさに絞り出す。
- 6.生地の表面を乾燥させる。(手につかない程度 30分くらい)
- 7.170度で予熱。130度で20分焼成する。
- 8.表面にアイシングで、ひかぴーの絵を描く。
- 9.今回はクーベルチョコレートの中に挟みました。

鎌倉ヒロ病院 臨床工学技士 高木

③ かぼちゃのお餅で沖縄ひかぴー♡



私たちデイサービスでは野菜栽培を行っており、旬のカボチャを使用した餅作りに挑戦しました。
まん丸とした可愛いひかぴーを表現するには餅が一番だと思ったからです。
また沖縄特有の月桃の葉を香りつけにし、南国ならではの色合いや風味のあるひかぴーに仕上がりました。



材料

- カボチャ二個
- もち粉
- 砂糖
- 月桃の葉

【作り方】

- 1、カボチャを蒸し柔らかくする
- 2、もち粉と混ぜ合わせる
- 3、型を取る
- 4、蒸し器で蒸す
- 5、片栗粉で整え、完成

与勝病院 ハートケア与勝デイサービス

食べてみたいレシピ、驚きの発色のレシピ！今回の企画はワクワクがいっぱいでした(^^)

1月末の広報部会後に、各賞をお知らせしたいと考えています。たくさんのご応募、本当にありがとうございました！

医療介護ひかりグループ 広報部会





◆横浜磯子中央病院◆

診療放射線技師 佐々木 優さん

＜佐々木家のルール＞

☺ 挨拶・お礼は必ずすること

耳が痛くなるほど言ってます
一番大事なことから

＜こんな風に育って＞

☺ 人に迷惑をかけない

＜子たくさんならでは？＞

☺ 家族で鬼ごっこができる

全員の出産に立ち会い、みんな無事で生まれてきて
ホッとした事。妻が子供を抱っこした時の
笑顔を見てすごく嬉しかった事が、今でも忘れられない
エピソードと語る先輩papaのご紹介です☺

兄弟同士の微笑ましいエピソード

下が出来ると勝手に
お兄ちゃんになる。下が泣いてると
『いい子いい子』したり
『お兄ちゃんココにいるよお』って言ったり
靴を履かせたがったり。ただし、兄が増えると
誰がやるのかで、ケンカ勃発☆
なぜか直近の兄は嫌がられる(笑)



何度も読んでって
持ってくるのはコレ

おすすめの本

でも、だるまさんシリーズと
この本も好きみたいですよ☺
繰り返し面白いみたい☆



出産と授乳以外の
事はするように
心がけてます。
これ以外はお父さん
でもできる☆

からい！大変！もう嫌！

それを聞いて受け止めて
くれるパートナーが居る。
それによって毎日楽しく
過ごせることが
出来ています

奥さま教えて

楽しく育児する秘訣

どのように育児に参加？

イクメンという言葉があるのに子育てをする母にそんな言葉はありません。これって変だと思いませんか？
両方の血を分けて作られているのに、どっちがメイン・どっちがフォローなんてことはない☆
母も父も同じように初心者。2人で頑張れば子育てのプロになれる！2人で協力して子育てを…☺また父が子
育てに参加するには職場の環境も大切です。僕の部署では子育てに理解があるので助かっています☺父は子育て
じゃなく仕事しろ！ではなく、子育てを！
という環境が増えるといいですね。みんなで
助け合って子育てできる環境を作りましょう

子育てパパとして伝えたいこと



鎌倉ヒロ病院 2017.11.6
3138g
中村琴美さん 長男 太一くん
『中村太一です😊
よろしくおねがいします』



寿光会中央病院 2017.9.12
門間ミッシェルさん
イザペーラ ミツリエールちゃん

横浜いずみ台病院 2017.9.26
看護師 石渡 春佳さん
第1子 柚衣(ゆい)ちゃん



磯子中央病院 2017.10.25
作業療法士 長谷川千佳代さん
惟真(ゆいま)くん
『元気に大きく育ってね!』



寿光会中央病院 2017.5.24
横井恵さん
結月ちゃん



寿光会中央病院 2017.8.2
森山香予子さん
優くん



寿光会中央病院 2017.7.21
伊東隆博さん
長男 隆太郎くん

☺2017年「職員意識調査」実施しました☺

あなたは知ってる？

福利厚生制度について

① 法的福利厚生

- ・健康保険
- ・厚生年金保険
- ・雇用保険
- ・介護保険
- ・労働災害保険
- ・有休休暇

② 法定外福利厚生

- ・家賃補助
- ・勤続表彰
- ・健康定期健診
- ・社員寮
- ・セミナー参加費用
- ・制服支給
- ・制服クリーニング
- ・介護、育児休業
- ・社員旅行
- ・特別休暇
- ・結婚、出産祝い・慶弔費
- ・忘年会、新年会費補助
- ・食事補助
- ・予防接種
- …など

ぼくたち
福利厚生って意外と
受けてるんだなあ



☺ お知らせ



HMCG公式ホームページ
がご覧になれます



お気に入り登録すると
アイコン表示されるよ☺

☺ 今後の予定

- ◆1月26日・27日 ☺広報部会
- ◆2月23日・24日 ☺看護部会
- ◆3月14日 ☺介護管理者会議
- ◆4月19日・20日 ☺本部研修会

2017年の目標は達成できましたか？
今あるのは、満足感？それとも…
2018年は自分と、どう向き合いますか？

Plus 1 smile☺ ひかりグループには約3,000名の職員が働いています。
みんな違う色を持っていますが協力し合うことで人生は彩り豊かになるはず。あなたの笑顔でつながる。



次回は4月発行です