



図書館ホームページ

今月の新刊

競争の番人

新川帆立著／講談社

ウェディング業界を
 食べる談合、下請けい
 じめ、立入検査拒否。
 公正取引委員会を舞台
 に、体育会系直情女子
 と毒舌系天才キャリア
 の凸凹パディが、はび
 こる悪を成敗する！



仕込み5分の漬けとく献立

市瀬悦子著／オレンジページ

朝、メインの肉や魚を
 たれに漬けておき、夜、
 火を通すだけ！副菜を
 いっしょに作っても、
 朝はほぼ5分、夜は
 ほぼ10分調理するだ
 けの全37献立を紹介
 します。



7月 ○は休み

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

開館時間

午前9時30分～午後5時（土曜日のみ午後6時30分まで）

わいわいタイム

毎週水曜日：午前9時30分～午後5時
毎週日曜日：午後1時～午後5時

問い合わせ ☎ 32-0262

イベント情報

子どもおはなし会

図書館の職員とボランティアに
 よる楽しいお話がいっぱいです。

日時	対象
7月2日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上
7月9日(土) 午後2時～2時20分	3～4歳
7月16日(土) 午後2時～2時30分	5歳以上
8月6日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上

場所 おはなしのへや(申込不要)

図書館の仕事を体験しよう！

日時

7月27日(水)・28日(木)・29日(金)
午前8時30分～11時30分

対象 小学4～6年生

定員 各日3人(申込順)

申込 7月8日(金)午前9時30分から
 電話(☎32-0262)でのみ受付
 ※1回の申込につき、1家族(兄弟
 姉妹)まで。(知人・親戚の分は
 不可)

※当日午前7時現在で警報が発令さ
 れている場合は中止。

かんたん工作教室

パラシュートを作って飛ばそう！
 絵本の読み聞かせもあります。

日時 7月23日(土)午後2時～3時

場所 図書館 会議室

対象 小学1年生～3年生

定員 8人(申込順)

申込 7月9日(土)午前9時30分
 から図書館カウンターまたは電話で。
 ※当日午前7時現在で警報が発令さ
 れている場合は中止。



夏休み特別企画「図書館ほほひとりじめ！」

休館日の図書館を、抽選で2組に
 開放します。

使い方はあなた次第！ぜひご応募
 ください。

日時 8月12日(金)午後1時～3時

定員 2組(1組1～5人程度まで)

対象 町内にお住まいの人

申込方法 図書館カウンター、電話

申込期間 7月13日(水)午前9時30
 分～24日(日)午後5時

結果発表 7月27日(水)午後2時以
 降に参加の可否を連絡します。



医療安全とは
 医療機関における安全対策は、職
 員各々が医療安全の重要性を認識
 し、必要とされる知識や技術を身に
 つけ実践していくことが基本となり
 ますが、個人の努力だけでは十分と
 は言えません。そこで病院全体とし
 て多職種で連携を図りながら、より
 安全な医療のシステムを創り上げ、
 患者さんが安心して医療を受けられ
 る環境を整えるよう努力していま
 す。

また、厚生労働省医療政策局の医
 療安全対策会議で提案された「安全
 な医療を提供するための10の要点」
 の中でも「安全高める患者の参加、
 対話が深める互いの理解」とうたわ
 れています。安全な医療を目指す「医
 療チームのメンバー」として、患者
 さんやご家族には引き続きご協力
 をお願いします。

Cooking

第2次健康たわらもと21

第2次田原本町食育推進計画〔後期計画〕



簡単においしく減塩

作り方

- 1 きゅうりは縦に縞模様に皮をむき、乱切りにする。
- 2 トマトはへたを取り除き、角切りにする。
- 3 ボウルに1、2を入れて混ぜ、Aを加えて和え、器に盛り付ける。

野菜や海藻には、高血圧の主な原因であるナトリウム(食塩)を体外に排出する効果があるカリウムを多く含んでいます。

カリウムは、ナトリウムが腎臓で再吸収されるのを抑制し、尿への排出を促す働きがあり、血圧を下げる作用があります。カリウムは水に溶けやすい性質があるため、食材を水にさらしたり、ゆでたりすると水に溶けだしてしまい摂取量が減ってしまいます。なるべく生で食べるようにしたり、火を通す場合は電子レンジにするなど、工夫するとよいでしょう。



国保中央病院だより 135

国保中央病院 ☎ 32-8800

医療の安全を高めるために

医療安全管理者 看護副部長
丸橋敦子

安心して医療を受けていただくために
 ①患者間違いを防ぐ取り組み
 さまざまな場面では患者さんのお名前
 をフルネームで確認させていただきま
 す。職員は「お名前を教えてください」と
 尋ねますのでフルネームでお答えく
 ださい。

②転倒転落を防ぐ取り組み
 入院時にはバーコード付きリストバ
 ンドを装着していただき、手術・注射・
 検査の際、患者さんご自身の名乗り確
 認に加え、リストバンドでの確認を行
 っていますので、ご理解ご協力をお願
 いします。



きゅうりとトマトの和え物

1人分エネルギー：65kcal、塩分0.6g

材料(2人分)

- ▶きゅうり…1本 ▶トマト(中)…1個
- ▶A(塩昆布…大さじ1、かつお節…1/2パック、
ごま油…大さじ1/2、白ごま…大さじ1/2)