



佐川町
食生活改善推進協議会
プレゼンツ

♪～お肉も野菜ももりもり食べれる一品です!!～♪

☆☆万能鶏むね肉でチーズ タッカルビ☆☆



(1人分) エネルギー 213kcal, タンパク質 20.6g, 脂質 9.6g,
炭水化物 10.5g, 食物繊維 1.5g, 食塩相当量 1.4g

〈作り方〉

- ①玉ねぎは1cmの半月切りにする。キャベツはざく切り、ニンニクは粗みじん切りにする。
- ②Aは混ぜ合わせておく。
- ③熱したフライパンにごま油を入れ、解凍した万能鶏むね肉を両面こんがりと焼く。
- ④ニンニクを加えて炒める。
- ⑤玉ねぎとキャベツを入れて炒め合わせ、水を入れふたをして蒸し焼きにする。
- ⑥キャベツがしんなりしたら、Aを入れて全体をからめ、ピザ用チーズをかけて、再びふたをする。
- ⑦チーズが溶けたら完成です。

※万能鶏むね肉の作り方は広報5月号に掲載しています。また、かわせみでも配布しています。

〈材料（2人分）〉	
万能鶏むね肉	120g
玉ねぎ	1/4個
キャベツ	100g
ニンニク	1/2かけ
ごま油	大さじ1/2
水	大さじ1/2
ピザ用チーズ	適量
A	トマトケチャップ 大さじ1/2
	コチュジャン 大さじ1/2
	はちみつ 小さじ1/2
	しょうゆ 小さじ1/2

☎ 健康福祉課 地域ふれあい係 電話 0889-22-7716

広告

住まいのこと、暮らしのこと

こんなお悩みありませんか？

- ◎ トイレをもっと快適に直したい。
- ◎ 重い引戸を楽に開け閉めできるようにしたい。
- ◎ 障子、襖の張替え
- ◎ さし掛け屋根ボリカ波板貼替え
- ◎ 階段、廊下への手すりの取付



代表者 西森太一

網戸1枚からトイレ、お風呂まで
尾川工務店は住まいの110番
困ったときは、私に何でも相談
してください！

見積り・相談無料 今すぐお電話を！

☎ 0889-20-9322

尾川工務店(株) 佐川町乙5390-2 (佐川町健康福祉センターかわせみの南側)

療養病棟における感染対策について

療養病棟看護長 岡 伊津子



日頃は面会や新型コロナウイルス感染症の対策の段階に準じた対応などにご協力いただきありがとうございます。

院内で新型コロナウイルス感染症の対策が始まってからおおよそ1年以上の月日が経ちました。当初は海外からの入国者やクルーズ船の乗客などちらかといえは遠い地域での話でしたが、県内や中央西保健所管内でも感染者が発生し、今では会話時のマスク着用や手指消毒が日常の風景となりました。

当院では、職員は自身の健康管理をはじめ院内ルールに則った行動を心がけています。特に

療養病棟に入院している患者さんは、一般病棟に比べ入院日数が長くなる方もいます。そのためより一層の感染管理意識を長期持続させていくことが課題です。それと同時に療養生活が長くなりご家族と長い間面会できないことで患者さんが元気をなくしたり、退院後の生活の場に自信が持てなくなったりといったことを回避できるような看護を実践し、展開するよう努めてまいります。

ご家族との面会に制約があることでご迷惑をおかけしていますが、今後ともご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

人間ドックの案内

人間ドックを4月8日(木)から実施しています。詳しい内容は、令和3年3月号広報誌と一緒にお届けしている“2021年度 高北病院健診のご案内”をご確認ください。(※電話によるお申し込みは承れませんので予めご了承ください。)

※糖尿病教室については、当面の間中止とさせていただきます。再開の際は改めてお知らせします。

6月は児童手当現況届の提出月です

支給内容

中学校3年生まで(15歳の誕生日後の最初の3月31日まで)の児童を養育している方
支給額(児童一人当たりの月額)

対象となる児童		児童手当の額 所得制限限度額未満の人	特例給付 所得制限限度額以上の人
3歳未満		15,000円	5,000円
3歳以上小学校修了前	第1・2子	10,000円	
	第3子以降	15,000円	
中学生		10,000円	

支給時期

原則として、6月、10月、翌年2月にそれぞれの前月分までを支給します。

6月中に必ず現況届の提出を

児童手当の受給者には、6月上旬に「現況届」を送付します。
現況届は毎年6月1日の状況を届け出ること児童手当を引き続き受けることが出来るかどうかを確認するためのものです。



現況届に同封している案内をお読みいただき、必要事項を記入のうえ関係書類を添えて、6月末までに必ず提出してください。

☎ 健康福祉課 生活応援係 電話 22-7705

広報さかわ R3.6