



## 診療体制変更のお知らせ

医師の入職にともない、診療体制が一部変更となりました。

2024年04月～

		月	火	水	木	金	土
内科・糖尿病内科	初診	川本(1・3・4・5) 西(2)	赤木	天野(1・3・5) 中山(2・4)	青谷	喜多	西崎
	再診	山下(優) 中村 天野 中山 喜多(1・2・4・5) 川本(2) 西(1・3・4・5) 末田	山下(優) 中村 天野 中山 喜多 西 青谷 谷口	山下(優) 中村 天野(2・4) 中山(1・3・5) 喜多 西	山下(優) 中村 天野 中山 喜多 赤木 西	山下(優) 中村 天野 中山 西崎 末田 藤崎	山下(優) 中村 天野 中山 喜多 川本
放射線科			長友	長友	長友	長友	谷岩
消化器内科		三宮		三宮	三宮	三宮	
透析		赤木 山下(秀)	松下 山下(秀)	赤木 山下(秀)	松下 山下(秀)	赤木 山下(秀)	松下 山下(秀)

# 新任医師・新入職者紹介

にし ゆういち  
西 勇一医師  
糖尿病内科



退屈な人間ですが  
よろしくお願いたします。

Q 出身はどこですか？  
A 都城

Q 好きな食べ物は何ですか？  
A だいたい何でも好きです

Q ストレス解消法は何ですか？  
A 走ること

Q 好きなスポーツは何ですか？  
A 陸上競技、競泳

Q 前任先はどこですか？  
A 宮永病院

Q 趣味は何ですか？  
A ランニング



Q 行ってみたいところは  
ありますか？  
A いっぱいあります

Q 好きな芸能人はいますか？  
A STARDUST REVUE

さんのみや ともみ  
三宮 友実医師  
消化器内科



ささいな事でも相談しやすい診療をこころがけて  
います。消化器のことならなんでもお気軽に相談して  
ください。

Q 出身はどこですか？  
A 宮崎県延岡市です

Q 好きな食べ物は何ですか？  
A お米

Q ストレス解消法は何ですか？  
A 料理

Q 医師を目指したのは  
何歳頃からですか？  
A 中学のころからぼんやりと

Q 好きなスポーツは何ですか？  
A バレーボールしてました  
甲子園見るのが好きです



Q 休みの日は  
なにをされていますか？

A 三宮胃腸内科で働いています

Q 趣味は何ですか？  
A ウォーキング

Q 行ってみたいところは  
ありますか？  
A 日本大好きなので

いつか日本一周したいです

Q 好きな芸能人はいますか？  
A あまりテレビはみませんが  
お笑いは好きです





医事課 緒方麻璃亜

いち早く仕事を覚えて、一人前の医療事務員になれるように頑張りたいと思います。

診療情報管理室 児玉沙織

先輩方のように視野を広く持ち、業務を効率よく行えるスキルを身につけていきたいです。

外来 松本美波

一生懸命、笑顔で頑張ります。

一般病棟 黒原亜沙夏

患者さんに頼られる看護師になる為、頑張ります。笑顔を届けていきます。

一般病棟 井上瑞稀

地域の方々の健康を守るような看護師になります。よろしくお願いします。

療養病棟 馬渡海輝

少しずつ成長できるように頑張ります。よろしくお願いいたします。

透析室 枝元はるな

早く仕事を覚えるよう努めます。よろしくお願いします。

透析室 川畑優心

患者さんから頼られるような看護師を目指して精一杯頑張っています。

栄養部 川越美香

患者さんにいつも喜んでもらえるような食事を提供できるように頑張っています。

へす香る 薬味たっぷり

# 冷やし鶏飯

材料(2人分)

ささみ(40g)	2本
酒	少々
生姜(すりおろし)	少々
卵	1個
油	1g
人参	40g
A	
濃口しょうゆ	2g
砂糖	1g
だし汁	適量
干しいたけ	4g
B	
濃口しょうゆ	2g
砂糖	1g
だし汁	適量
〈薬味〉	
大葉	2枚
みょうが	1個
へべす	適量
〈スープ〉	
C	
鶏がらスープの素	4g
濃口しょうゆ	6g
薄口しょうゆ	3g
水	200ml

## ① スープを作る

ボールにCを入れ、スープの素が溶けたら冷蔵庫で冷やしておく。

## ② 具材を作る

### 干しいたけ

はもどして薄切りにする。鍋に干しいたけ、Bを入れ、干しいたけが浸るくらいのだし汁を入れて火にかけて煮る。

### 卵

を溶き、熱したフライパンに油をひき、溶き卵を流し入れ、薄く広げて焼く。粗熱を取り、千切りにして錦糸卵を作る。(市販のものでもOK)

### 人参

は皮をむいて千切りにする。鍋に人参、Aを入れ、人参が浸るくらいのだし汁を入れて火にかけて煮る。

### ささみ

は酒、生姜に漬け込み、鍋で火が通るまで茹でて(電子レンジで加熱もOK)、ほぐしておく。(市販のサラダチキンでもOK)

### 大葉

は茎を切り落として、千切りにする。

みょうがも縦半分に切って、千切りにする。

へべすは薄く輪切りにする。

## ③ 盛り付ける

大きめの器にご飯をよそい、②のささみ、人参、しいたけ、錦糸卵を盛り付ける。冷やした①のスープを注ぐ。最後に薬味を盛り付けて完成。

へべすの他に、「かぼす」や「ライム」でも美味しく食べられます!

鶏飯の具	
エネルギー	103kcal
炭水化物	5.2g
たんぱく質	14.1g
脂質	3.5g
塩分	1.7g



食欲の落ちる季節にピッタリです!

## 「鶏飯」は鹿児島県

奄美地域を代表する郷土料理です。

わっげうまか!

当院でも、ゆずの皮の入った温かい鶏がらスープをかけて食べる鶏飯を提供しており、とても喜ばれています。

アツげうま!



今回は、そのスープを冷たく冷やして宮崎特産の「へべす」を使用し、宮崎風にアレンジ

大葉やみょうがの「薬味」の香りで、「美味しく減塩」できます!

薬味パワーで食欲もアツ

平和台病院 栄養部

発行元：医療法人社団 絃和会 平和台病院 広報委員会

〒880-0034 宮崎県宮崎市矢の先町 150-1

TEL:(0985)-24-2605 FAX:(0985)-22-0787

URL: <https://www.heiwadai.or.jp/> 令和6年6月1日発行

