

蒲田マッスルキッチンⅡ

第2章／

第4回「キャベツとささみのナムル」

みなさん、こんにちは! マッスルブラザーズです! 春雨も通り過ぎて全国の新入職員も職場環境に馴染んできた頃でしょう。そんな新人のみんなに僕たちからアドバイスをします。これは僕達が筋トレと映画を通じて学んだことです。まず一つ「筋肉は1日してならず」、直ぐには上達しないし結果が出ない金言です。次に「待てば海路の日和(ひより)あり」、今は状況が悪くても待てば好転するチャンスがあるというあきらめない為の言葉です。あきらめない為に必要なのは、『希望』です。名作映画「ショーシャンクの空に」の名セリフ「希望は素晴らしい、たぶん最高のものだ。そして良いものは決して滅びないんだ。」があります。鉄アレイを両手に、希望の火を胸に灯して、前を向いて一緒に筋トレしましょう! そして、生きるエネルギーは友とご飯です! 今回紹介するキャベツとささみのナムルという最高のご飯フレンドです! 海苔とゴマの風味が食欲を刺激して、箸が止まりません。簡単なのでぜひ作って試してください!

(マッスルブラザーズ/ダニエル江藤・ポバイ森田)



ポバイ森田

ダニエル江藤



キャベツとささみのナムル ◎栄養価(1人分)／■カロリー:100kcal ■蛋白質:9.6g ■脂質:4.6g ■食塩相当量:0.4g

- 材料(3人分)
- キャベツ 1/4玉
 - 鶏ささみ 100g
 - いりごま 小さじ2
 - きざみ海苔 お好みで
 - 塩 ひとつまみ(1g)
 - こしょう 少々(5振り程度)
 - 味の素 少々(3振り程度)
 - おろしにんにく 小さじ1/4
 - ごま油 小さじ2

作り方

- ①ボウルにAの調味料を混ぜ合わせておく。
- ②鍋にお湯を沸騰させ、鶏ささみを入れて茹でる。
- ③②のあら熱が取れたら食べやすい大きさにほぐす。
- ④キャベツを食べやすい大きさに切る(芯に近い部分は薄くスライスすると食べやすいです)。
- ⑤①に③、④を入れてよく和える。
- ⑥⑤にいりごまを加えてさらによく和える。
- ⑦皿に盛り、お好みできざみ海苔をかけて完成。

ホームページのご案内
病院の詳しい情報は、こちらから

蒲田リハビリテーション病院

検索

<https://kamata-rh.net>



△ 公共交通機関等利用のお願い

当院は来院の皆様全員に提供できる駐車スペースを十分に持ち合わせておりません。誠に申し訳ございませんが、公共交通機関・タクシー等のご利用をお願いいたします。また、お車でお越しの方は指定駐車場をご利用いただき、路上駐車などなされない様お願いいたします。何卒、ご理解とご協力の程よろしく申し上げます。

- JR線・東急線「蒲田駅」東口下車 ▶路線バス2番のりば大森駅行き(バス約7分)
大森駅行き【東邦大学】バス停下車徒歩約5分
- JR線「大森駅」東口下車 ▶路線バス1番のりば蒲田駅行き(バス約20分)
蒲田駅行き【東邦大学】バス停下車徒歩約5分
- 京浜急行線「大森町駅」西口下車徒歩約13分
- 京浜急行線「梅屋敷駅」下車徒歩約15分
- 羽田空港国際線ターミナルよりお越しの方
京急空港線「羽田空港国際線ターミナル駅」から「京急蒲田駅」へ
「京急蒲田駅」から乗り換えて「梅屋敷駅」で下車徒歩15分
- お車でお越しの方
指定駐車場「タイムズ大森西4丁目」(当院すぐ横)…1時間まで無料



〒143-0015 東京都大田区大森西4丁目14-5
TEL 03-5767-7100 / FAX 03-5767-7107

蒲田つうしん局

2025

Vol.

51

蒲田つうしん局

2025 Vol.51

企画・発行所：医療法人社団 巨樹の会 蒲田リハビリテーション病院 広報委員会

2025年06月発行

CONTENTS

新入職員紹介	P2
新入職医師紹介	P4
カンボジア研修報告	P4
第22回 関東カマチグループ 合同研究学術大会	P5
ジャズコンサート	P6
むすびプロジェクト	P6
巨樹の会からのお知らせ	P7
蒲田マッスルキッチンⅡ	P8

新入職員紹介

32人の
新しい
仲間たち

3つの質問をしました!

- ①あなたの出身地を教えてください。②趣味や特技を教えてください。
③当院で働く意気込みを一言をお願いします!

リハビリ テーション科

理学療法士 リハビリ
テーション科
①東京都
②【趣味】自然な所に行く、
カフェ巡り【特技】ソフト
テニス
③患者様に寄り添い、リハビリ
を通じて最善を尽くします!

理学療法士 リハビリ
テーション科
①神奈川県
②スポーツやeスポーツの
観戦
③たくさんの方に貢献でき
よう頑張ります。

理学療法士 リハビリ
テーション科
①東京都
②ランニング
③元気で仲間とともに頑張
ります!

理学療法士 リハビリ
テーション科
①千葉県
②【趣味】ゲーム、ドライブ
【特技】サッカー
③無理せず頑張っていき
ます。

理学療法士 リハビリ
テーション科
①千葉県
②バレーボール、野球観戦
③自分にできることを全力
で頑張りたいです。

理学療法士 リハビリ
テーション科
①宮城県
②【趣味】家族みんなで旅行
すること【特技】テニス
③笑顔忘れず日々成長でき
よう、頑張りますのでよ
しくお願いします!

理学療法士 リハビリ
テーション科
①群馬県
②音楽鑑賞
③知識や技術を身に付けなが
ら、患者様に寄り添うこと
のできる理学療法士を目指
して頑張ります。

理学療法士 リハビリ
テーション科
①岩手県
②お酒を飲むこと、車を見ること
③ひとつひとつの業務を責任
を持って行い、患者様の笑顔
を増やせるように頑張ります。

作業療法士 リハビリ
テーション科
①埼玉県
②アニメ・YouTubeを観ること、
散歩
③早く仕事を覚えて即戦力に
なれるよう全力でがんばり
ます!! よろしくお願いします!!

作業療法士 リハビリ
テーション科
①東京都
②【趣味】料理 (特にお弁当
作り) 【特技】バレーボール
③笑顔で頑張ります♡

作業療法士 リハビリ
テーション科
①福岡県
②マカロニえんぴつのライブに
行くこと、旅行、ディズニー
③笑顔で精一杯頑張ります!
よろしくお願いいたします。

理学療法士 リハビリ
テーション科
①神奈川県
②野球
③信頼されるように頑張
りたいです。

理学療法士 リハビリ
テーション科
①静岡県
②ショッピング
③一人前の理学療法士
になれるよう、精一杯
頑張ります。

理学療法士 リハビリ
テーション科
①東京都
②ジェットスキー、ウェイク
ボード
③向上心を持ち続け、頑張
ります!

理学療法士 リハビリ
テーション科
①千葉県
②スポーツ観戦、ラジオを
聴くこと
③適度に頑張ります! よろ
しくお願いします。

作業療法士 リハビリ
テーション科
①宮城県
②美味しいコーヒーを飲むこと。
濃くて深みのある、酸味の少ない
コーヒーが好みます!
③緊張や不安もありますが、
明るく元よく働きたいです!
よろしくお願いいたします!

作業療法士 リハビリ
テーション科
①神奈川県
②【趣味】読書、小物作り、
ピアノ、音楽鑑賞、山登り
【特技】韓国語
③早く技術を身に付け、即戦力
になれるように努めます。

言語聴覚士 リハビリ
テーション科
①山形県
②好きなアーティストのライブ
に行く
③不安も多くありますが、先輩方
から多くのことを学び、知識
や技術を吸収していけるよう
頑張ります!

言語聴覚士 リハビリ
テーション科
①山口県
②映画鑑賞
③患者様のために精一杯
頑張ります!

言語聴覚士 リハビリ
テーション科
①東京都 ②音楽鑑賞
③一人でも多くの患者様の
在宅復帰をお手伝い
できるよう、精一杯頑張
ります。

医療ソーシャル
ワーカー 医療連携室
①鹿児島県 ②旅行
③患者様の意思を尊重し
た支援ができるよう
日々励みます。よろしく
お願いいたします。

看護部

看護師 看護部
①神奈川県
②カフェ巡り、雑貨屋に行くこと、
ネットフリックス鑑賞
③患者さんに寄り添った看護を
提供し、1日でも早く即戦力にな
れるようになりたいと思
いますので、よろしくお願いいたします!

理学療法士 リハビリ
テーション科
①宮城県
②音楽を聴く
③少しでも早く患者様の
力になれるようがんば
ります!

理学療法士 リハビリ
テーション科
①神奈川県
②フットサル、キャンプ、スノボ
③常に目標をもち、一歩一歩
着実に成長していきたいと
思っています。

理学療法士 リハビリ
テーション科
①東京都
②スポーツ観戦、音楽鑑賞
③元気に明るく!

理学療法士 リハビリ
テーション科
①群馬県
②【趣味】体を動かすこと、野球
観戦【特技】料理、野球
③患者様に寄り添い、質の高い
リハビリを行えるように日々
勉強をがんばります。

理学療法士 リハビリ
テーション科
①新潟県
②野球観戦
③患者様中心のリハビリテ
ーションを行えるよう、
頑張ります。

理学療法士 リハビリ
テーション科
①愛知県
②高校3年生まで水泳を
やっていました。
③持ち前の明るさと根性で
頑張ります。

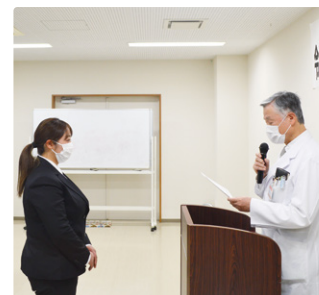
理学療法士 リハビリ
テーション科
①福岡県
②スニーカー集め、韓ドラ
鑑賞
③たくさんの方から愛され
るPT

理学療法士 リハビリ
テーション科
①神奈川県
②キャンプ
③早く仕事を覚えて頑張
ります。



看護師 看護部
①神奈川県
②読書、ダンス
③確かな技術・知識を身に
つけ、一人一人に合わせた
看護を提供していきたい
です。

看護師 看護部
①神奈川県
②【趣味】ゲーム、ネットフリックス
鑑賞【特技】目覚まし1回で絶
対起きれる。
③慣れないことで皆様にご迷惑を
おかけすると思いますが蒲田リハ
の一員になれるよう頑張ります。
よろしくお願いいたします。



新入職医師紹介



渡邊 正志

渡邊正志です。山梨県下部町久那土の出身です。1975年4月に、ここの病院近くの大学のラグビー部に入りました。この地に居住50年になります。学生時代は、本門寺までよく走りました。蒲田1丁目2にグラウンドがあったのを覚えていらっしゃる方、どうぞお声かけください。消化器外科医になり、たくさんの患者さんを手術させていただきました。2010年から医療安全を学んで、2025年4月21日より蒲田リハビリテーション病院に入職し、回復期リハビリテーションを学んでいます。患者さん、ご家族とともに多職種のスタッフと協力し、最適なチーム医療をお届けできるように努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

カンボジア研修報告

2025年2月にカンボジアへ海外研修に5日間行かせてもらいました。アンコール小児病院を訪れ、現地の医療現場を見学しました。病院では、医師や看護師、理学療法士が診察や治療のサポートを行い、特に感染症や栄養状態の改善が重要な課題であることを学びました。また、院内の調理場にてご家族へ栄養指導を実施しており、医療資源の限られた中で医療提供の難しさを実感しました。

今回の研修を通じて、医療の重要性と国際協力の大切さを深く認識しました。

リハビリテーション課 理学療法士



第22回 関東カマチグループ 合同研究学術大会

第22回関東カマチグループ合同研究学術大会に参加させていただきました。『復職・就労支援体制の構築に向けて 第一報』という演題で発表を行いました。今回、研究発表を始めて行い、資料作成や発表の難しさを痛感しました。事前準備に関して、情報集約の重要性を感じられ、日頃の業務から意識が変化したと感じられ、非常に良い経験ができました。銅賞を獲得することができ、研究に関わった方々のおかげであると感謝しています。また、他病院の様々な発表も聞く機会を得られ非常に参考になりました。今後もより良いリハビリテーションが提供できるように、今回の経験を活かしていけるよう心掛けていきます。

リハビリテーション科 言語聴覚士



ジャズコンサート

4月にプロのサクソ奏者と、ピアニストの方をお招きし、患者様・家族様を対象としたジャズコンサートが開催されました。出演者の1人は当院にご入院されリハビリを行い、無事に社会復帰をされました。そのような経歴から、ご入院中の患者様に少しでも希望をもってリハビリをしてもらいたい、とのお気持ちからこのコンサートが開催されました。当日は患者様やご家族、スタッフを含めた参加者が100名を超え、飛び入り参加の患者様もあり、大盛況となりました。ご入院中の患者様も笑顔で手拍子をされるなど、楽しんでおられる様子でした。今後もご入院中の患者様に楽しんで頂けるような催しが開催できる様に取り組んで参ります。

患者サービス向上委員会
理学療法士



むすびプロジェクト



「むすびプロジェクト」は当グループのリハビリ病院を退院された患者様が、その人らしく生きいきと生活していただけるよう、支援するための取り組みです。今回はその取り組みのひとつをご紹介します。

第4回 むすびプロジェクト研修会

看護師が同行する家屋調査から退院後の生活支援を考える

2025年2月に第4回むすびプロジェクト研修会が行われました。原宿リハビリテーション病院の回復期リハビリテーション看護師 小林副院長が『看護師が同行する家屋調査から退院後の生活支援を考える』をテーマにした講演に総勢1000名のグループ病院職員が参加しました。私たちは、実際の家屋調査の事例を通じて、看護師が積極的に関わることで、より良い生活支援ができることを改めて実感しました。退院後も安心して暮らしていただくためには、お一人おひとりの生活環境に合わせたサポートが大切です。

家屋調査で得られた情報をもとに、安全で快適に過ごせる環境を整えるお手伝いをする事で、患者さんやご家族の不安を少しでも和らげられればと思っています。

むすびプロジェクトでは、これからもこうした取り組みを大切にしながら、皆さんの暮らしに寄り添った支援を続けてまいります。



蒲田リハビリテーション病院 スタッフ募集

私たち蒲田リハビリテーション病院は、スタッフを募集しています。
病気の後、自宅に戻る患者様を助ける熱意を持っている方、
私たちと一緒に、働きませんか？

看護師 看護補助者 薬剤師 事務員

職種	①看護師 ②看護補助者 ③薬剤師 ④医療系事務員（総務事務、営繕）
応募資格	・各職種の資格・経験者優遇 ・人と接することが好きな方 ・チームで働くことができる方
勤務時間	①②日勤08:30～17:00(休憩1時間) 夜勤16:30～09:00 ※その他早出、遅出勤務等の変則勤務あり ③④08:30～17:00(休憩1時間)
給与	経験・スキルに応じて応相談
待遇	社会保険完備 交通費支給 研修制度あり ※詳細は病院ホームページの採用ページをご覧ください



蒲田リハビリテーション病院

応募先 お電話もしくはサイトよりご応募ください

所在地 / 東京都大田区大森西4-14-5
サイト / <https://kamata-rh.net/>

03-5767-7100



未来の健康を
守るのは、
私だ。

看護学科
SCHOOL OF NURSING
理学療法学科
REHABILITATION / PHYSICAL THERAPY
作業療法学科
REHABILITATION / OCCUPATIONAL THERAPY



健康な未来を
令和健康科学大学
REIWA HEALTH SCIENCES UNIVERSITY

〒811-0213 福岡市東区和白丘2丁目1番12号
TEL 092-607-6701 (代表) FAX 092-607-6740
HP: <https://www.rhs-u.ac.jp/>
入試・広報専用 TEL 0800-888-0053

