



●飯南病院 電話72-0221 ●来島診療所 電話76-2309 ●保健福祉センター 電話72-1770



**看護助手 伊藤さなえ**  
 昨年、私の故郷である飯南町に夫と子どもと帰って来ました。病院での仕事は初めてで不安もありましたが、懐かしい土地で笑顔で頑張っていました。よろしくお願いします。よろしくお願ひします。



**看護助手 恒松菜奈**  
 出雲市から飯南町に越えてきて1年が経ちましたが、慣れないことも多く戸惑う毎日です。看護助手の仕事を通して、飯南町に貢献できるように頑張りたいと思います。よろしくお願いします。



**看護助手 酒井あかり**  
 広島県出身で、3月に飯南町へ移住してきました。飯南町での生活も、病院での仕事も初めての事ばかりですが、皆さんと触れ合い、明るく笑顔で関わりながら働いていきたいと思っています。少しでも多くの患者さんに安心して過ごしてもらえよう頑張ります。

**飯南 便り**

4月から飯南病院に勤務している職員を紹介します

こんにちは  
 中山間地域研究センターです。

**農林大学校林業科に、  
 新生8人が入学しました**

●中山間地域研究センター  
 電話 0854-76-2025  
<http://www.pref.shimane.lg.jp/chusankan/>



農林大学校本校での入学式(大田市)

県立農林大学校は、次代の島根県の農林業をリードする農業者と林業技術者の養成を目的として、林業科では実践に役立つ、森林・林業に関するさまざまな知識と技術を2年間で習得し、即戦力となる人材を育成しています。中山間地域研究センター内には、農林大学校林業科(分校)が併設されていて、この3月には9人の学生が卒業し、県内外の林業事業体へ就職しました。

また4月13日には、林業科8人を含む47人の新生を迎え入れました。林業科は、19人の学生(2年生11人含む)が町内の「飯南寮」(一部の学生が県職員宿舎に入居)で、不安と期待に胸を膨らませて生活しています。学生は親元を離れ、「自分のことは自分で」と自立心を養うとともに、寮での共同生活で他人に迷惑をかけないなど協調性も含めて学んでいます。今後も地域行事への参加を通して、

地域の皆さんと接する機会もあろうかと思ひます。そのときはよろしくお願ひします。※県外出身の学生は、新型コロナウイルス対策のため帰省を控えています。■問合せ 島根県立農林大学校 林業科 電話:76-2100 <http://blog.goo.ne.jp/f-nodai> 林業科の授業、実習の様子をブログで紹介しています。

**保健福祉 便り**

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、全国に緊急事態宣言が発令され、不要不急の外出自粛や小・中学校の休校により、献立を考えるのに苦労している人も多いと思います。そこで、自宅で簡単に作れる「お助けレシピ」を紹介します。栄養満点で免疫力アップ!!



**しっかり食べて免疫力アップ  
 ~健康は毎日の食事の積み重ねから~  
 おうちごはん サバ缶とニラのチャンプル**

- 材料(4人分)
- サバ缶(味付き).....1缶
  - ニラ.....1束
  - ごま油.....大さじ1
  - 豆腐.....2分の1丁(200g)
  - 卵.....2個
  - しょうが.....少々
  - しょうゆ.....小さじ1

- 作り方
- 豆腐:8等分に切って、水きりする。しょうが:せん切りにする。ニラ:3センチの長さに切る。
  - フライパンにごま油を入れて火にかけて、しょうがを入れて豆腐を炒める。
  - サバ缶、サバ缶の汁、ニラ、しょうゆを加えて、最後に溶き卵を回しながら入れて半熟になるまで火を通す。
- エネルギー 173kcal  
 たんぱく質13.8g・脂質11.5g・カルシウム141mg・カリウム227mg・鉄1.6mg・食物繊維0.6g・塩分0.6g

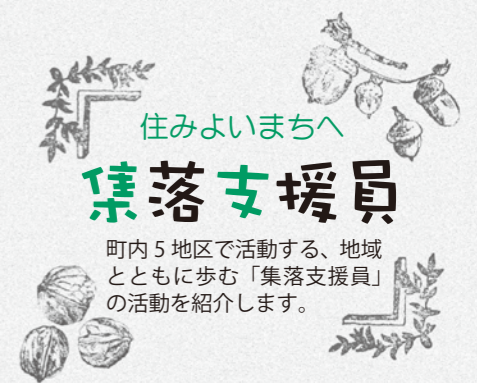
**志々地区集落支援員の  
 桐原 敏です!**

◆今年度の志々地区は、集落支援員2人体制となり、「陽サロ2号店」「声掛け訪問」「お助けショップささえさん」の継続とさらなる充実、利便性の向上を図れるようになりました。



◆毎月2回開催の志々地区サロン「陽サロ2号店」は、令和2年2月に来場客が4,500人に達し、地域の見守りにもつながっています。今年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため開催できていませんが、調理ボランティアの皆さん

に「マスクづくり」に協力してもらいました。早く再開し、皆さんの笑顔に出会えることを願っています。◆毎月1回の「声掛け訪問」も継続し、困り事や心配事の解消と地域の皆さんが安心安全に暮らせる地域づくりを目指します。今年度から赤外線体温計を導入し、訪問ボランティアの皆さんの体調にも気を付けながら活動していきます。◆志々公民館内にある「お助けショップささえさん」は、毎月約250人の利用があります。地域に商店が無くなったことから始まった小さな店ですが、今後も要望に応えられるように地域の皆さんと一緒にお店づくりができればと思います。



◆「志々の未来予想図」にある「みんなが安心・安全に暮らせる地域」を目標に地域の皆さんと一緒に活動していきます。

