

たくさんの笑顔で地域をつつみます ♡

社会医療法人 関愛会 広報誌

せきあい

seki ♡ ai

2023年 冬

Vol.14

仲良き事は
美しき哉

記事

- せきあい事業所図鑑.....佐賀関病院 DMAT の活動
- もっと教えて！ドクター.....関愛会の在宅サービス (大東よつば 甲斐誠司 先生)
- あの頃より今は若いから (終)関愛会での2年半
- 地域貢献で行こう！.....大分県漁業協同組合 佐賀関支店
- せきあい健康レシピ/せきあいニュース ほか

「佐賀関地域の医療を途切れさせない」

佐賀関DMAT

せきあい
事業所
鑑



～ 紹介してくれた方 ～



日本・大分DMAT隊員(業務調整員)
桑原 宏さん (佐賀関病院放射線室)



日本・大分DMAT隊員(業務調整員)
伊藤 剛平さん (佐賀関病院放射線室)

佐賀関DMATの特徴

今回、佐賀関病院DMATの紹介をさせていただきます。

普段は診療放射線技師として勤務しています。「DMATってニュースで聞くけどなんだろう？」という方もおられると思います。

DMATというのはDisaster Medical Assistance Teamの略称で、大地震および航空機・列車事故といった災害の急性期(概ね48時間以内)に活動できる機動性を持った、専門的な訓練を受けた災害派遣チームです。1995年の阪神淡路大震災のときに、多くの傷病者が発生し医療の需要が拡大する中で、初期医療や搬送体制がまだ不十分だったため、救えなかった命が多くありました。そのため、我が国の災害時の初期救急医療体制の立ち遅れが指摘され、我が国の災害医療を見直すべく2000年の沖縄サミットの救護体制の検討をきっかけにDMATが構築されました。

本来であればDMATは災害地に派遣されて活動を行います。佐賀関DMATは佐賀関地区の災害対応を第一に考えています。今回は佐賀関地区での災害を想定した訓練活動を実施しましたので紹介致します。

佐賀関DMATは、
佐賀関地区の災害対応を第一に考えています。



佐賀関DMAT

出動



佐賀関地区の被災現場

佐賀関地区 市民参加型の自主防災訓練の実施(令和5年3月)

3月の訓練では、実際に佐賀関小学校に避難所が設けられ、DMATが出動し医師と看護師が体調不良者のトリアージや処置を、業務調整員は通信手段の確立や佐賀関病院に残ったDMAT隊員との情報を共有する訓練を行いました。



DMAT到着



公民館から避難の様子

政府主導 大規模災害訓練に参加しました。(令和5年10月)

10月の訓練では、日向灘沖で地震が発生、大分市内で震度6強、津波が2mの高さで到達し、当院の1階フロアは浸水したという想定です。大屋院長を本部長とした院内災害対策本部を立ち上げ、衛星電話などの通信手段を設定しました。大分大学医学部附属病院内に設置された大分県DMAT活動拠点本部と情報交換や搬送依頼等を実施しました。当院の想定被害はライフライン全滅のため病院内に籠城する方針となり、県外からの支援DMAT2隊(九州大学病院、聖マリア病院)とともに院内体制の構築や必要資源の内容を検討する机上訓練を実施しました。また佐賀関地区内に複数箇所ある避難所に実際に行き、被害状況などを把握。佐賀関病院地区全体における医療支援を検討する訓練も実施しました。



非常食を実際に調理



支援DMATとのミーティング



災害時の通信アイテム
衛星電話

佐賀関地区は道路が寸断されるなどの被害により孤立する恐れがある地域です。佐賀関病院DMATは「佐賀関地域の医療を途切れさせない」という精神で訓練に参加しています。今後も行政機関と連携を図り、佐賀関地区の災害医療に貢献をしていきたいと思ひます。



大東よつば病院 甲斐 誠司

(かい せいじ)

2004年 自治医科大学医学部卒業
日本プライマリ・ケア連合学会 専門医・指導医
日本医師会 認定健康スポーツ医



関愛会訪問診療の原点(長松医師)

者数は1500人以上です。)
(※2023年10月現在の関愛会訪問診療患者数は1500人以上です。)

Q

関愛会は訪問診療をはじめとした在宅医療に力をいれていると聞きました。どのような在宅サービスがあるのか詳しく教えてください。

A

関愛会は、2004年に佐賀関町立国民健康保険病院が佐賀関病院として民営化されたことから始まりです。当時より高齢化社会が問題となり、佐賀関地域でも疾病や傷病、加齢により通院が困難な患者が増加してまいりました。地域医療を守るために、どうしたらいいのか。その答えの一つとして、「住み慣れた場所で、安心・安楽な生活を送る」ことを支援するために、訪問診療というかたちで在宅医療の提供が始まった(左の写真)と聞いています。そして自宅以外にも、市中で施設療養されている患者、障がい児・者なども通院が困難な場合があります。そのような方々へのニーズにも応えることで訪問診療が拡大していききました。

私自身、関愛会で訪問診療に関わるようになって9年になりました。多くの先生方だけでなく、看護師やソーシャルワーカー、機能訓練士(理学療法士、作業療法士、言語聴覚士)や管理栄養士といった様々な職種からも患者の生活を支えるための関わり方を教えて頂きました。医師はいのちをつなぐことが一つの使命ですが、ひとりの人生を支えるために多職種みんなが手をつなぎ、思いをつないでいくことが何より大切です。

在宅だからできることもあります。大切な人と最期まで一緒にいる(入院治療を中止し、自宅での看取りを調整)、行きたいところに行く(トリニータの試合をどうしても観たい方

に、看護師・リハビリで同伴観戦※上の写真)、食べたいものを食べる(嚥下の悪い方に形態を調整したたこ焼きを提供)、様々な思いをくみ取り、支援し続けることが質の高い在宅サービスであると考えています。

このように紹介した在宅医療・サービスはほんの一例です。在宅患者へ支援の輪が広がるよう、医療関係者の方々と連携を強化することも必要ですが、患者家族の方々もこのような医療のカタチがあることを知っていただき、ちょっとした悩みでも気軽に相談してもらえましたら幸いです。

訪問サービスの例

サービスの名称	サービスを担当する職種	内容
訪問診療	医師	定期的・計画的に在宅患者の病状管理を行う。多くは月2〜4回。
往診	医師	病状変化・容体悪化時に随時訪問し診療を行う。
訪問看護	訪問看護師	在宅患者を訪問し、主に医療的な処置やケアを行う。
訪問歯科診療	歯科医師	在宅患者を訪問し、歯科診療を行う。
訪問薬剤指導	薬剤師	在宅患者を訪問し、処方されている薬剤の服薬方法を指導。
訪問リハビリテーション	理学療法士、作業療法士、言語聴覚士	在宅患者を訪問し、機能訓練にとどまらずに在宅生活を維持し生活の質を向上させる。
訪問栄養指導	管理栄養士	療養上必要な栄養・食事(形態)について指導助言する。
訪問介護	訪問介護員(ホームヘルパー)	食事・排泄・入浴・保潔、掃除や買い物補助などの生活全般を補助する。

あの頃より 今は若いから

— 医師の生活、いまむかし —
渡辺英宣先生が綴る回顧録的随想



最終回 「関愛会での2年半」

2021年4月より縁あって大東よつば病院、やすらぎ苑に勤務することになりました。大東よつば病院はこの年の2月に開院したばかりであり、立川院長を先頭に医師、ベテラン看護師、介護士、リハビリそして検査部門にもよりぬきの人材がそろっており、皆張り切って仕事にはげんでいました。

このころはコロナ感染症も猛威をふるっており、ワクチン接種は重要な業務のひとつでした。接種希望者予約、行政とのやりとりは竜田課長が中心となり、接種の実施は片桐看護部長を中心に、薬局と外来看護部が主体で行いました。そして私は接種担当医として、毎日首相官邸より発信される全国の接種速報を入手し、関連する皆様にお知らせしていました。2023年10月末までに接種した人数は5千人以上になりました。

2021年12月より関愛会の関連施設である清川診療所へ応援診療に行くことになりました。清川診療所は自治医科大学卒業の医師にとっては大変思い出のある診療所なのです。彼らはここを聖地(メッカ)と呼んでいます。自治医科大学第一期卒業生の竹田津文俊先生が当時の清川村をあげての歓迎を受けて初代の診療所長になりました。引き続き、よつばファミリークリニックと関連の深い佐藤隆美先生も3年間勤務しています。



渡辺 英宣 (医師)

大分県 豊後高田市出身
東京医科歯科大学医学部卒業後、
大分県内の病院・保健所所長を歴任。

趣味
囲碁、ゴルフ、フグ料理

清川診療所での勤務中には、三重東クリニックの宇都宮院長、そして小児科医の別府先生が小生のことを気づかってくれ、励ましに来てくれました。また、須川本部長と越前顧問も来て下さり、差し入れまでしていただきました。

2022年4月より再び大東よつば病院、やすらぎ苑勤務となりました。また、長松会長の後を継いで、訪問リハビリに川江課長と出かけることにもなりました。私の老健での受け持ちは男性入所者でした。高血圧症、糖尿病、認知症など多くの病気を持った高齢者のお世話には多職種連携が必要で、この多くの職種の方々には何かとお世話になりました。私がつい口をすべらせて患者さんに過大な希望をいだかせ、ソーシャルワーカーの方から注意を受けたのは良い思い出です。

皆様お世話になりました。ありがとうございます。



2023年11月 渡辺 英宣



せきあい 健康レシピ

管理栄養士 中野広美 監修

～管理栄養士が伝えたい！筋肉量UP↑で健康寿命を伸ばしましょう～
今回は、フレイルとサルコペニアについて、栄養の視点からお話します。



佐賀関病院 健康栄養支援室 室長
中野 広美 (管理栄養士)

大分県病院協会栄養部会 会長
日本臨床栄養代謝学会評議員(JSPEN)17演題発表(2005年～2023年)
第16回アジア静脈経腸栄養学会(The 16th PENSA CNGRESS 2015 IN 名古屋)発表

フレイルとは

老化に伴い筋力や活動が低下している状態のことをいいます。閉じこもりがち(社会的)、意欲や認知機能が低下(精神的)など多面的要素も含まれます。



簡易フレイルチェックで自己評価してみましょう!!

項目	1点	0点
6か月間で2～3kgの体重減少がありましたか	はい	いいえ
以前に比べて歩く速さが遅くなってきたと思いますか	はい	いいえ
ウォーキング等の運動を週1回以上していますか	いいえ	はい
5分前のことが思い出せませんか	いいえ	はい
(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがしますか	はい	いいえ

各項目1点(最高5点)で
3点以上は『フレイル』
1～2点は『フレイル予備軍』
となります。

食事に考慮しながらの
運動が大切です。

Yamada M & Arai H . JAMDA2015

サルコペニアとは

筋肉量・筋力・身体機能が低下している状態のことをいいます。加齢、エネルギー・蛋白質等の摂取不足、活動量減少、疾患が原因とされています。



【指輪っかテスト】

- 利き足ではない
- 足膝は90度に
- 指は軽く添える程度
- 前かがみ
- 親指は後ろ側



出典:東京大学 高齢社会総合研究機構「フレイル予防ハンドブック」、飯島勝矢、田中友規ら(Tanaka T, Iijima K, et al. GGI 2018)





【 フレイル・サルコペニア予防に特に必要な栄養素 】

特に重要!

タンパク質



身体を動かすエネルギー・筋肉を合成する

65歳以上の蛋白質推奨量

男性 60g / 女性 50g

(厚生労働省 日本人の食事摂取基準 2020年版より)



- 筋肉量を**増やしたい**場合
体重1kgあたり蛋白質1.2~1.5gが理想です。
- 筋肉量を**維持したい**場合
体重1kgあたり蛋白質1gが理想です。



腎症等の疾患がある方は医師や管理栄養士へ相談し、必要な蛋白質量をお尋ねください。

ビタミンD

目標 5.5 μg / 日 (目安量)

- 〈働き〉
- カルシウムの吸収を助ける
 - 骨を強くする
 - 筋肉の合成を促す

〈多く含む食材〉

 鮭 (32μg/100g)	 さんま (19μg/100g)	 ぶり (8μg/100g)
 卵(M) (0.9μg/1個)	 しめじ (2.2μg/100g)	 乾燥椎茸 (1μg/6g)

※ビタミンDは日光浴によっても作られます。

カルシウム

目標700mg/日
(推奨量)

〈働き〉

- 骨や歯をつくる
- 筋肉や神経の働きを正常に保つ

〈多く含む食材〉

 牛乳 (200mlに220mg)	 ヨーグルト (100gに120mg)	 スライスチーズ プロセスチーズ (1枚1個113mg)	 豆腐 (100gに120mg)
---	---	---	--

【 1日のタンパク質量のめやす 】

※赤の数字はタンパク質量

- ★1回の食事が少ない方は、間食を上手に活用しましょう。
- ★塩分に気をつけて味付けし、野菜も一緒に食べましょう。
- ★ミネラル・ビタミンも大切です。

朝食	間食	昼食	間食	夕食
(主食) ご飯 150g 3.8g (味噌汁) 豆腐 40g 2.0g 油揚げ 2g 0.4g 卵 50g 6.0g 味噌 13g 1.7g (油炒め) 小松菜 50g 0.8g しらす干し 5g 2.1g	プロセスチーズ 1個 15g 3.5g ヨーグルト 1カップ 70g 2.5g	(焼うどん) うどん1玉 200g 5.2g 豚肉 50g 7.0g かまぼこ 12g 1.4g かつおぶし 1g 0.8g (お浸し) 水菜 50g 1.1g 干しエビ 5g 2.5g	カステラ 50g 3.0g 牛乳 150ml 5.0g	(主食) ご飯 150g 3.8g (ムニエル) 鮭 70g 15.4g (煮物) ヒジキ 5g 0.5g 油揚げ 2g 0.4g (納豆ミニ) 30g 5.1g
計 16.8g	計 6.0g	計 18.0g	計 8.0g	計 25.2g
3食のタンパク質 合計：60g + 間食のタンパク質 合計：14g = 1日のタンパク質 合計：74g				

フレイル対策のレシピ



～しらすチーズトースト～



【材料 一人分】

食パン	1枚
バター	少々
焼き海苔	適量
しらす干し	10g
マヨネーズ	小さじ1
黒コショウ	少々
スライスチーズ	1枚

【レシピ】

- ① パンにバターを塗る。
- ② しらす干し・マヨネーズ・黒コショウをあえて①にのせる。
- ③ ②にスライスチーズをのせ細かく切った海苔を散らす。
- ④ オーブントースターでチーズがとろけこんがりするまで焼く。

【1人当たりの栄養量】

エネルギー	316kcal	ビタミンD	4.6μg
蛋白質	13.2g	カルシウム	157mg



地域貢献 REGIONALIST a Go-Go で行こう!



大分県漁業協同組合
佐賀関支店

漁業協同組合は、漁業者による協同組織として、組合員のために販売、購買等の事業を実施するとともに、所得向上に向けて主体的に取り組むサポートをするなど、漁業経営の改善や地域の活性化に様々な形で貢献しています。また、水産資源の適切な利用や環境の管理など、漁村の地域経済や社会活動を支える中核的な組織として役割を担っています。今回は、関あじ・関さばのブランド品質管理でも有名な大分県漁業協同組合佐賀関支店をご紹介します。



佐賀関支店長 佐藤 京介 様

―最近話題の「関あじ・関さばパックずし」は。

2年半前に佐賀関支店に配属されて以来、いつかやりたいという構想はありました。関あじ・関さばを気軽に食べたいというお客さんの要望は多い一方、海鮮丼ではなく気軽な「にぎりずし」として食べられるところは佐賀関や県内でもあまり無いことを感じていました。今年の7月に開催された関の夜市で100皿試験販売したところ大変好評でした。売れ行き以上に「おいしい」という声が多数あがったことで確信が持て、9月から直売所や道の駅での販売につながりました。

―関もの(関あじ・関さば)について。

昔から「佐賀関の魚は味もよい」と有名で、「関の鯛つり唄」の中で歌われるように鯛や鰯の漁業も盛んでした。そんな恵まれた漁場環境の中で、全国ブランドとしてアジやサバなども売り出しているという流れから関ものブランド「関あじ・関さば」ができました。

佐賀関で獲れたマアジやマサバがすべて関もの(関あじ・関さば)というわけではなく、その定義として6個の条件があります。

- ① 漁場(速吸の瀬戸)
- ② 漁法(一本釣り漁業)
- ③ 漁獲者(佐賀関の漁師)
- ④ 釣り餌(疑似餌かゴカイ、まきええ禁止)
- ⑤ 魚の扱い(面買い)
- ⑥ 出荷方法(活けめと佐賀関出荷)

豊かな漁場と漁師の技、買取販売による徹底した品質管理が関ものブランドを支えています。興味のある方は、漁協ホームページ(左記QRコード)のYouTubeの動画から詳しく見るることができます。



―地域への想いや大切にされていることは?

漁協は協同組合として、組合員さん(漁師さん)の暮らしや生活を支えていくことが使命であります。少子高齢化が急速に進む佐賀関においては、組合員さんの亡くなられた後に残されたご家族の方やご親族の方、ご友人やつながりのある方などが、現在身寄りもなく単身で生活されていることも少なくありません。これまで漁業の発展にご尽力された元組合員さんへの恩返しとして、地域とのつながりをこれからも大切にしていきたいと思っています。

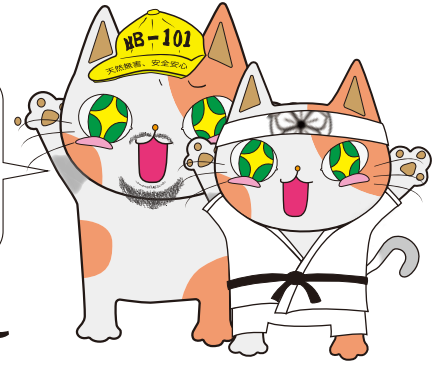
地域の祭りやイベントなど地元の商工会議所や青年部、関愛会など医療機関等も含めながら、一緒に地域を盛り上げていきたいと感じています。少しでも安心して暮らしてもらえよう地域のみなさんが組合員だと思つて、日頃から接するよう心がけています。

職員の趣味、こだわりと自己研鑽の日々をご紹介します。

あったまげーしょん

ワーク・ライフ・バランス

♪空手の道は人の道
遠い涙の幼い日々も
今はなつかし父娘鷹
今回は坂ノ市もみの木
入職2年目の岸本さん
のWLBです。



空手を始めたきっかけ

私が空手を始めたのは小学三年生の時です。香港のアクション俳優であるジャッキーチェンが出演している「ベスト・キッド」というカンフー映画を観て、心の底から「カッコイイ」と思ったことがきっかけでした。

私の最高な性格

私は、緊張しやすく心配性な性格です。私はこの性格が大嫌いです。空手の試合の際には、顔色が悪くなり、「失敗したらどうしよう」とマイナスな事しか考えられなくなってしまいう程でした。

いつも家族や空手仲間からは、「緊張しすぎだ」と言われていましたが、私からすれば「逆になぜここまで緊張しないの？」という疑問が浮かんでくるばかり。そのせいで「空手なんて大嫌いだ」と思ってしまう時期はたくさんありましたが、それでもスポーツ推薦で高校に入学し、高校三年生までの約十年間、空手を続けてきました。

たとえ緊張していても、本番ではアドレナリンが出るせいか、緊張している時の自分とは思えない程、キレイのある形の演武が出来ていたと思います。

県や九州での大会でも、たくさんのメダルを獲得することが出来ました。

私は、「緊張しやすい・心配性」という性格以外にも、「やるときはやる」という最高な性格を持っているのだと自分で思っています。



生きづらい私の息抜き

私は大分南高校に入学し、福祉科として福祉や介護についてたくさん学びました。そして福祉の道に進み、今の職場である「坂ノ市もみの木」に入職しました。しかし、私の、「緊張しやすい・

心配性」という性格は、仕事でも影響が出てしまいました。帰りの会の挨拶や、体操等の人前での業務では、空手現役時代、試合の際に緊張しすぎて顔色が悪くなってしまった時のように、そういった業務にも涙が出てしまいそうになる程、緊張していました。他の人からすれば、「そんなに緊張することかな？」と思うようなことでも、私にとっては難関な業務でした。そのせいなのか、社会人一年目では、ストレスで带状疱疹になる等、身体に支障が出てしまいました。しかし「やるときはやる性格」な私は、「慣れるしかない」と、思い切ってやってみたことで、今では緊張もせず業務に打ち込むことが出来るようになりました。

慣れたとはいえ、やはり仕事は体力を奪われます。そんな私の息抜きは、父と遊ぶこと。アウトドアが好きで、登山をするようになってきました。

山は、頂上からの景色も素敵ですが、登っている途中での景色も最高に綺麗で、たとえ足が疲れてしまっても自然豊かな場所が大好きな私にとっては気分が上がります。

父とは好きなことが似ていて、よく2人で旅行にも出掛けるほど仲良しです。知識が豊富で、面白い性格の父と2人で息抜きをするのは、どんな友達と遊ぶ時よりも圧倒的に楽しいのです。

小さなきっかけが人生の鍵となる

空手を始める前は、ただの内気な女の子でしたが、空手を始めたことをきっかけに多くの経験を積んだことで私の人生は大きく変わりました。

私は、これからも私らしく、たくさん学んで経験を積み、仕事も遊びも本気で打ち込んでいきます！



健康経営への道

【二歩目】一社一健康宣言にエントリーしました！



関愛会は今年4月、全国健康保険協会の『一社一健康宣言』にエントリーしました。今後は、様々な活動を通して、大分県が行っている健康経営事業所の認定を目指します。

取り組みのはじめの一歩として、一社一健康宣言ポスターを関愛会の全事業所に掲示しました。

関愛会の課題

関愛会では、職員定期健診後の有所見者再検査実施率や特定保健指導の実施率の低迷が課題となっています。

2年ほど前からは『職場の心理的安全性』に取り組み、関愛会の風土として徐々に根付きつつあります。

健康経営の取り組みを通して、職員が心身ともに健康で、仕事にやりがいを持ち、いきいきと働ける職場作りを目指します。

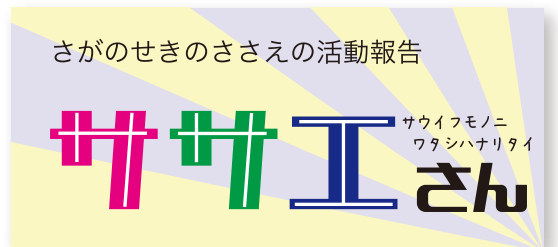
担当者全員が資格を取得

取り組みを進めるにあたり、健康経営推進を担当する職員3名全員が、東京商工会議所主催の健康経営アドバイザーの資格を取得しました。

来年度の認定に向けて頑張ります！



報告その2 佐賀関地域ネットワーク会議



佐賀関地域では生産者（15～65歳）人口、15歳未満人口の減少などが急速に進み、高齢化率63.9%と大分市内で一番高齢化率の高い地域となっています。年齢を重ねていくにつれ若いころに比べ、移動や食事、家事などの身の周りのことが段々できなくなる方も増えていきます。人口減少による過疎化は、地域での暮らしにも大きく影響し、今年に入ってから各商店が次々と閉店するなど、ライフラインの確保も難しい状況となっています。このような地域課題に対し、これまででも多くの方々が解決に向け取り組まれてきました。「さがのせきのささえ」は、持続可能な地域づくりという観点から、今一度これらの課題に向き合う時期にきていると感じています。

そうしたなか、佐賀関神崎地域包括支援センター主催で「佐賀関地域ネットワーク会議」が令和5年11月28日に開催（左の写真）されました。当日は医療介護と福祉分野に加え、地域、行政、大学さらには企業や組合団体などから約90名が参加し、佐賀関町内の主要なメンバーが一堂に会する機会となりました。この会議で、さがのせきのささえは

- ① 佐賀関の活動拠点（居場所）づくり
 - ② 情報共有掲示板（ポータルサイト）立ち上げ
- を提案しました。過疎高齢化が深刻な佐賀関において単に地域課題を話し合うのではなく、具体的な行動に移すために「オール佐賀関」で協働することをイメージしたものです。

その後、この提案をもとに各グループ間で意見交換を行いました。当然、この場だけではまだまだ十分な話し合いとまでは至りませんが、これから佐賀関の中で進めていきたいという意気込みや取組み方針等についてはまずは共有できたのではないかと思います。いただいた多くの意見を参考にこれから一緒に作りあげていきたいと思っています。



「さがのせきのささえ」は佐賀関の生活者を支えるための関愛会と有志企業による任意団体です。

坂ノ市病院にて10周年記念祭開催

2023年12月10日(日)に「10周年記念祭」と称して、地域交流イベントを開催致しました。坂ノ市病院は、社会医療法人関愛会の在宅医療の拠点として、2013(平成25)年12月1日にクリニックとして開設、この2023(令和5)年に満10周年を迎えさせて頂きました。開院以降、この10年間で「病院(36床)」「小児科」「訪問リハビリ」「通所リハビリ(介護)」「メディカルフィットネスジム(自費)」「医療型特定短期入所(障害)」など新規開設を行い、コロナ禍



院長もサンタの姿で登場

ではワクチン接種の提供を行うなど、地域の皆様の生活に密着した事業運営を行ってきました。今回の病院祭では、職員みんなが日頃の感謝の意を込めて、お子様から高齢の方まで楽しめるイベントを企画・運営してくれました。そして、当日は、病院に多くの方々ご来



地域の皆さんに沢山お越しいただきました

院して下さり、地域の皆様と職員の、笑顔と笑い声が飛び交う交流の場となり、とても楽しく・素敵に時間を過ごすことができました。

新田城二選手が

「アジアトライアスロンカップ香港大会」に出場しました

2023年11月19日に行われたアジアトライアスロンカップ香港大会で、新田選手が28位の成績を収めました。



〈新田選手のコメント〉

いつも応援ありがとうございました。

スイムでは、ランキングによりスタート位置が悪く、スタート直後集団に埋もれてしまい、抜け出すことが難しい状況の中、順位を維持することで精一杯でした。2種目のバイクは第3集団でスタートしました。バイクの強い選手もいたので、流れに乗って第2集団に追いつこうと粘りましたが、約20秒差で最後のランニングをスタートしました。

今シーズンは安定した結果を出すための練習に集中していたため、正直ランニングを突き詰めきれない状況ではありましたが、予想以上に走れていると感じました。ランの得意な日本人選手とずっと競り合いをし、スパート勝負だと分が悪いと考え、ロングスパートをかけて勝負に出ました。結果としては、相手選手の方が上手で力負けしてしまいました。が、最後まで全力を出し切ることができ、充実した大会となりました。

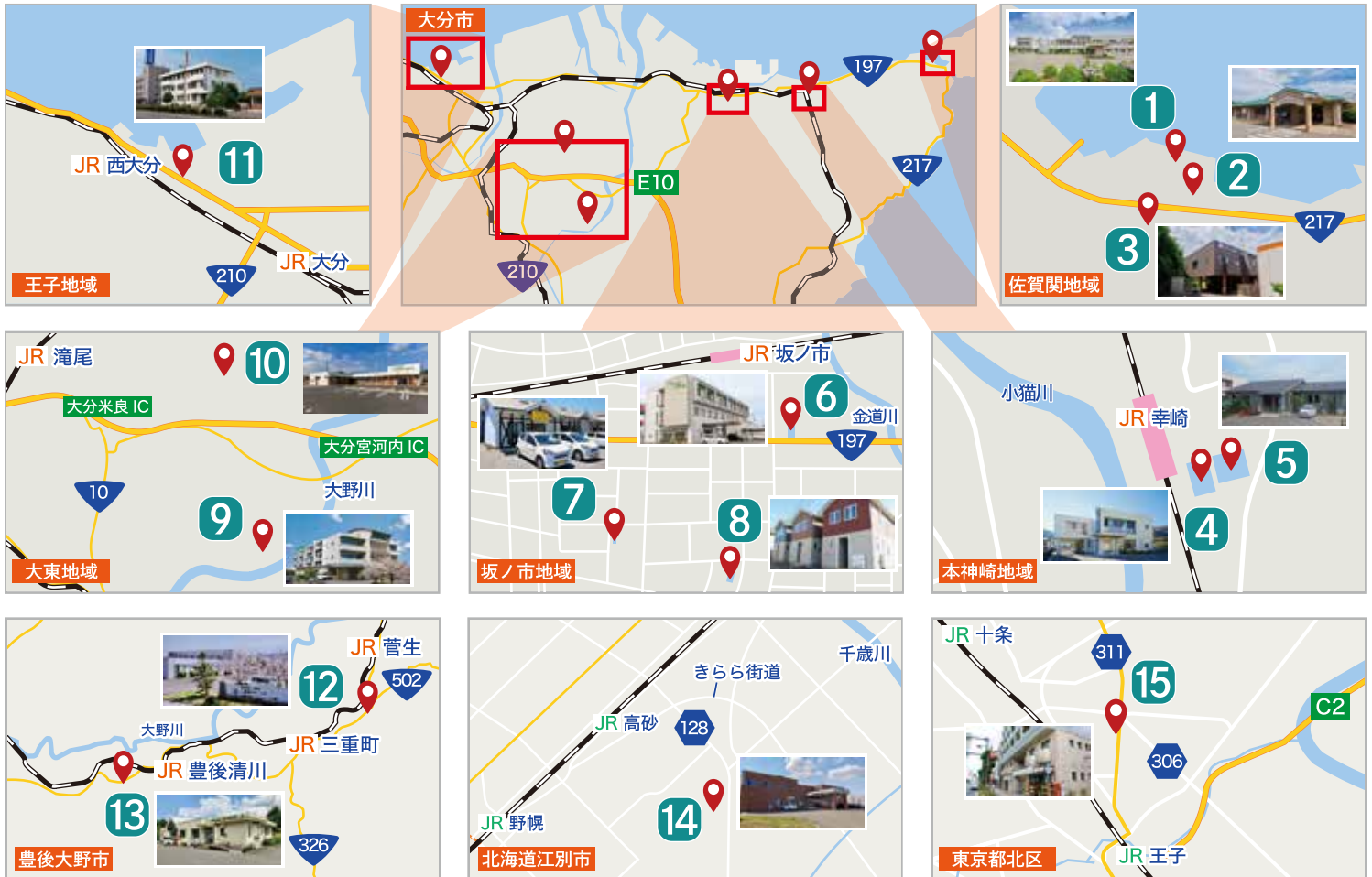
来年の目標は、長い距離のトライアスロンに挑戦します。初レースは4月の宮古島トライアスロン大会です。また、来年2月に行われる別大マラソンにも出場します。県内で上位に入れるように頑張ります。今後とも応援よろしくお願いします。



—地域包括ケアの推進、地域貢献、自己研鑽—

関愛会運営施設

詳細はこちら
<https://sekiakai.jp>



- 1** 機能強化型在宅療養支援病院
佐賀関病院
〒879-2201 大分市大字佐賀関 750-88
TEL : 097-575-1172
入院病床 : 68 床
- 2** 高齢者介護施設
ひまわり
〒879-2201 大分市大字佐賀関 880-1
TEL : 097-524-4141
- 3** 有料老人ホーム
海風
〒879-2201 大分市大字佐賀関 792-1
TEL : 097-575-4800
入所定員 : 37 名
- 4** 機能強化型在宅療養支援診療所
こうぎクリニック
〒879-2111 大分市大字本神崎 251-8
TEL : 097-576-1782
- 5** 有料老人ホーム
ナーシングホーム輝 (ひかり)
〒879-2111 大分市大字本神崎 256-4
TEL : 097-578-8133
入所定員 : 22 名
- 6** 機能強化型在宅療養支援病院
坂ノ市病院
〒870-0307 大分市坂ノ市中央 1-269
TEL : 097-574-7722
入院病床 : 36 床
- 7** 居宅介護支援事業所
ケアセンター坂ノ市ひまわり
〒870-0307 大分市坂ノ市中央 3-18-9-1
TEL : 097-585-5818
- 8** 訪問看護ステーション
いろは
〒870-0307 大分市坂ノ市中央 3-14-33-1
TEL : 097-535-7577
- 9** 機能強化型在宅療養支援病院/介護老人保健施設
大東よつば病院 / やすらぎ苑
〒870-0125 大分市大字松岡 1946 番地
TEL : 097-520-3555 (大東よつば病院)
097-520-3535 (やすらぎ苑)
入院病床 : 43 床 (大東よつば病院)
入所定員 : 50 名 (やすらぎ苑)
- 10** 機能強化型在宅療養支援診療所
よつばファミリークリニック
〒870-0126 大分市大字横尾 1859
TEL : 097-520-8686
- 11** 機能強化型在宅療養支援診療所
王子クリニック
〒870-0009 大分市王子町 1-11
TEL : 097-536-6633
- 12** 在宅療養支援診療所
三重東クリニック
〒879-7104 豊後大野市三重町小坂 4109-61
TEL : 0974-22-6333
- 13** 清川診療所
〒879-6903
豊後大野市清川町砂田 1877-3
TEL : 0974-35-3561
- 14** 機能強化型在宅療養支援診療所
江別訪問診療所
〒067-0064 北海道江別市上江別 476-4
TEL : 011-375-9470
- 15** 北区王子クリニック
〒114-0002
東京都北区王子 2-17-5
TEL : 03-3913-8725