

2015年4月

# Fleur de soleil

\*フルール・デ・ソレイユ：フランス語で太陽の花“ひまわり”を意味します\*



ひまわり 歯科

〒940-0864 新潟県長岡市川崎2-2478-1

TEL : 0258-37-7778 / FAX : 0258-37-7775

HPアドレス [http://himawari-dental.jp/c1\\_1incho.htm](http://himawari-dental.jp/c1_1incho.htm)

## 院長挨拶

あつたな〜



春の到来です。今年の冬も、雪や寒さなど、いろいろありましたね。

我が家では、子ども達の進級（中3、中2、小3）に伴う、小さな騒ぎがあります。平穏無事にいきたいですが・・・

さて、4月になると、5年に1度の介護保険ルール改定が行われます。

今までの国の方針として、介護される方は<病院から施設での生活>を優先してきましたが、税込減や介護料増加などで国の方針が軌道修正されることになりました。

新たな方針は<施設から在宅での生活>を優先することです。

でも、病院や施設から突然に「在宅で介護をお願いします。」と言われた時に、家族の対応はどうしたらよいのでしょうか？・・・

そのために、「地域包括ケアシステム」の本格導入を長岡市でもスタートします。団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される社会を構築していこうというものです。言葉を替えると、「家族介護から社会介護へ！」ということですね。

もちろん、一朝一夕にはできませんが、地域包括ケアシステムの一端を担う歯科医師として、私も参加させていただきます。

家族だけでなく、社会全体で介護が必要になった方々と、どのように向き合うか。非常に難しい課題ですが、これを乗り越えた先に明るい未来が待っていることを信じています。



院長 北沢 敦



## ホームページが大幅にリニューアル！ すでに、ご覧になりましたか？

ホームページアドレス ◆ <http://www.himawari-dental.jp/>

今年の1月からホームページをより分かりやすく、より使いやすくなるように改訂しました。

また、今回からは「院長ブログ」や「症例」の定期的更新を心がけております。ぜひ、ご覧ください。

皆様からのご感想・ご意見をいただけると、嬉しいです。

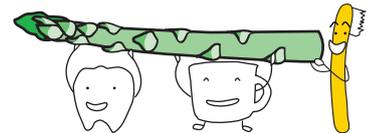


## 春野菜とじゃがいものニョッキ

### 材 料 (約35～40個分)

じゃがいも・・・中1個 (約200g)  
小麦粉・・・40g  
卵・・・1/2個  
塩・・・少々  
粉チーズ・・・小さじ1  
打ち粉用小麦粉・・・適量  
アスパラガス・・・5～6本  
ベーコン・・・2～3枚

小麦粉・・・大さじ1  
バター・・・大さじ1  
牛乳・・・カップ1  
塩コショウ・・・少々  
ナツメグ・・・少々  
粉チーズ・・・適量



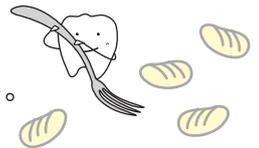
### 作り方

1

じゃがいもを茹で、柔らかくなったらお湯を捨てて強火で水気を飛ばす。熱いうちに裏ごしする。振るいにかけて小麦粉と卵、粉チーズ、塩を入れて、ヘラなどで混ぜ合わせまとめる。

2

①を多めの打ち粉をした台で3等分の棒状にして2cmぐらいに切り、丸めてフォークで形を付ける。沸騰したお湯に塩を少々入れて茹でる。浮いてきたら取り出しておく。



3

アスパラガスは硬い軸の所は皮をむいて3等分にし塩茹でにする。小麦粉と牛乳を良く混ぜ、バターを入れて火にかける。ナツメグを少々入れ、塩コショウで味を整える。バターが溶けてクリーム状になったらクリームソースの出来上がりです。(ソースのなめらかさは牛乳を足して調節して下さい。)

4

食べやすい大きさに切ったベーコンを炒め、アスパラガスとニョッキを入れさっと炒めて、ホワイトソースを絡めます。お皿に移して、お好みで粉チーズをかけて出来上がりです。