



西脇 ^{かな}加奈さん(長崎・22)

「患者さんとの会話を大事にしています。大変な仕事ですが頑張ります」と意気込む西脇さん。今年4月から町内の医療施設で理学療法士として働いています。

「理学療法士の仕事は、人間の基本的な動作機能の改善と予防です。体を使う仕事なので、初めの頃は筋肉痛になりました」と今では、体力勝負の業務にもだいぶ慣れてきたようです。

「理学療法士の仕事は、人間の基本的な動作機能の改善と予防です。体を使う仕事なので、初めの頃は筋肉痛になりました」と今では、体力勝負の業務にもだいぶ慣れてきたようです。

仙台市出身で、専門学校の実習で訪れた現在の職場で目指すべき先輩に出会えたことが就職の決め手。「県外への就職でしたが不安はありませんでした」と現在は、その先輩と同じ職場で働き、その背中を追い続けます。

中学校で始めたスケートは今でも趣味のひとつという西脇さん。「時間があればスケートの動画を見て過ごしています。帰省できるようなになったら思い切り滑りたいです」と、今一番やりたいことへの問いにも目を輝かせます。

今後の目標を尋ねると「新型コロナウイルス感染症が収束したら積極的にリハビリなどの研修会に参加したい」とスキルアップが最優先。「初心を忘れない」との信条を胸に今日も理学療法士として患者に寄り添います。

目指すは先輩理学療法士

キッチンスタジオ ハーモニー

No.149

このコーナーでは、町栄養士や山田町食生活改善推進員連絡協議会の皆さんがちょびっとの塩でもおいしい料理、季節のおすすめや地元食材を使った料理などを紹介します。今回は、ホットケーキミックスで簡単に作れる「サツマイモのスコーン」です。

【材料(6個分)】

サツマイモ… 200g^㉗ 砂糖… 50g^㉗ バター… 55g^㉗
ホットケーキミックス… 250g^㉗ 卵… 1個 黒ごま
…大さじ1程度

【作り方】

- ①サツマイモをきれいに洗う。皮付きのまま1㍗角程度に切り、ボウルに入れて流水で洗う。
- ②鍋に①と砂糖、鍋いっぱいの水を入れて中火で煮る。サツマイモが柔らかくなったら火を止め、水気を切る。
- ③ボウルに常温のバターとホットケーキミックスを入れて混ぜ合わせ、溶き卵を少量ずつ加えて生地をまとめる。生地をめん棒などを使い1㍗程度の厚さで30×20㍗ほどに伸ばす。
※生地をこねすぎると焼き上がりが硬くなってしまいますので注意。
- ④③の両端3㍗程を残して②をのせる。生地を手前からそっと巻き、巻き終わったら2㍗程度の幅で切る。
- ⑤オーブンを180度に予熱する。

サツマイモのスコーン



1人あたりの栄養素 128kcal^㉗、塩分0.6g^㉗

- ⑥天板にクッキングシートを敷き、④を断面が上になるように並べて上からごまをふりかけ、予熱したオーブンで12分程度焼いたら完成。

【ポイント】

旬のサツマイモの甘みがいしく、おやつにぴったりな一品です。