

春の運動会

E棟 誕生会・フラワーアレンジメント
合同レク

春の運動会



毎年恒例のデイクアつぼみのメンバーさんによるダンス、今年は荻野目洋子さんの「ダンシングヒーロー」でした。ノリのいい音楽に合わせ飛び入り参加する患者様もいてとても盛り上がりました。

—患者様の感想—

- ・玉入れやダンスが本当に楽しかった。人とのふれあいっていいですね！
- ・競技時間が短かったので、もっと長くやってほしい。
- ・天気が良くてうれしかった。またやってください。
- ・チョコ食い競争は難しかった。口で取れず手で取っちゃいました！

4/28(土)、病院のグラウンドで春の運動会が開催されました。

お天気に恵まれ抜けるような青空の下、紅白に別れ「玉入れ」、「デカパン競争」、「スプーンレース」、「チョコ食い競争」などを行いました。



E棟 ～誕生会～

4/21（土）、4月の誕生会が行われました。お祝いに原田耕・万里子様ご夫妻が来院してくださいました。万里子様のピアノ演奏で耕様が歌唱されました。「野ばら」、「サンタルチア」、「ここに幸あり」など世界の歌から日本の歌まで、伸びやかなバリトンボイスを聞かせていただきました。



～フラワーアレンジメント～



月に1度、院庭などに咲く草花でフラワーアレンジメントを行っています。今月は赤いバラを中心に紫蘭やビオラ、パクチーの花、ミントの葉などを平たい器に生けました。赤いバラを中心にして対称に生けると洋風のアレンジに、バラを中心からずらし非対称に生けると和風のアレンジになるそうです。「どこに生けようかしら」と患者様同士会話を楽しみながら参加されていました。



合同レク

～ホールインワンゲーム～

3-2病棟とデイケアつぼみの合同レクでグラウンド・ゴルフを用いたホールインワンゲームを行いました。ゴルフのようにボールをクラブで打ちホールポストを狙うゲームです。雨天のため室内での開催となりましたが、ビニールシートや毛布の下に障害物を敷いたコース、長距離コースなどを作り、ホールインワン20点、だるまに当たったら5点などルールをアレンジして得点を競い合いました。見事ホールインワンを決めると、周りは立ち上がって拍手を送っていました。優勝者にはトロフィーと賞品が贈られました。





我が家の愛犬

名前：^{ぎんじ}銀次（1才11ヶ月） 男の子
 名前の由来は毛並みがシルバーと黒色だから
 しっぽの毛はライオン風にカット
 犬種：ミニチュアダックスフンド
 性格：元気ないたずらっ子
 人懐っこい
 誰にでもすぐお腹を見せてごろごろする
 エピソード：永瀬家で初めて飼った愛犬。
 何でも食べてしまうのが悩み。子供のおもちゃを噛んでしまう。この前は空気清浄機のコードを噛み切ってしまった！

～第3回～

今回ご紹介するのは、
 E棟永瀬師長の愛犬です ♡



江戸川病院 平成 30 年 5 月院内行事予定

全棟

アニマルセラピー 5/12(土) 13:30～ グラウンド
 ※雨天・暑い時…D棟訓練室

E 病棟

誕生会 5/16(水) 13:30～ E棟6階

デイケア

カフェ 6/1(金) ～ 6/6(水)

バザー 6/8(金) ～ 6/13(水)

※6/2(土)はデイケア創立 15 周年記念音楽祭をカフェ会場にて開催
 カフェ、バザーの開催場所と時間は院内掲示物でお知らせします

漢字 書き問題

今月の脳トレ ★

漢字の読み方は同じですが、それぞれ異なった漢字が□に入ります。

① A. 映画を^と□る

B. 指揮を^と□る

② A. 間違いを^{なお}□す

B. 傷を^{なお}□す

③ A. 体重を^{はか}□る

B. 時間を^{はか}□る

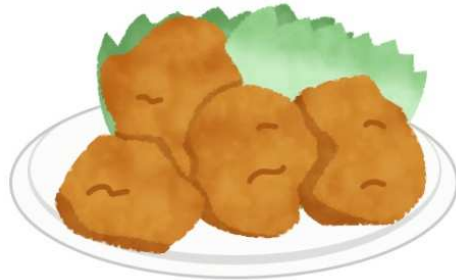
C. 身長を^{はか}□る

鰹の竜田揚げ



材料（2人分）

刺身用鰹	110 g
生姜	1/2 かけ
【下味用調味料】	
醤油	小さじ 1
みりん	小さじ 1/2
酒	小さじ 1/2
片栗粉	小さじ 2
揚げ油	適量



作り方

- (1) 鰹はキッチンペーパーで余分な水分を取ってから、1cm 程の厚さに切ります。生姜はすりおろし、下味用調味料と混ぜておきます。
- (2) 切った鰹を調味液につけて、冷蔵庫で2時間程味をしみこませます。
- (3) つけておいた鰹の汁気を切りながら片栗粉をまぶしていきます。
- (4) 170℃くらいの揚げ油で揚げます。
焦げ色が付き、浮いてくれば出来上がりです。



端午の節句について

端午の節句は「男の子の健やかな成長を願う」ための行事といわれています。

端午の節句に食べるものといえば、柏餅や粽（ちまき）が有名ですね。

柏の葉は、春の新しい芽が出るまで古い葉を落とさないことから、『子どもが成長するまで親が生きている』と言う、子孫繁栄の願いが込められているそうです。

今回ご紹介した鰹も、「勝男＝勝つ男」という意味で縁起が良いとされています。また、鰹にはビタミン B12 と鉄分が豊富にふくまれていて、貧血を予防する効果が期待できます。脳の働きを活性化するDHA（ドコサヘキサエン酸）も、多く含んでいますので、ぜひ、食卓に取り入れてみてください。

『あおぞらだより』に関するご意見・ご感想・ご投稿などは『医療相談室』までお寄せ下さい。（内線 238）

医療法人社団全生会 江戸川病院
〒278-0022 千葉県野田市山崎2702
電話 04-7124-5511代
<http://www.edogawa-hp.com>

編集後記：春の運動会では、患者様の安全に配慮しながら職員も混じって競技に参加！チョコ食い競争では、職員が近づくとなが逃げていくといった珍事に笑いが起こり、楽しいひと時を過ごすことができました。適度な運動は筋肉の緊張をほぐし、気分がすっきりして考え方が前向きになるといった、不安感を取り除く効果があるといわれています。心身の健康のためにもっと日常に運動を取り入れたいと思う今日この頃です。（医療相談室）

脳トレの答え：①A. 撮、B. 執 ②A. 直、B. 治 ③A. 量、B. 計、C. 測