

あおぞらだより

第183号(発行/平成30年8月)

デイケア そば打ち体験

E棟 7月・8月誕生会 / アニマルセラピー

デイケア
つぼみ



蕎麦道楽 野田式ハ会
そば打ち体験



野田式ハ会からボランティアで「打ち立てそばの出前出張」に2名来院されました。そばの知識に加え、そば打ちの楽しさを教えていただきました。そば打ちの実演は見事なもので、あっという間にそば生地が1.8mmの厚さに伸ばされ、切る作業はデイケアメンバーも体験しました。大きな包丁は重く、扱いが難しそうでしたが、「貴重な体験ができた」とメンバーは喜ばれていました。

大きな釜で茹でられたおそばは、こしが強く喉越しがよく、用意したてんぷらと共に美味しくいただきました。暑い中、美味しいおそばを打ってくださった野田式ハ会の皆様、本当にありがとうございました！

E棟

～ボランティアさん訪問～

7月誕生会



7/28(土)、7月の誕生会が行われました。クラリネット、アルトサキソフォン演奏の伊藤様とオカリナ演奏の永田様、高橋様が来院されました。「子供の頃の歌を思い出した」、「3つの楽器の音色をそれぞれ楽しむことができてよかった」と好評でした。

8月誕生会



8/4(土)、8月の誕生会が行われました。浜富士会の皆様が来院され、民謡を中心に唄や演奏を披露してくださいました。三味線や太鼓の演奏にあわせ、よく通る声が響きました。合いの手の入れ方を教えてもらい、一緒に歌うことも出来て、とても盛り上がりました。



またまた セラピー犬がやってきました！



7/14(土)、4回目のアニマルセラピーを行いました。暑い日でセラピー犬の夏バテを心配しましたが、始めるとしっかり対応してくれていました。今回は参加者を少なめにし、触れ合う時間をたっぷり取りました。ご自分が飼っていたペットの話がされる方もいて、ゆっくり時間を取ったことで、会話も弾みました。



我が家の愛犬



～第6回～

今回ご紹介するのは、
3病棟伊藤さんの愛犬です。

名前：みるく（14才）女の子

犬種：ミックス犬

特技：フラフープくぐり、
人が歩いている足の間を
ジグザグ歩行できる

性格：大人しい

エピソード：生後2ヶ月の頃、
たまたま通りかかったお店で目
にし、クリクリとした目があま
りにかわいくてすぐに飼うこと
になりました。物覚えがよく、
お手、お座りなどの芸を教える
とすぐに覚えました。

今月の脳トレ

都道府県クイズ

次の漢字が付く都道府県は何でしょう？

- ① 都道府県名に「山」が付くものをあげましょう。
- ② 都道府県名に「島」が付くものをあげましょう。
- ③ 都道府県名に漢字で「動物の名前」が付くものをあげましょう。

—答えは最後のページです—



江戸川病院 平成30年8月院内行事予定

◇病棟・デイケア◇

盆踊り	(1・2 病棟)	8/24(金) 14:00～	D棟訓練室
	(3・E 病棟)	8/25(土) 14:00～	D棟訓練室

◇1・2・3病棟◇

納涼祭	8/18(土) 9:30～	ひまわり
	13:30～	ひまわり



赤紫蘇ジュース

《ふるさとの味》

職員の夏バテ防止レシピをご紹介します。



材料（2リットル分）

赤紫蘇の葉	300g
クエン酸（粉末）	7g
砂糖	300g
水	2500ml



作り方

- (1) 赤紫蘇はよく水洗いする。
- (2) 大きめの鍋に水、赤紫蘇、クエン酸を入れ、火にかけ沸騰させる。沸騰したら弱火にしてアクをとりながら1時間ほど煮出す。
- (3) 粗熱が取れたら液をザルでこす。
- (4) 液を鍋に戻し弱火にかけ、砂糖を少しずつ加える。砂糖が溶けたら火を止めて粗熱を取る。酸味が足りなければクエン酸を、甘みが足りなければ砂糖を加え、味を調節する。



紫蘇ジュースについて

紫蘇には青紫蘇と赤紫蘇がありますが、成分や効能には大きな違いはないとされています。紫蘇の葉を煮出すと、成分が溶け出すので、紫蘇ジュースにすると紫蘇の効能がより期待できます。漢方の世界では紫蘇には、気の巡りをよくし、停滞した状態を取り除く作用があるとされています。気が巡るようになれば、精神状態が落ち着くので、イライラをしずめたり、不眠の解消、胃腸の調子を整える作用、自律神経のバランスを整える作用などがあるとされています。夏バテは、暑さによる胃腸の不調や自律神経のバランスが乱れることなどから起こります。紫蘇パワーがいっぱいの紫蘇ジュースは、夏バテの予防・回復には最適です。

8月 休診日の お知らせ

当院は、**木曜・日曜・祝日**は休診となります。

8月11日（土）～16日（木）は外来及び窓口業務をお休みさせていただきます。

ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いいたします。

『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：続く猛暑に心身の疲労が蓄積している方も多いと思います。皆様お気をつけてお過ごしください。院内では盆踊りや納涼祭などの行事を予定しています。患者様と一緒に楽しみたいと思います。（医療相談室）

脳トシの答え：①山形、山梨、富山、和歌山、岡山、山口 ②福島、島根、広島、徳島、鹿児島
③群馬、鳥取、熊本、鹿児島