

あおぞらだより

第186号(発行/平成30年11月)

誕生会(南部小学校合唱)/合同レク

10月20日にE棟の患者様の誕生会を行いました。それに伴い南部小学校の生徒さんたちが合唱を披露してくださいました！



秋のコンサート&10月誕生会
よび南部小学校合唱部の皆様
～プログラム～
ハッピーバースデーの歌
もみじ 5 さとくきみぬ
うさぎ 6 花はさく
3. 小さな秋が来た一等星の夢
4. ふるさと 8 出発

～患者様の感想～

- 歌を聞いて子供のときに歌った事を思い出しました。
- 盛大に祝って頂きありがとうございます。

きれいなコーラスに患者様も耳を澄ませて聴かれていました。

最後には患者様から生徒さん達にメッセージカードをプレゼントしました。



合同レク(3-2・デイケア)



10月30日に3-2病棟とデイケアの合同レクがありました。

わいわいゲームをした後はみんなでパフェを作りました！美味しそうですね！



我が家の愛犬

～第9回～

今回ご紹介するのは、
E棟看護師岡野さんの
愛犬です。



名前：しずく（1歳）

性別：女の子

犬種：シーズー

岡野家に来てちょうど1年。
人懐っこく自宅に帰ると飛び
ついてお出迎えしてくれる。
木をかじることや、お気に入り
のシュシュで遊ぶのが大好き。
こんな風に寝るのも大好き
なのんびり屋さんです。

今月の脳トレ

難読漢字 ～魚介類～

—答えは最後のページです—

次の漢字はどう読むでしょうか？

鮑

蛤

細魚

鮎魚女

海月

寄居虫

海胆

介党鱈

若芽

江戸川病院 平成30年11月院内行事予定

◇病棟◇

アニマルセラピー	11/17 (土) 14:00～	E棟訓練室、ひまわり
誕生会 (E)	11/24 (土) 14:00～	E棟訓練室
パフェ作り (2-1)	11/20 (火) 13:30～	ひまわり
(2-2)	11/21 (水) 13:30～	ひまわり
(1-1)	11/24 (土) 9:30～	ひまわり

バザー品
募集中！

◇デイケアつぼみ◇

デイケア カフェ	11/12(月)～11/17(土)	9:00～17:00	デイケア棟
バザー	11/19(月)～11/24(土)	10:00～14:00	D棟訓練室

納豆汁



材料 (3~4人分)

ひきわり納豆	5~6パック
豆腐	500g
なめこ	2袋
舞茸	1株
しめじ	1株
せり	1束
わらび(水煮)	1袋
里芋	5~6個
油揚げ	2枚
ねぎ	1本
味噌	普段より濃い目の分量
だし汁	1000ml



作り方

- (1) ひきわり納豆を形がなくなるまですり鉢ですりつぶす。ミキサーを使用しても○。
 - (2) Aの具材を食べやすい大きさに切る。ねぎはみじん切り、里芋は下茹でする。
 - (3) 鍋にだし汁を入れ普段より多めの味噌をとき、Aの具材を入れて中火で炊く。
 - (4) 味噌汁が煮立つ直前に弱火にし、少しの味噌汁で溶いた(1)を入れる。
 - (5) ねぎを鍋に入れ、火を止める。
- ※熱いうちに「フーフー」しながら食べると美味☆汁がとろとろしてほのかに甘みが出ます。具材がいっぱいなので、これ一品で満腹！
「具沢山でコクがあり、すごく美味しかった!!」と職員間で大好評でした♪♪

「ふるさとの味」

職員の郷土料理を紹介します。
今回は、「秋田県」から身体も
こころもあたたまるレシピです。



納豆の栄養

Q1. あの独特のネバネバの正体は何!?

納豆のあのネバネバの糸の成分にはポリグルタミン酸というアミノ酸の一種が豊富に含まれており、旨味成分を構成しています。よくかき混ぜて糸をひくようになり、納豆がさらにおいしくなります。

Q2. 加熱して料理すると、ネバネバがなくなるのはなぜ??

納豆汁をつくる場合、納豆の糸がだし汁に溶け出して独特のとろみになります。これは、加熱によりネバネバがなくなってしまった訳ではなく、ネバネバが溶け出した状態になります。旨味成分が溶け出して、さらに納豆汁はおいしくなります。

『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：11月に入りました。もう少しで年が明けますね。時間の流れがあっという間に感じます。さて、そろそろインフルエンザの予防接種の時期ですね。今年9月に東京都内の小学校でインフルエンザにより学級閉鎖となったのはご存知ですか？インフルエンザは飛沫感染、接触感染があります。予防接種以外にも、手洗い、マスク着用、バランスの取れた食事を心がけ、乾燥しないよう適切な湿度調整を行い、自発的な予防をしていきましょう。(編集委員会)

脳トレの答え：①あわび ②はまぐり ③さより ④あいなめ ⑤くらげ ⑥やどかり ⑦うに ⑧すけとうだら ⑨わかめ