

あおぞらだより

第 191 号(発行/平成 31 年 4 月)

花 見 / 誕 生 会

グラウンドで花見を行いました。

満開でなかったことは残念ですが、たこ焼きや焼きそばを
食べて患者さんたちは大満足だったようです。



花 見



外で花を見ながら食べるたこ焼きと
焼きそばは一段と美味しく感じますね！
皆さん美味しそうに食べていました。





誕生会

E 棟では誕生会を行いました。ボランティアの『仕出し屋』さんから、伊藤様、オカリナサークル森音様が来てくださいました。合唱のあとは伊藤様より楽器の演奏を披露してくださいました。
皆さん音楽に乗せて手拍子や体を揺らして楽しんでいました。



◆我が家のペット紹介◆

今月は作業療法士の近野さん宅の猫ちゃんです！



名前:こなつ(愛称:こなっちゃん)

種類:日本猫

年齢:2 歳

性別:女の子

6.5kg のわがままボディ。

24 時間 365 日 360 度いつでもどこでも何をしても可愛いです。

❀行事予定❀

〈病棟〉

誕生会 E棟訓練室 4月30日

アニマルセラピー 各訓練室 5月11日

〈全体〉

春の運動会 D棟訓練室 4月24日



■休診日のお知らせ■

4月28日(日)～5月6日(月)まで外来及び窓口業務をお休みさせていただきます。

5月7日(火)より通常通りとなります。

ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力のほどよろしくおねがいします。

工事のお知らせ及び病院敷地内全面禁煙のお知らせ

本年4月1日から来年7月頃にかけて、病棟の改修及び新築工事を予定しております。

また、改正健康増進法により、令和元年(2019年)7月1日(月)より病院敷地内全面禁煙となります。



ご不便をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。



春～初夏に咲く花の難解漢字



今月の脳トシ

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| (1) 杜若 () | (4) 堇 () | (7) 雛罌粟 () |
| (2) 石楠花 () | (5) 蒲公英 () | (8) 浜梨 () |
| (3) 文目 () | (6) 躑躅 () | |



～ふきのとう味噌～



材料

- | | |
|--------------|--------|
| ① ふきのとう(大きめ) | 10ヶ |
| 味噌 | 150g |
| みりん | 大さじ2 |
| ② 砂糖 | 大さじ1 |
| 昆布だしの素 | 小さじ1.5 |
| かつおだしの素 | 小さじ1.5 |
| ③ サラダ油 | 大さじ1.5 |



作り方

1. ふきのとうは洗って水気を切り、刻む
2. すぐに油で炒め、焦げないように一旦火を止める
3. ②を入れて弱火にし、木ベラで焦げないように、混ぜながら水気を飛ばしていく
4. 冷やして完成!

保存瓶に入れ、冷蔵庫で保管すれば1ヶ月は持ちます

食べ方は色々!

味噌汁にしたりご飯といっしょに食べたり...

ふろふき大根や湯豆腐にも合います。

ふきのとうはカリウムをたくさん含んでいるので、体内の塩分を排出し、むくみをとったり高血圧に効果があります。



『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 292)

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：4月26日は「いい風呂の日」です。ということでお風呂に関する豆知識を一つ。37～39℃の温度は副交感神経が刺激され、体の緊張がほぐれます。また、15～20分半身浴することで夜ぐっすりとお眠ることが出来るようなので、是非試してみたいはかがでしょうか？(編集委員会)

脳トレ答え

(1)かきつばた (2)しゃくなげ (3)あやめ (4)すみれ (5)たんぽぽ (6)つつじ (7)ひなげし (8)はまなす