

あおぞらだより

第194号(発行/令和元年7月)



今月は七夕ということで患者様に短冊を書いて頂きました！



豆知識『七夕の由来』

七夕の由来は、昔、秋の豊作を祈願したり、人のけがれを祓ったりする目的で、乙女が川などの清い水辺にある機屋にこもり、神様のために着物を織っていたという、7月7日の夜に行われていた日本の行事からきているそうです。また、この乙女を「棚機女(たなばたつめ)」、織り機を「棚機」と呼んでいたことから、現在の七夕の由来に繋がっているようです。

▼デイクアつぼみ行事▼

「グリコの工場見学」

6月19日にグリコの工場見学へ行きました！



利用者様の声

「お菓子ができるまでの工程を見れて楽しかった」
「帰りにはパピコをもらったので食べました！」

「流しそうめん」

7月6日には流しそうめんを開催！流れてくるそうめんを頑張ってすくって食べました♪



我が家のペット紹介

今月は作業療法士 藤原さんの愛猫のご紹介です！

名前＊よる
性別＊男の子
種類＊ロシアンブルー

藤原さんからのコメント

顔は若く見えますが、15歳になるおじいちゃん猫です。人間だと76歳！

とても甘えん坊で、家にいる時はくっついていて、遠くから熱い眼差しでじっとわたしを見つめています。寝る時は毎晩わたしの腕枕で寝ています。そろそろ暑いな…と思いつつも、可愛さで許してしまいます笑

好きな食べ物は水菜、チーズ、チャオチュール。まだまだ食欲旺盛です。沢山食べて、元気に長生きしてほしいです。



今月の脳トレ

今月は夏野菜の難読漢字チャレンジです！それぞれなんと読むでしょうか？

- | | |
|-------------|-------------|
| ①石刁柏（_____） | ⑤蕃茄（_____） |
| ②西瓜（_____） | ⑥南瓜（_____） |
| ③茗荷（_____） | ⑦玉蜀黍（_____） |
| ④胡瓜（_____） | ⑧陸蓮根（_____） |

敷地内全面禁煙のお知らせ

改正健康増進法に伴い令和元年7月1日（月）より**病院敷地内全面禁煙**となりました。

敷地内で駐車している車内での喫煙もご遠慮いただいております。

ご迷惑をお掛けしますが、皆様のご理解、ご協力をお願い申し上げます。

FACEBOOK



江戸川病院のfacebook、instagramを開設しました。新病棟建設など様々な情報を発信していきますので、是非ご覧になってください。

←<https://www.facebook.com/zenseikaiedogawaHP/>
<https://www.instagram.com/zenseikaiedogawa/>→

INSTAGRAM



病棟レシピ

夏向け！冷たい麺類のアレンジ紹介



今回は冷たい麺類のアレンジレシピの紹介です。

写真は、7月2日(火)昼食で病院で提供させていただいた七夕冷麦です。

病院では冷麦を使用しましたが、ご家庭ではお好みでそうめんやうどん等も使ってはよりの“映える”お料理を作ってみませんか？



お好みの麺を茹でて、具材に少し手間をかけるだけでデコレーションできますよ。

夏の彩り具材の例

赤：ミニトマト、ポイルした人参（星形に抜く）、刺身用サーモン（1cm角に切る）
赤パプリカ（1cm角に切る）、ハム（星形に抜く）、かにかま（適当に割く）、
ポイル海老、みょうが…

黄：薄焼き玉子（星形に抜く、千切りする）、ゆで卵（薄切り、うずら玉子を半分にしてもかわいい）、スライスチーズ（星形に抜く）、黄色パプリカ…

緑：きゅうり（千切り、ピーラーでうすくスライス等）、オクラ（小口切り）、青じそ
ねぎ、レタス…

つけ汁は、もちろん手作りもおいしいですし、市販のものも色々な味で多岐に渡って販売されています。見た目もおいしい麺料理でこの夏をすごせますように…

【めんつゆおすすめレシピ①】

めんつゆ 200ml 、卵 1個
すりゴマ 大さじ1杯 、ごま油 大さじ1杯
ラー油 お好みで 、刻みネギ お好みで
刻み海苔 お好みで
1, 全部混ぜれば完成！

【めんつゆおすすめレシピ②】

① 豆乳 150ml 、水 100ml
味噌 小さじ1 、めんつゆ(3倍濃縮) 大さじ2
にんにく(チューブ) 1cm 、すりごま(白) 大さじ2
白胡麻 お好みで 、万能ねぎ(小口切り) お好みで
ラー油 お好みで
1, ①を混ぜて冷蔵庫で冷やす
2, 冷やした①にゴマ、ねぎ、ラー油を加えれば完成！

『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：今月27日は土用丑の日です。土用丑の日と言えば頭に思い浮かぶのはウナギですね。ですが、実は行事食はウナギだけではなく、「う」のつく食べ物として「瓜、梅干し、うどん」などもあるんです。瓜はカリウム等の成分が豊富で体の熱を冷ます効果があります。梅干しは疲労回復に効果があるとされるクエン酸が豊富に含まれています。うどんは消化吸収に優れており胃に優しく、食欲がなくても食べやすいです。それぞれ夏バテ防止に優れた食べ物なので、今後の夏で活躍してもらえそうです。(編集委員会)

(脳トレ解答)

①アスパラガス ②すいか ③みょうが ④きゅうり ⑤トマト ⑥かぼちゃ ⑦とうもろこし ⑧おくら