

# 雪がた

— 豊科病院だより —



豊科病院広報誌

平成27年7月1日 発行

発行者 豊科病院広報文化委員会

〒399-8205

長野県安曇野市豊科5777-1

URL <http://shironishi.or.jp/>

## 豊科病院の理念

自他を問わず人間を愛し、慈しむ心を礎に、病める人、障害を持つ人、悩める人に常に自分の家族に接するように優しく接し、最良の医療・福祉サービスを提供し、地域の人々の要求及び個別的な要求にも応え、地域で人々が快適に生活できるような支援を行う。

患者様からご好評をいただいているバイキングを、今年度も企画しました。バイキングは、各病棟で予定していますが、まず第一回目として、6月24日にB病棟で行いました。

B病棟の患者様は院外へ出かける機会が少ないことから、少しでも食堂へ行って食べる雰囲気を感じていただこうと思い、ミニラーメンはその場で作り、握りずしはすし桶に並べ、焼きそばもお好きなだけ取れるようにセットティングし、あとは各自取りに来ていただく、というバイキング形式で食べさせていただきました。



皆様、雰囲気も満喫されたようで、おかわりも十分にさせていただきました。特に、その場で作るミニラーメンが好評

また、他のメニュー「魚介とアスパラの炒め物、れんこんのはさみ揚げ、ミニグラタン、桃たつぷりゼリー、アシドミルク」はそれぞれのテーブルに取り分けるようにセットし、粥キザミ食の方や形態の違う食事を召し上がる方には、お膳にセットしてお出ししました。

病棟で満喫  
おなかいっぱいバイキング

で、おかわりする方が大勢いらっ  
しやいました。



各病棟では1年に1度のイベ  
ントですが、皆様楽しみにしてい  
てくださいるので、毎年の恒例として  
続けていく予定です。次回はC病  
棟で行います。

**日常にない  
くつろぎの時間を  
求めて…**

5月某日、病棟の患者さん方  
が、安曇野市豊科にある喫茶店  
「珈琲哲学」に出かけられまし  
た。これは作業療法部による企  
画です。

一歩店内に入ると、その雰囲気  
と、満ち溢れる「コーヒー」の香りに  
包まれました。それぞれに席に  
つきメニューとにらめっこし、ほ  
とんどの方が「コーヒー」と「パフエ  
のセット」を注文。みなさん、バラ  
エティーに富んださまざまな種  
類の「パフエ」を、予算の800円以内で  
注文されていました。中には「季  
節限定メニュー」を見逃さずしっ  
かりチェックされていた方や、パ  
スタなどの軽食の誘惑に誘われ  
ていた食欲旺盛  
な方もいたり…。  
日頃味わえない  
味や雰囲気を通  
喫された午後の



ひと時でした。  
皆様も一度行ってみてはいかが  
でしょうか？

**バラの日**



6月9日に『バラの日』が開催さ  
れました。『バラの日』とは、城西医  
療財団の職員の永年勤続者を表彰  
する催しであり、毎年6月に各事  
業所で開かれます。永年勤続者は、  
5年間勤続した6年目の職員に『  
5年表彰』、10年間勤続した11年  
目の職員に『10年表彰』というよ  
うに5年毎に区切られて表彰され  
ます。

今年度は  
豊科病院  
と老人保  
健施設安  
曇野メデ  
ィアを合  
せて、22名  
の職員が  
表彰され  
ました。



**五味洲病院長のついで**



サッカーの日本代表  
は、ワールドカップの  
予選で、シンガポール  
を相手に、シュートを20本以上  
打つても得点が取れなかったね。

「このことから、日本には本物の  
ストライカーがいらないことがわ  
かったね。それは、いわゆるセン  
ターフォワードタイプの選手に  
なるんだけど、日本では強いて言  
えば大久保くらいかな。武藤もい  
るけどドイツでどれだけ成長で  
きるかがカギになるね。早く本  
物のストライカーが育って欲しい  
よ。本田は良いけど、彼はやっぱり  
リミッドフィルダーだね。あと、マ  
インツに武藤が入ったので、岡崎  
は移籍するかもね。」

それから、松本山雅の新しいプ  
ラジル人にミッドフィルダーで活  
躍して欲しいし、期待したいね。  
既にいるオビナも頑張ってはく  
れているけど…。

(6月22日現在)



## 釣り体験

### ～ウインドマウンテン

に行ってみよう

#### ★デイケア



5月25日、精神科デイケアに通所されている方々が、安曇野市穂高にあるウインドマウンテンに外出されました。この企画は、毎年の恒例行事になっており、通所されている方々が、持ち回りで企画から運営までを担当されています。

この日は天候にも恵まれ、新緑の中で、清々しい風を受けなが

ら、体中で自然の恵みをいっぱい受け、昼食時には、釣り上げたイワナを炭焼きにさせていただきました。

参加された方々からも、「2匹も釣れて感動した」「釣り方を親切に教えてもらえてよかった」「いろんな人に餌をつけてもらって、ようやく釣れたのでうれしかった」「また来年も行きたい」等々の感想が□々から聞かれました。

体験を通じて、お互いの隠れた一面を垣間見た、そんな1日となったようです。



## 管理栄養士の

### 簡単レシピ

No.16

### ★キャベツたっぷり☆ヘルシーメンチカツ

ポイントは、野菜の量が挽き肉の約2倍であることと、木綿豆腐が入っていること。そして、衣には卵の代わりに水で溶いた小麦粉を使うこと。普段の揚げ物に少し工夫をすると、ボリュームはそのままでカロリーオフできます。小さく成形すれば、お子様のおかずやお弁当にも大活躍！春キャベツの甘みが優しく活きる、メンチカツです。ぜひ、試してみてください。



エネルギー 210kcal  
たんぱく質 11.5g  
脂質 11.5g  
塩分 1g

#### 【作り方】

- ①キャベツは千切り、玉ねぎはみじん切りにする。豆腐の水を切る。
- ②キャベツと玉ねぎは耐熱容器に入れて塩をふり混ぜ、ラップをかけて電子レンジ(600W)で5分加熱する。
- ③あら熱がとれたら水気をしっかり絞る。
- ④ボウルに 合挽き肉・キャベツ・玉ねぎ・Aの調味料を入れ、よく練り混ぜる。
- ⑤二等分して長円形にまとめ、小麦粉 ⇒ 混ぜ合わせたB ⇒ パン粉 の順に衣をつける。
- ⑥フライパンに揚げ油を1cm高さまで注いで170℃程度に熱し、3～4分かけて両面をこんがり揚げ焼きにする。
- ⑦器に盛って、できあがり♪

(2)

150g

1/4 ( 50g)

1.5

70g

70g

2g

A

B

1

1/2

1

1/4

# 外来 医師担当表

平成27年 7月1日現在

曜日	月	火	水	木	金	土
	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	にしぎと よしあき 西里 吉昭 医師	ごみぶち みつり 五味洸 満徳 医師	ごみぶち みつり 五味洸 満徳 医師 又は なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	ごみぶち みつり 五味洸 満徳 医師
	休 診	ささき みほ 佐々木 美保 医師	休 診	むかい ゆういち 向井 雄一 医師	きのた らみや 木野田 文也 医師 第2・第4金曜日	休 診

◎ 受付時間 午前 8:00～午前 12:00

◎ 診療時間 午前 9:00～終了まで

※ 午後は全科**休診**となります。

※ 日曜・祝日は全科**休診**となります。

※ご不明な点等は、受付へご確認下さい。  
お問い合わせ先 電話 0263-72-8400



～・ 編集後記 ・～

豊科病院広報誌『雪がた』第37号をお届けしました。お読みになっていかがでしたか？

5月7日に当院の東隣に安曇野市役所本庁舎が開所されました。庁舎の1階フロアには、住民票の係、国民健康保険や国民年金の係、福祉や税金の係のほか、軽食が出来る喫茶スペース、更には各金融機関のキャッシュコーナーもあり、当院にとっても大変利便性が良くなりました。庁舎の4階には、安曇野や北アルプスを一望できる展望スペースもあるようですので、当院にご来院の際に、立ち寄りたてみてはいかがでしょうか。

梅雨明け予想は来月21日、そして11日には夏の高校野球長野県大会が開幕します。選手宣誓は地元豊科高校野球部。

甲子園を夢見て日々鍛え上げてきた高校球児が、今年も熱き戦いを繰り広げてくれるでしょう。長野県代表は、どこの高校になるのが楽しみです。



※豊科病院の屋上より撮影

## ※表題「雪がた」について

春から夏にかけて北アルプスでは様々な雪形が見られ、当院からは常念岳の常念坊や、蝶ヶ岳の蝶などの雪形を正面に望むことができます。雪形が季節の変化に合わせて融けるように、患者様の病も融ける・・・表題にはそんな願いが込められています。

(表題の写真は当院屋上から撮影しました。)