

# BETHEL

## ベテル通信

### 2013年7月号 (第120号)

松山ベテル病院 松山市祝谷6丁目1229番地 TEL089-925-5000  
ホームページ <http://www.bethel.or.jp/>

## 花の気持

JOCS(日本キリスト教海外医療協力会)の派遣で働いていたバングラデシュから帰国して半年、ベテル病院に入職して4か月、月日の経つのは早いものです。7年住んでいたバングラも、今は遙か遠い昔の夢の様に感じたりもします。(時折Face Bookには現地の若い病院スタッフのコメントが飛び込んで来ますが・・・)

さて、現在松山での通勤時間は車で15分ほど。音楽を聴きながら、これはこれで気に入っているひと時なのですが、バングラでは徒歩5分。行き帰りには登下校の子ども達と一緒にいることが多くありました。いつも、何かしら、みんな楽しそうに見えて、目が合うと笑顔で「ナウシカ！(こんにちは)」と挨拶してくれます。瞬間疲れていても幸せな気持ちになって、こちらも自然と笑顔で挨拶を返します。外国人だからという理由も大きいのですが、中には人懐っこく話しかけてくる子どもたちもいます。



私は昔から朝が弱く、登校はいつも急いでいた記憶しかありません。でも、帰りは一転。授業の終わった開放感、友達と喋りながら、いつも〇〇ゴッコをしながら帰りました。残念ながら家が学校から近かったので少し遠くに住んでいる友達をいつも羨ましく思っていました。中学頃になると、クラブ帰りの買い食いが楽しみの1つになりました。なけなしの小遣いで飲むジュースや寒い日の肉まんの美味しさは最高です。さほど時間に追われることもなく、そこには、いろいろなドラマがあったように思えます。

バングラでのある日、通勤途中に、2人の女の子が花を摘みながら歩いていました。ナウシカの笑顔を見ると、さっと一人の子が近寄ってきました。そして突然「アプナケ(あなたに)」と言って、摘んできた香りのいい花を2つ私に差し出したのです。ベンガル名でカット・モンリカ(=プルメリア)という花でした。「ドンノバー(ありがとう)」「今から学校?」「うん。」「じゃあ、またね。」他愛のないやりとりでしたが、胸が熱くなったのを今も覚えています。「純朴さ」とか「やさしさ」とかいった、ありふれた言葉に代えたくないものが、そこにはありました。

しかし、残念ながら過酷な環境を生き抜くため、子ども達の心の中から、多分それらは徐々に失われていくのかもしれませんが。それでも思い出はいつまでも残り、それを大人になって呼び覚ませた時に、或いは、呼び覚ませられる人には「すてきな」何かが復活するような気がします。もちろん、私たちにも。



(心療内科・内科医師 宮川 眞一)



# 茄子のはさみ揚げ

夏から秋にかけて旬の茄子は、病院給食でも主菜、副菜いろいろと変化させて取り入れています。茄子はビタミン、ミネラルも含んでいるものの、ほとんどは水分で低カロリーのヘルシーな食材です。低脂肪を活かして「焼き茄子」「蒸し茄子」、ボリュームを出すなら「麻婆茄子」「揚げ茄子」と調理のバリエーションは豊富です。今回は「茄子のはさみ揚げ」を紹介します。(栄養課 管理栄養士 長崎 史)

## — 材 料 —

(2人分) 1人分エネルギー約170 kcal

・ 茄子	100g (5mm厚さの斜め切り)
・ 牛ミンチ	40g
・ 小ねぎ	4g (小口切り)
・ しょうが	2g (すりおろす)
・ 薄口醤油	5g
・ 白味噌	2g
・ 酒	4g
・ 小麦粉	20g
・ 卵	10g
・ 塩	少々
・ 揚げ油	適宜



## — 作 り 方 —

- ① 牛ミンチ、小ねぎ、しょうが、薄口醤油、白味噌、酒を混ぜ合わせる。
- ② ①を斜め切りの茄子2枚で挟み合わせる。
- ③ 小麦粉、卵、塩を混ぜ衣を作る
- ③に②をくぐらせ、180度の油で5～6分、中に火が通るまで揚げる。



## ★豆知識★

茄子の皮に含まれる「ポリフェノール」には強い抗酸化作用があり、動脈硬化予防の効果などが期待されるといわれています。

ただ、ひとつの食材に固執せず、一年を通して旬の食材をまんべんなく摂り、食事を楽しむことを大切にしたいですね。

## 外来からのお知らせ

◎外来担当医一覧表 (2013年6月3日～) 受付時間：午前8時30分～12時

	月	火	水	木	金
内科	佐々木 加藤	大西	奥田 三好浩輔	三好賢一 加藤	大西 越智
心療内科/内科	宮川				
神経内科		西川			
漢方外来(午後)	大西				
整形外科	益田		益田		益田
外科		竹内		中橋 山本	
脳神経外科		森(予約制)			
精神科 心療内科			豊田 (隔週)		
ホスピス外来	予 約 制				



※医師の都合により休診の場合があります。お問い合わせ下さい。  
 ※休診日：土・日曜日、祝日、8月15日、年末年始

- ◎ 7月精神科・神経科外来診療日のお知らせ (豊田 泰孝 医師)  
 7月10日(水)、7月24日(水)
- ◎ 心療内科・内科 外来診療日のお知らせ (宮川 真一 医師)  
 6月3日(月)より、外来診療を開始致しました。

## ベテリ's ガーデン



☞ ポーラチュカ  
 花言葉…親を思う気持ち  
 場所…2階ガーデン



☞ がザニア  
 花言葉…蜜月、きらびやか  
 場所…4階ガーデン



### ベテル旬会

君子蘭  
親子孫増え  
負けじ共  
(山下 早知子)

看病が  
できる環境  
日々感謝  
(わがままじいちゃん  
の娘)

車イス  
テラスへ導く  
緋のタリア  
(太田 雪子)

鶯や  
ホスピスの朝  
はじまりぬ  
(八束 チツ子)

母の日や  
定年の息子も  
カーネーション  
(谷 節子)

鼻歌が  
ルンバとなりて  
衣替え  
(平岡 恵風)

投句箱は外来・各病棟・5階リハビリ室に設置しています。皆様のご投句をお待ちしております。  
 ※ 『ベテル通信』についてのご意見やご要望をお待ちしております。

発行日 2013年6月24日