

BETHEL 2010年10月号（第87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/>

観月祭 月を眺めて一緒に過ごそう

日本人は古来から月に親しみを持っており、日本独自の風情を大切にしてきたようです。満ちては欠け、欠けては満ちる月には、何か不思議な力があるそうですね。そんな月の中でも、特別扱いされている感じのある「中秋の名月」ですが、今年の中秋の名月は9月22日です。ちなみに翌日の23日が本当の満月ですので、22日は満月前日のほんの少し欠けた月のようです。中秋の名月が必ずしも満月になるというわけではないのですね。

さて、当院では9月13日に観月祭がおこなわれました。この日は午前中に雨が降り、外でお月見ができるのかどうかヤキモキしましたが、午後からはお天気も回復し、予定通りチャペル外のラプリーガーデンで開催することができました。この日を楽しみにしていた皆の思いが届いたのでしょうか？

夕方からはとても涼しい風が吹いていました。そんな中、スタッフが毎年頑張っているお団子や、ボランティアさんがくださったススキ、そして、風に揺れる提灯などがお月見の雰囲気盛り上げてくれました。そして、恒例の芋焚きをいただきながら、ボランティアさんの三線演奏を聞き、患者様や御家族との話も自然に盛り上がりました。お腹も心も一杯になるような、とても気持ちの良い、楽しい時間を過ごすことができました。



この日の主役のお月様はどうだったのでしょうか？空には雲も多く、気づいた時には月は西の山に隠れようとしていました。でも、秋の夜長はまだまだこれからです。これからの季節、夜の空を見上げて、月を楽しんでみてはいかがでしょうか？もしかしたら、患者様の病室にも、窓から優しい光が差し込んでいるかもしれません。

（4階病棟看護師長 松本 千賀子）

観月祭の開催にあたり、ご協力くださった多くの方々に心から感謝致します。



ポンジュース散らし寿司

今年の夏は、異常に暑かったので、体が今、お疲れの時期かもしれませんね。

そんな秋の日にさっぱりと食べるのもいいと思いますよ！！

お酢と、ポンジュースの酸味が意外と合います。

(栄養課 西田 久子)

ポンジュース散らし寿司

— 材 料 —

- ・ 米 3合
- ・ ポンジュース 300ml
- ・ 水 200ml

【寿司酢】

- ・ 酢 30cc
- ・ 塩 10g
- ・ 砂糖 60g

【混ぜ合わせ具材】

- ・ 人 参 中2分の1本
- ・ 干しいたけ 2枚
- ・ グリンピース冷凍 少々
- ・ ご ぼ う 2分の1

【調味料】

- ・ だし汁 1カップ
- ・ 醤油 小さじ2
- ・ みりん 小さじ2
- ・ 砂糖 少々

【盛り付け具材】

- ・ きざみのり
- ・ 桜でんぶ
- ・ 卵 (2個)



↑おすすめ!!



— 作 り 方 —

① ポンジュースご飯を炊く。

米を洗い、水気を切り、ポンジュースと水で炊飯する。(柑橘の風味をしっかりときかせたい場合は、ポンジュース500mlで炊飯する。)

② 混ぜ合わせ具材を作る

人参、干しいたけ(水に戻しておく)、ごぼうをそれぞれ千切りにし、だし汁と一緒に弱火で煮る。煮立ってきたら調味料を加え、汁が煮詰まで煮る。

③ 酢飯を作る。

酢、砂糖、塩を鍋に入れてわかす。

ご飯が炊けたら、すし桶にうつし、すし酢をまわしかけ、酢がまんべんなく行き渡るように手早く混ぜる。

④ ③に②を混ぜ合わせ、盛り付ける。

酢飯に汁気を切った混ぜ合わせ具材を加え、全体を切るようにさっくり混ぜ寿司飯を作る。

錦糸卵・・・卵を溶きほぐして、塩をひとつまみ加え、フライパンに油を引き、薄く焼く。

余熱が取れたら千切りにする。

外来からのお知らせ

◎ 10月精神科・神経科外来診療日のお知らせ（豊田 泰孝 医師）
10月6日（水）、10月20日（水）

ベテル's ガーデン



🌸 玉簾(タマスケレ)
【花言葉】
純白な愛、便りがある
【場所】
4階ブリーガーデン



🌸 薄(ススキ)
【花言葉】
心が通じる、生命力
【場所】
4階病棟



あなたの骨は大丈夫??

10月は骨に関する日が2回あって
知っていましたか？この機会に自分自身の
生活を見直してみてもはどうでしょう？

10月8日 骨と関節の日

ホネの「ホ」の字が十と八に分けること
ができることから、日本整形外科学会が
定めています。

10月20日 世界骨粗鬆症デー

骨粗鬆症により生じる寝たきり老人等の
発生を減少させ、国民健康の向上および
老人福祉の増進に寄与することを目的と
している国際骨粗鬆症財団(本部:スイス)
が定めています。

丈夫な骨にするために・・・

- ・カルシウムを摂る
- ・適度な運動をする
- ・日光浴をする



新人紹介

たま い え り
玉 井 絵 梨 さん

配属部署：リハビリテーション課

職 種：言語聴覚士

出身地：松山

星 座：うお座

趣 味：お遍路、読書

好きな物：リラックマ

尊敬する人：誰にでも優しく接する
ことができる人

好きな言葉：一期一会
ピンチはチャンス

抱負(一言)：早く仕事に慣れるように
頑張ります。
よろしくお願いします。



蛸を釣る
年寄り一人
(猪野 蒔平)

食欲の
秋といいわけ
グルメ旅
(杷瑠子)

院内で
まねして流す
そうめんを
(門田 節子)

目が覚める
虫の声にて
秋感じ
(山下早知子)

残暑かな
遅れしまゝの
置時計
(千田尾元子)

ベ
テ
ル
旬
会



さだかには
目にはみえども
秋の風
(樋口 宏)

韓ドラの
妻につられて
夜長かな
(平岡 恵風)

天の川
写してながる
瀬戸の海
(もりのりこ)

◎ 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。