

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つくっているお団子や、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させたい場合は、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 時平)

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)



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)

ベ
テ
ル
旬
会

◎ 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。