

みのり会報

発行所

北九州市門司区畑三五五

門司松ヶ江病院

患者家族会担当

編集者 小川 陽 久
発行者

巻頭言

院長 山浦 敏 宏



等報酬のトリプル改正が行われます。このように改正が同時に行われるときには、行政の施策も大きく変わることが多く、私たちとしても慎重に動向を見守っているところで

桜の開花が各地で聞こえ、いよいよ春の訪れに胸が膨らむ季節になりました。当法人におきましても、新しい職員たちを迎えて一同気持ち新たにしているところです。

当法人では昨年、新たにグループホーム2棟を増設し、今年からは病院の玄関などの管理部門の改修工事に入ります。これまでは患者さんが入院している病棟のより良い環境への改修工事を優先してきましたため、長く外来部門が手付かずになっていたのですが、今後の精神医療は入院中心から外来中心へ、地域の中で生活する患者さんへのサポート



を行うことも重要になってくることを踏まえ、患者さんにとってより利用しやすい環境づくりを行うことの必要性を感じるようになりました。

今回の改修では待合室を広くとり、受診される方にも相談だけで来られる方にも対応できるように、診察室へも相談室へもアクセスの良い動線をつくりました。事務部門と新たに作られる地域連携部門を玄関周りに配置し、診療部門を玄関から離れた落ち着いた場所に配置することで静かに診療が行われるように配慮し、待合室では緑を眺めながらゆったりと過ごしていただけるように工夫をしています。

工事の間にはいろいろとご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、来年の完成に期待していただきしたいと思います。これからも職員一同患者さんのために精一杯の援助を行ってまいりますので、よろしくお願い申し上げます。



みのり会

栄養課による食事指導

高齢者の方にも好評で、健康的な手作りをモットーとした門司松ヶ江病院ならではの料理をご紹介します。今回はホットケーキミックスを使ったおやつ等を紹介しします。



抹茶どら焼き

《材料 1人分》

ホットケーキMIX	25g
卵	1/3個
牛乳	20g
あんこ	40g
抹茶(粉末)	3g
サラダ油	適量



簡単で豪華な
キッシュ

- 《作り方》
- ① オーブンを180度に余熱をする。
 - ② ボウルに生地材料を入れ、べとつきが無くなるまでこねる。
※牛乳は少しずつ足すのがポイント。
 - ③ まとめた生地を麺棒で伸ばす。
 - ④ 型に生地を敷く。
 - ⑤ 生地をフォークで穴をあけ、冷蔵庫で30分寝かす。
 - ⑥ 玉ねぎ、じゃが芋、ベーコンを細切りにしてフライパンで炒め、塩コショウで味を整える。
 - ⑦ ボウルに卵と牛乳を入れ、混ぜる。
 - ⑧ 寝かした生地を炒めた具材と卵液を入れ、チーズを乗せる。
 - ⑨ 180度のオーブンで25分間焼き、出来上がり。

キッシュ 《材料 16cm型 1個分》

生地	ホットケーキMIX 60g	卵液	玉ねぎ 1/3個
	牛乳 30cc		じゃが芋 1個
	サラダ油 小さじ 1/2		ベーコン 3枚
			牛乳 50cc
			卵 1個
			とろけるチーズ 適量
			塩コショウ 少々



- 《作り方》
- ① ボウルにホットケーキミックス、卵、牛乳、抹茶を入れて混ぜる。
 - ② ホットプレートに160度に温め、サラダ油をひく。
※なければフライパンでもOK。
 - ③ 生地を焼く。(一人2枚)
 - ④ 2枚の焼いた生地にあんこをはさんで出来上がり。



これから

「栄養課が取り組もうとしていること」

- 高齢者にやさしい食事の提供
- 安全、安心かつ衛生的な食事
- 個人にあった食べやすい食事



ぜひ！
ご家庭で
試してみてください！





一病棟 中谷 和正

僕は、紅白歌合戦に参加して、「兄弟船」を唄いました。僕が「兄弟船」を唄おうと決めた理由は、この曲が自分の声に合っていることと、歌手の鳥羽一郎の歌声が好きで、日頃からよく唄っている大好きな歌だからです。紅白歌合戦に出場することが決まってから、鳥羽一郎のように男らしく唄えるように、一生懸命に練習をしました。

本番の日は、歌のイメージでハッピーを来て、頭には鉢巻を巻いてもらうと更にやる気が湧いてきて自信を持って唄うことが出来ました。

僕が唄っている後ろで、横断幕などを持って応援してくれた皆さんから、力をもらえたから元気に唄えたと、嬉しく思っています。緊張は全くないと思いましたが、唄い終わるとほっと

して、やはり気を張っていたのだと思います。そして、舞台の上で唄えたことと、他の人達の歌声を沢山聴くことが出来たので、紅白歌合戦に参加して良かったです。



一病棟 本廣 妙子

私は、紅白歌合戦の日にテレサテンの「つぐない」を唄うことが出来て、とても嬉しかったです。一病棟の代表の一人として紅白歌合戦で唄うことが決まっただけで、三度くらいですが練習しました。

11月20日、紅白歌合戦の日を

迎えると急に「普段と同じように唄えるかなあ。」と、心配になりました。

ピンクのドレスを着せてもらった私に「本廣さん、ドレスがとても似合っていますね。」と、声を掛けてもらい嬉しくなりました。

嬉しい気持ちになると、段々と気分も落ち着いてきました。

だから、舞台の上にながっても、あまり緊張せず、大きな声で楽しく唄うことが出来ました。

今回、紅白歌合戦に参加して大好きな歌を唄え、また、素晴らしい歌声を沢山聞くことが出来て、とても良かったと思います。

二病棟 中川 順

今回出場した紅白歌合戦には母と一緒に体育館に入りました。黒のスーツの上下を着て、舞台上で「いい日旅立ち」を唄いました。私の後ろには、二病棟のスタッフと他の患者さん達が横断幕を持って盛り上げてくれました。随分、勇気が要りました。緊張と恥ずかしさで、余り上手に唄えなかったですが、とても楽しかったです。

デイケアの人のビーズの歌や、他の病棟の方々もとても楽しそ

うに唄ったり、聴いたりしていた様に感じました。準備の段階から病棟のスタッフや患者さんから横断幕や衣裳を準備してもらい、感激しました。また参加したいと思っています。

二病棟 柴崎 敏子

11月20日の紅白歌合戦ではテレサテンの「つぐない」を唄いました。衣裳はスタッフが用意してくれた長いピンクのドレスと白いシヨールを使いました。

あまり練習していなくて、カラオケの歌詞を見ながら唄いました。その後は他の人の歌をゆっくり聴いていました。唄う事は好きでステージが上がっても、案外緊張もせず、自分なりに唄えたと思います。練習不足を痛感しました。もっとカラオケに参加し準備万端で臨みたかったです。でも二病棟の皆さんの応援で盛り上げて下さり、楽しい時間を過ごせました。これからも色々な催しを楽しみにしています。





三病棟 太田 博明

11月20日の月曜日、紅白歌合戦が行われました。

私は白組の歌手として出場しました。「ブルー・ライト横浜」を唄いました。皆の前に立って唄うのは二度目の経験になります。出だしは特に難しく、練習ではいつも遅れていました。案の定、遅れて唄い出したのですが、お客さんは気付いていないようでした。

一番は少々、調子はずれの部分もありましたが、何とか乗り切り、二番で、取り返すかのようによく唄えました。会場もノリノリで手拍子をしてくれました。

した。いい達成感を味わえて、うれしく思いました。もうこんな経験はしないと思います。思い出になりました。

三病棟 柏井 道子

先日、紅白歌合戦が体育館でありました。

私は、赤組の七番目でした。順番待ちをしている間、皆さんが唄うのをドキドキしながら見ていました。

本番では病棟の皆さんが横断幕や花を作ってくれ、一生懸命応援してくれたおかげで気持ちよく唄うことが出来ました。

自分でも高い音が良く出ていると思うし、楽しく唄うことが出来ました。

思い出深い一日になりました。ありがとうございます。

三病棟 白浜 ルリ子

私は、十年ぶりの入院で、朝から器楽演奏のリコーダーのパートをうまく演奏できるか心配でした。

午後、サンタの服を着て、一病棟のコラスの始まる頃、緊張はマックスでした。無事に演奏を終えると、やっと平尾さん

と瑠璃垣さんの司会や他の病棟の出しものも楽しむ余裕もできました。二病棟の「チエッコリや、ダイケアのクリスマススィヴもいいなあ」「町もクリスマススィヴもだなあ」と思いつながら、三病棟の「すてきなホリデイ」の出番を待ちました。

ダンボールで作ったお肉を、サンタ姿で配りながら、これが本物のチキンだったら、やっぱりケンタッキーのチキンを食べに行こう「サンタ服のカーネルサンダースに会いに行こう」とコーラスやダンスを見ながら思いました。演芸会楽しかったです。ありがとうございます。

〇病棟 中村 裕二

私は歌が大好きで、よく病棟のカラオケに参加していました。歌合戦では、応援として参加しました。応援に使用する花びらを作ったり、歌に合わせて、振りをつけて皆で練習しました。一番気をつけた事は、唄う人がリラックスして唄い終わる事です。「応援ありがとう」と言われた時は、とてもうれしく思いました。次は自分自身が歌を唄いたいなあと思つた一日でした。

〇病棟 兵頭 美知代
11月の紅白歌合戦に参加して、私は「瀬戸の花嫁」を唄いました。

何回も何回も練習を重ねて、大丈夫と思つていても順番を待つ時は、とても緊張しました。花かんむりを頭につけて舞台上がると、顔見知りの人達が花を持って並んでいました。唄い始めると、その花を振って応援してくれました。そのおかげで最後まで、まちがえずに唄い終わる事ができました。楽しい一日でした。

老健 廣瀬 富子

「お富さん」を唄いました。うまく唄えました。楽しかったです。





一病棟 大野 末男

12月18日月曜日、午後より体育館にて、クリスマス演奏芸会が開催されました。自分は前の方のよく見える所に席を取りました。

プログラム二番目が一病棟のコーラスで、「スキー」と「赤鼻のトナカイ」です。一病棟の皆が舞台上がり、大きい声を出して唄いました。上がらずに堂々と唄えました。その後席にこしかけて見学をしましたが、自分的には二病棟のダンスの「チェッコリ」が大変いいなあーと思って見ていました。次々とプログラムが進んで行き、プログラム七番、一病棟のダンス「いい湯だなあ」の番が来ました。自分は舞台前列の中央で湯桶を持ち、音楽に合わせて踊りました。歌も踊りもなじみがあり、楽しく踊ることが出来ました。これからも、色々な活動に参加して楽しく過ごしていきたいと思っ

一病棟 山根 みどり

私は、クリスマス演奏芸会で、「真つ赤なお鼻のトナカイさんは」で始まる「赤鼻のトナカイ」を唄って「いい湯だな」の曲でダンスをしました。

「赤鼻のトナカイ」の歌は、クリスマスらしい曲で、お兄ちゃんがよく唄っていたので、小さい頃から知っていました。また、この曲は唄っていて楽しい気分になるので、本番でも緊張せずに元気良く唄えました。そして、「いい湯だな」の曲で、茶色のおけを持って張り切って踊りました。なぜなら、ダンスの振り付けが、湯をかぶったり、体をこすったり楽しい動きで、とても面白いものだったからです。周りを見ると、一病棟の皆さんが笑顔で踊っていたので嬉しくなりました。また、皆んなの踊りが揃っていて、『息が合っているなあ。』と思いました。私は演奏芸会に、楽しく、張り切っ

二病棟 荒木 ヒロミ

12月18日午後から体育館で演奏芸会が催されました。

二病棟の出し物は五番目に「チェッコリ」のダンスがありました。衣裳は赤いビニールの服にトナカイの絵が貼ってあり、キラキラ星の形をした物を手付けてダンスを踊りました。「チェッコリ」のダンスはともノリが良く、踊っていて気分が盛り上がりました。舞台上では二病棟の皆さんの人数が多かったので、「チェッコリ」の踊りの時は手を伸ばさない様に少し遠慮して踊りました。九番目にコーラスの「あわてんぼうのサンタクロース」と「クリスマスソング」を唄いました。最初は難しいなあと思いましたが、「あわてんぼうのサンタクロース」はとても楽しい歌でした。15時過ぎには終わりホッとしました。皆で唄ったり踊ったりした事が楽しかったです。



二病棟 高口 剛行



演奏芸会当日はとても寒く風もあり、体育館の中に入ると少し暖かくてほっとしました。

二病棟は演出用の小道具などをスタッフと一緒に用意して、ダンスやコーラスの練習を皆で一生懸命しました。二病棟はスタッフと患者さんが一丸となってチームワークがとても良く、衣裳も皆そろっていて、良く出来ていたと思います。集団行動もすばらしく楽しい雰囲気練習が出来ていたのです。いつもと違う一面を見られ楽しめました。





三病棟 平尾 祐子

私は、クリスマス演奏会で司会をしました。大好きな瑠璃垣スタッフと一緒に司会をさせてもらい、その事も大変嬉しく思いました。

司会の格好は、自前のロンパースにベルをつけて貰い、「クリスマスたぬき」になりました。

私のいる三病棟は器楽演奏とコーラスをしました。器楽演奏では「あわてんぼうのサンタクロース」を演奏しました。あとで知ったことですが、小林亜星さんの作った曲だそうで、へえ!?

となりました。私はリコーダーを担当して一生懸命吹きました。がんばったです!

コーラスは、私の提案した「すてきなホリデイ」という、ケンタッキーフライドチキンのCMの歌と、和田アキ子の「あの鐘をならすのはあなた」を唄いました。

みんな頑張っていたと思います。他の出し物もみんな楽しかったです。Oさんという三病棟から老健に移動されたばかりの方が、元気に踊られていたのが、特に嬉しかったです。少し前まで腰が痛いと言われていたので安心しました。三病棟のスタッフがその事をみんな喜んでいたので、良い人達だなあと改めて感心しました。

あとは、人間からたぬきになったり、たぬきからトナカイに変身したり、毛皮からリコーダーや鈴を出したり、とにかく忙しかったけれど楽しかったです。

O病棟 忠 田 佐和子

演奏会当日は、体育館まで歩いて行きました。外は、とても寒かったです。急ぎ足で歩いたので体が温まりました。

舞台では鈴を持って、リズム体操をしました。とても楽しかったです。私は病棟で、おしほりたたみをしています。若い頃は、洋裁の仕事にっていました。手先は器用だと思っています。何かをする事で、役に立ちたいと思います。みなながら、生活をしています。

O病棟 佐藤 禮子

クリスマス演奏会に向けて、何度も何度も練習しました。当日は失敗しないように、とても緊張しましたが、皆と力を合わせて頑張ることが出来ました。

「雪」の歌に合わせて鈴を振りましたが、ポツポツと雪が降ってきた感じがして、鈴の音が、とてもきれいに響き渡っていました。とても楽しい一日でした。

O病棟 松尾 アサ子

両手に、赤や緑の鈴を持って雪の曲に合わせて踊りました。頭にかぶった、黄色い三角帽は、とてもかわいらしかったです。子供の頃の楽しい思い出が浮かびました。

老健 鮫 島 かず

練習の成果が出ました。

老健スタッフ

当日は寒波が来た日で体育館はとても寒かったです。参加した入所者様は、音楽が流れると楽しそうに踊られていました。病棟スタッフに声を掛けられたりして、気分転換にもなったと思います。

お知らせ

- 3月19日(月) ひな祭り演奏会
- 4月5日(木) お花見ツアー
- 4月29日(日) 開院祭
- 5月15日(火) ゲートボール大会
- 5月17日(木)
- 5月19日(土) ふれあいバイキング

編集後記

本年もよろしくお願い致します。今回は紅白歌合戦とクリスマス演奏会の感想を掲載いたしました。皆様とても楽しく参加できていました。

今年も多くの行事に皆様と共に参加出来る様、楽しい企画を立ててスタッフ一同頑張っていきます。皆様のご参加をお待ちしています。



紙面掲載のお名前は、ご本人様了承の上掲載させて頂きました。