

絵画作品コンテストにて入選しました!!

精神障がいを抱えた方々が、趣味や治療を通して制作された絵画作品を応募する「Heart カレンダーコンテスト」(ヤンセンファーマ株式会社主催)があります。今回そのコンテストで応募総数約1000点の作品の中から、『むづれは』に通所している利用者が入選されました。本人より「自分でもよく描けた作品だと思います。入選して気分がいいです」とのコメントがありました。



栄養士さんの
おいしいおかず



山形さくら町病院 療養科 加藤 節子

超簡単もちもち豆腐団子汁

材料(4人前)

- 絹ごし豆腐..... 150g
- 白玉粉..... 100g
- 鶏肉..... 150g
- 人参..... 50g
- ごぼう..... 50g
- しめじ..... 1/4パック
- 長ねぎ..... 100g
- だし汁..... 4カップ
- しょうゆ..... 大さじ4
- 酒..... 大さじ2

作り方

- ボールに絹ごし豆腐と白玉粉を入れ、滑らかになるまでよくこねる。3cm位の太さの棒状に伸ばして、2.5~3cm幅に切り、手で丸めて真ん中を少しくぼませておく。
- 鶏肉は一口大に切り、人参はいちょう切り、ごぼうはささがきにして、しめじは小房にわけて◎と鍋に入れ、7~8分煮る。
- ①の豆腐団子を入れて、浮き上がってきたら斜め切りにした長ねぎを入れ、ひと煮立ちさせればできあがり。

食物繊維による整腸作用でより免疫力アップできるのもうれしいですね。

豆腐団子は豆腐を使うことでカロリーを抑えられて、もちもちした食感で喉越しよく、嚥下低下した方でもOKです。みたらし団子やぜんざい、黒糖きな粉をかけたアレンジしたいで幅広い年代の方に楽しんでいただけたらと思います。一度お試しください。まずは季節の定番「鍋」にどうぞ!

寒い季節は具だくさんの汁がうれしいです。材料は大根・人参・ごぼう・白菜・ねぎ・セリやエノキ・しめじ・舞茸・なめこのきのこ類など、冬の野菜を汁物にしてたっぷり摂ることで体も温まります。

information

山形さくら町病院外来診療体制表

平成 28 年 10 月~(日・祝日休診)

	午前					午後	
	1	2	3	4	5		
月	村岡	横川	後藤(朝)	後藤(夜)		後藤(夜)	小野口
火	広瀬		田中	後藤(夜)	近藤	田中	後藤(朝)
水	広瀬	中谷	小野口			広瀬	小野口
木	内ヶ崎	広瀬	田中	横川	増子	増子	市川 簡野 櫻井
金	國井		小野口	後藤(夜)	近藤	後藤(夜)	中谷 後藤(朝) (竹中)月日
土	荒川 (竹中)月日			後藤(夜)			

受付時間	月曜日~金曜日	午前 8時30分~11時00分 午後 1時30分~2時30分
	土曜日	午前 8時30分~11時00分
初診受付時間	月曜日~金曜日	午前 8時30分~11時00分

精神科デイケアセンター エスポワール

通所	利用時間	食事の有無
デイ・ケア	午前 9時 ~ 午後 3時	食事 有り
ショートケア	午前 9時 ~ 午前12時	食事 無し
	午前12時 ~ 午後 3時	
ナイトケア	午後 4時 ~ 午後 8時 月・水・金曜日	食事 有り

重度認知症患者デイケアセンター 悠ゆう

午前10時 ~ 午後 4時

地域活動支援センター おーる
相談支援センター おーる

午前 9時 ~ 午後 5時 月曜日~金曜日

就労継続支援事業所
ステップアップ霞城

午前 9時 ~ 午後 4時

山形さくら町病院 精神科

http://sakuracho.net 24時間対応可能 心療内科

023-631-2315 (代表) 山形市桜町 2-75

受付時間	休診日
午前8:30~11:00 午後1:30~2:30 土曜 午前中のみ	土曜午後 日曜日 祝日

- 精神科デイケアセンター エスポワール 625-7141
- 重度認知症患者デイケアセンター 悠ゆう 631-2334
- 地域活動支援センター おーる 647-4266



上山病院外来診療体制表

■祝日休診

	第1診察室	第2診察室	第3診察室	第4診察室	第5診察室	午後
	(再診)	(初診)	(再診)	(再診)	(再診)	
月	江口	渡部	富田			渡部
火	山崎	佐野	飛澤	大堀		大堀
水	江口	山崎	村岡	大堀	高畠	山崎
木	富田	村岡	渡部	峯田		村岡
金	江口	飛澤	佐野			飛澤
土	当番医					

受付時間	月曜日~金曜日	午前 8時30分~ 午前 11時30分 午後 1時30分~ 午後 3時30分
	土曜日	午前 8時30分~午前 11時30分

専門外来診療担当医

■祝日休診

もの忘れ (認知症)	村岡・江口・他
思春期	山大医師・他
アルコール依存症	大堀・佐野

●専門外来は、予約制となっております。
●ご予約・お問い合わせの時間は、平日午前10時から午後4時までとなっております。
●電話でご予約いただけます。電話023-672-7718
(ご予約やご相談の窓口は、医療福祉相談室となります)

デイケアセンター

精神科デイケアセンター むづれは	月曜日~金曜日 開所しております。 月曜日~金曜日の祝日も開所いたします。
重度認知症患者デイケアセンター あらさきの里	祝日を除き、開所しております。

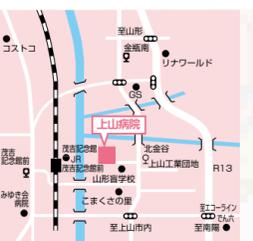
上山病院 精神科

http://kaminoyama.org 24時間対応可能 心療内科

023-672-2551 (代表) 上市市金谷字下河原1370

受付時間	休診日
午前8:30~11:30 午後1:30~3:30 土曜 午前中のみ	土曜午後 日曜日 祝日

- 精神科デイケアセンター むづれは 672-8398
- 重度認知症患者デイケアセンター あらさきの里 672-2850
- 訪問看護ステーション あらさき 672-2556
- 介護支援事業所 代 672-2551



あ い あ い こころの宅配便

contents

特集

御朱印、はじめました。

report

- ・老人保健施設 完成間近
- ・上山病院新棟上棟式
- ・研修会
- ・合同研究発表会

gallery

- ・絵画作品コンテストにて入選しました!!
- ・栄養士さんのおいしいおかず

information

- ・山形さくら町病院外来診療体制表
- ・上山病院外来診療体制表

2017冬・春号
No.80

開 特集

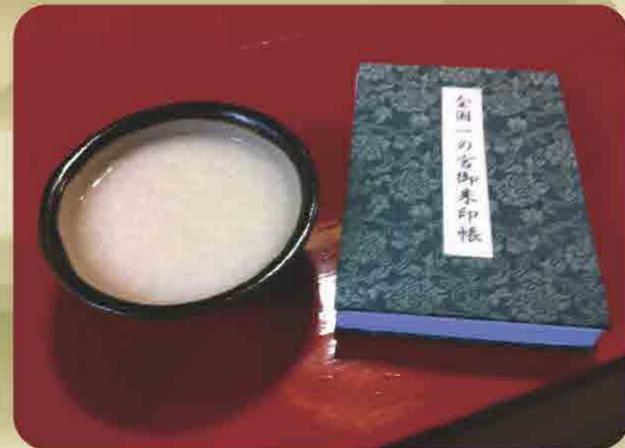
ご朱印、はじめました。



ご朱印を集めるのがブームとなってどれくらい経つでしょうか。私はもともとコレクター気質で、昔からカードとかスタンプとか延々と集めてしまう方でした。私のイトコ（バイク乗り）が、オタク的趣味とは無縁と思われていたイトコが、「ダムカード」を集めていました。それがわかったのがこのお正月。

一族にそういう血が流れているからしょうがないんだろうなあと思いました。

私のご朱印ブームに巻き込まれるのは時間の問題であったでしょう。



はい、集めてます。寺も神社も、ではさすがに収集がつかなくなるので、神社にしぼって集めています。オススメは、羽黒山神社、湯殿山神社、宮城県塩釜市の鹽竈（しおがま）神社です。豪快な見開きのご朱印で迫力がありますよ。

ただ、鹽竈神社でとんでもないものと出会ってしまいました。「日本全国一の宮ご朱印帳」

「一の宮」と言っても、その国一番の神社が定められています。むかしから。

たとえば出羽国の一の神社は、鳥海山大物忌神社です。鹽竈神社は陸奥国の一宮でした。

写真は集め始め、私の生国・下野（栃木県）の一の宮、二荒山神社のご朱印です。いっしょに写っているのは、当時集めていたゲームのカードです。

山形さくら町病院
医師 中谷真理子



去年は加賀の分をゲットしました。行ったことのない土地だったので、よいきっかけになったと思います。

私は九州に行ったことがないので、いつかこのスタンプ帳をお供に行きたいな。

ですが一の宮リストをよく見ると、離島や山頂などもありとてもコンプリートできる気がしません…



表紙のテーマは
今回の写真は、
山形さくら町病院
ロビーの生け花の
写真です。

老人保健施設 完成間近



まもなく完成する介護老人保健施設は故郷上山が誇る、斎藤茂吉先生の記念館からほど近い場所に新しく建設された病院の西棟に併設された新しい施設です。入所が60床、通所が30床のこじんまりとした施設ですが、お部屋や廊下や食堂などは、広くて明るく自慢できる建物となりました。病院が母体の施設である利点を生かし、24時間看護師が配置され、介護福祉士や看護補助者、支援相談員やケアマネージャー等のスタッフで、総合的に入所や通所の皆様をサポートさせて頂くことができます。これまでお世話になりました地域の皆様に、ご恩返しができるように、地域の皆様に愛される施設となりますように、努力してまいりたいと思っております。お見守り頂きますと共に、ご愛顧くださいますようお願い申し上げます。

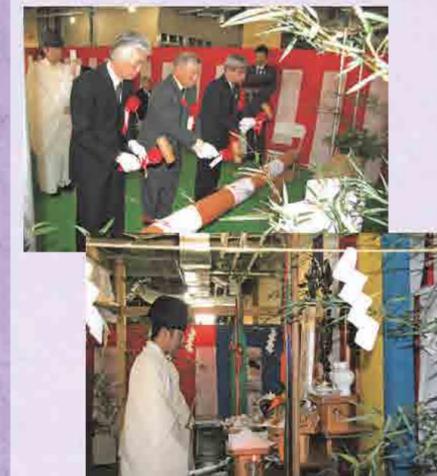


に、ご恩返しができるように、地域の皆様に愛される施設となりますように、努力してまいりたいと思っております。お見守り頂きますと共に、ご愛顧くださいますようお願い申し上げます。

report

上山病院 新棟上棟式

11月21日に新棟上棟式が執り行われました。



研修会

山形さくら町病院にて峯田理事長による「窒息の蘇生方法と介助方法」研修会が行われました。



合同研究発表会

山形さくら町病院、上山病院、両院における、合同研究発表会が行われました。

