

♡沖縄夕コライス♡

材料(2人分)

- 合挽き肉 300g
- 玉ねぎ 1/2個
- ★カレー粉 大さじ2
- ★ケチャップ 大さじ1
- ごはん 適量
- ピザ用チーズ 適量
- トマト 1個
- 玉子 2個
- マヨネーズ 適量

作り方

- ①合挽き肉と、みじん切りにした玉ねぎを炒め、★を加えて味付けする。
- ②玉子は目玉焼きにする。
- ③レタスは細切り、トマトは一口大に切る。
- ④ご飯に①とピザ用チーズ、目玉焼きをのせ、周りにレタス、トマトを盛り付ける。
- ⑤マヨネーズをかける。



ポイント

合挽き肉と玉ねぎは  
しっかり炒めましょう！

※詳しくは、[五色台病院 カフェブルミエ](#) 検索

# every smile

[医療法人五色台病院広報誌 ● エブリスマイル]

8

August  
2017



Goshikikai Medical co.  
医療法人 **五色台病院**

〈診療科目〉 精神科、心療内科、内科、歯科

診療科目	曜日	診察時間
精神科 心療内科 内科	月～金	午前 9:00～12:00 午後 13:00～17:00 (※初診の受付は16:30まで)
	土	午前 9:00～12:00
歯科	月～土	午前 9:00～12:30 午後 13:30～17:30

〒762-0023 香川県坂出市加茂町963番地  
TEL:(0877)48-2700 FAX:(0877)48-2886  
<http://www.goshikidai.or.jp/>



医療法人五色台病院院内施設

- デイ・ナイト・ケア ファミージュ TEL(0877)48-2700
- デイ・ナイト・ケア プルミエ TEL(0877)48-3887
- カフェブルミエ TEL(0877)59-4003
- デイ・ナイト・ケア オリバ TEL(0877)48-2700

医療法人社団五色会関連施設

- 訪問看護ステーション Gステーション TEL(0877)48-0061
- 事業所内保育園 オリーブガーデン TEL(0877)59-4330

サテライトクリニック

- 五色台クリニック TEL(087)822-2311  
香川県高松市寿町1丁目1-5(協豊第二ビル2F)
- 坂出メンタルクリニック TEL(0877)45-7672  
精神科デイ・ケア コラゾン  
重度認知症デイ・ケア サンテ  
香川県坂出市駒止町1丁目3番5号(ライフスクエア坂出内2F・3F)

社会復帰施設

- 中讃地域生活支援センター TEL(0877)56-3200
- 精神障害者グループホーム五色台 TEL(0877)48-2811  
香川県坂出市加茂町700番地13
- 就労継続支援施設B型 ドリームワークス TEL(0877)59-4567

高齢者施設

- 介護老人保健施設五色台 TEL(0877)48-3300  
グループホームたまもよし  
香川県坂出市加茂町194番地1
- 指定居宅介護支援事業所五色台 TEL(0877)48-3310  
(介護老人保健施設五色台内1F)
- やすらぎホームさめぎのくに TEL(0877)56-3035  
香川県坂出市加茂町120番地1



## 老健五色台 フラダンス

every  
smile

6月21日、梅雨入りし雨が続けていた頃、加茂フラダンスの皆様が慰問に来て下さいました。

開始早々、外は晴れ間に変わり艶やかなフラダンスに酔いしれ終始南国気分を味わうことができました。



every  
smile

## ランチミーティング



老健五色台 ●調理師 綾 諒大  
●介護福祉士 多田 友美  
●准看護師 平田 喜美香

コーヒーのいい匂いに誘われながら、普段はなかなか入ることのない部屋で、院長が来られるまで、少し緊張しながら待っていました。来られてすぐ写真撮影となりましたが、最初はみんな固まっていたので、笑顔が出せたかなと心配です。いざ始めると院長はとても気さくに話しかけていただき、お互いのプライベートのことや趣味のこと、仕事の話など様々な話題に花が咲きました。なかでも大学時代の院長のアメフトでの俊足ぶりにはとても驚かされ、充実した時間を過ごすことができました。

ランチも、院長自ら取り分けていただいたフルーツもとても美味しく頂きました。

(文責:綾 諒大)

※ランチミーティングとは…  
月に1度、院長と一緒に昼食をとりながら会話を楽しみ親睦を深める会です。

## こころの健康展



6月16・17日、イオンモール高松にて第38回こころの健康展が開催されました。病棟作業療法やデイナイトケアのプログラムで制作した作品の展覧や即売を行ないました。公衆の場で制作した作品等が受け入れられ評価されることは患者様に対しても治療的意義が大きいと考えます。今回も入院・外来併せて延べ80名近い方が参加され、作品の鑑賞や即売品の購入を行ないました。展示や即売の中で医療従事者としての見解を伝えると共に一般の方々の様々な意見に触れることで相互の理解を深める場ともなりました。今後もこのような行事に参加し、活動することを通して精神科医療が広く理解されることにつながればと考えています。



## 五色台病院夏祭りの紹介



五色台病院夏祭りが8月22日(火)に開催されます。坂出市内の方々を中心にご来場者の方も年々増えています。今年度も多数の出店に加え、催し物として鴨川福神太鼓、クラシックコンサート(坂出ジュニア合唱団・加茂コーラスすみれ)、子ども会の盆踊り等を予定しています。また祭りを締めくくる納涼打ち上げ花火も予定しています。この機会には是非お誘い合わせの上、開かれた精神科をご体験下さい。尚、駐車場に限りがありますので、お越しの際には、公共交通機関の利用をご協力お願いします。この夏の思い出のひとつとして五色台病院の夏祭りはいかがでしょう。 ※詳しくはホームページに掲載しておりますので「五色台病院 夏祭り」で検索してご覧ください。

## 表紙の人

五色台病院 看護師 有松 大地

心身の疲労はあまり自覚できないことがあると聞きます。かく言う私も自分で疲労を感じるのが苦手です。気付かないうちに疲労がたまると、私生活や仕事で普段では絶対しないようなミスをしてしまうことがあります。疲労を感じていなくても休息を取れるときは必ずとるようにしています。そうやって疲労をためないようにして心身の健康を保つことが出来れば自然と笑顔が増えてくるのだと思っています。