

豆乳ぶっかけ UDON

材料(4人分)

- 豆乳 500cc
- かつお節 ひとつかみ
- 昆布 5cm角 1枚
- 白ごま 大さじ4
- 薄口しょうゆ 大さじ4
- 薬味(ねぎ・しょうが・みょうが)
- うどん 4玉

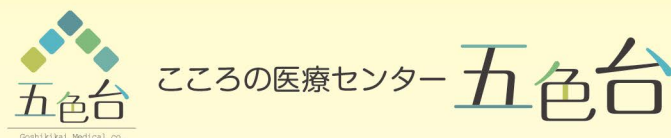
作り方

- ①鍋に豆乳・かつお節・昆布を入れ、沸騰したら火を止める。
- ②すり鉢で白ごまをする。
- ③1をこして、2と薄口しょうゆを加える。
- ④うどんをゆで、流水で締める。
- ⑤3をかけ、薬味をのせて盛りつける。

ポイント

白ごまをする前に炒ると、
香りが良くなります。

※詳しくは、[こころの医療センター 五色台 カフェ・プリミエ](#) 検索



〈診療科目〉 精神科、心療内科、内科、歯科
〈診療時間〉



診療科目	曜日	診療時間
精神科 心療内科 内科	月～水・金	午前 9:00～12:00 午後 13:00～17:00 (※初診の受付は16:30まで)
	木・土	午前 9:00～12:00 午後休診
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/>



こころの医療センター 五色台院内施設

デイ・ナイト・ケア ファミュー	TEL (0877) 48-2700
デイ・ナイト・ケア プルミエ	TEL (0877) 48-3887
カフェ・プリミエ	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きのくに	TEL (0877) 56-3035
香川県坂出市加茂町120番地1	

every smile

[こころの医療センター 五色台広報誌●エブリスマイル]

9

September
2018





高齢者の エンドオブライフ・ケアを 考える



7月23日、東京大学 死生学・応用倫理センター上廣講座の会田薫子先生による講演会に参加させて頂きました。終末期の人工栄養や点滴などに関わる問題を中心に、本人らしい人生の集大成とは？等々、深く考えさせられる内容でした。死を考えることは生を考えることであり、医療に関わる者として、正解のない問いを自問し続けることが大切であると感じました。

また、本人を理解し、本当に望んでいることは何だろう？と常に考えることは、日々の看護にもすぐ活かせることであり、その積み重ねが終末期のケアに活きてくると再認識することができました。貴重な学びの機会を与えて下さり、本当にありがとうございました。

表紙の人

外来看護師 菊田 早奈美

こころの医療センター 五色台に就職してから、早くも1 年が経ちました。初めての精神科勤務で不安もありましたが、先輩方のご指導のおかげで頑張っています。外来看護師として患者様と密接な関わりを作り、理解を深めていながら病院スタッフと情報共有し、患者様の問題解決に向けた援助を行っていききたいと思います。最近、息子がアンパンマンの曲に合わせてダンスをするので、その姿をみて癒されています。



夏祭り中止のお詫び

時下、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

さて、8月21日開催の予定だった五色台夏祭りは、台風19号が勢力を維持したまま四国地方に接近するとの予報を受けて、参加者の方々の安全を考慮した結果、止む無く中止とさせていただきました。

楽しみにされていた皆様には、多大なご迷惑をおかけしましたことを心より深くお詫び申し上げます。



永年勤続表彰 ハワイ旅行



永年勤続20年表彰で頂いた4泊6日のハワイ旅行に行ってきました。

旅行中はレンタカーを借りてオアフ島を走りまわってきました。青い空、透き通った大きな海、何でもBIGな食べ物、最高でした。

また、ザ・プラザとマルヒアという2ヶ所の高齢者施設を見学させて頂きました。ザ・プラザは、自立している方と認知症患者様のリハビリを中心とした比較的歴史の新しい施設です。マルヒアは、現在は長期利用者様の受け入れをしている、創立95年の歴史ある施設です。ハワイでは共働き世帯が多く、仕事を掛け持ちしている方が殆どであるため、面会時間は設けず、遅い時間でも面会できる体制をとっているとのことでした。

ハワイにおいて、看護・介護・リハビリを受けられる施設は、一ヶ月あたりの利用料金が約100万円するそうです。見学させて頂いた施設が特別なのではなく、アメリカでは公立の施設の利用料金が高額に設定されているらしく、つくづく日本に生まれて良かったと痛感しました。異文化に触れて驚く事も多かったですが、固定概念にとらわれず常にサービス向上を目指し進んで行こうと思います。

歩き遍路

デイナイトケアプログラムのひとつ「歩き遍路」は、香川県内に昔からある遍路道を歩き、八十八ヶ所霊場を巡るプログラムです。このプログラムは、外出する楽しみと軽度な運動の両立に、四国では馴染み深いお遍路さんを組み合わせることで誕生しました。

今回は白峯寺を目指し、五色台の情緒あふれる静かな山道を歩きました。今後も季節ごとの外出プログラムを提供し、利用者の方々の「楽しい・できた」体験を増やしてもらいたいと思います。

