

ナシゴレン

ポイント

野菜の水分を十分に飛ばしてから調味料を加えると、ご飯がべちゃっとしにくくなります。

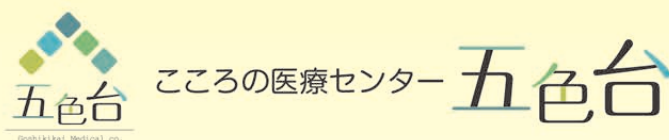
材料(2人分)

●白米	90g
●玉ねぎ	1/4個
●エビ	3尾
●ピーマン	1/4個
●赤パプリカ	1/4個
●にんにく	1/4片
●スイートチリソース	大1
●ケチャップ	大1/2
●オイスターソース	小1/2
●ナンプラー	小1
●こいくち醤油	小1/2
●鷹の爪	1/4本
●チリパウダー	少々
●塩コショウ	少々
●卵	1個
●サラダ油	6g
●レタス	1枚
●きゅうり	10g

作り方

- ①サラダ油でにんにく、鷹の爪、みじん切りにした野菜、エビを炒め、塩コショウをする。
- ②①とご飯を①に加え、炒める。●を回し入れ、さらに炒める。
- ③塩コショウとチリパウダーで味を調え、お皿に盛り付ける。
- ④目玉焼きを乗せて完成!

※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	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)
心療内科	木・土	午前 9:00～12:00 午後休診
内科	月～土	午前 9:00～12:30 午後 13:30～17:30
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 ファミリー	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

[医療法人社団五色会 会報誌 ●エブリスマイル]

11

November
2018





窯焼きキャンプ



今年度の窯焼きキャンプが9月21・22日に行われました。当院では作業療法プログラムとして窯焼きキャンプに向けた陶芸教室を年間を通して行っており、今年度は作品数、当日の参加者数ともに過去最高を記録しました。今回過去最高を更新できたのは日々の積み重ねだと思います。変わらずにあり続ける事は治療として必要な要素ですが、状況に合わせて改善していく事も必要です。また来年に向けて良い物を残しながら進化できるよう取り組んでいきたいと思っています。



老健五色台秋祭り



10月3日(水)、天候に恵まれ秋晴れの下、毎年恒例の秋祭りを開催しました。今年も多くのご来賓・ご家族の方々が来場してくれました。まず「桑山会」の方々による三味線や尺八演奏を堪能しました。

さらに職員によるよさこい踊り・神輿・獅子舞が登場!旗振り隊が会場内を練り歩き、大盛況となりました。様々な食事コーナーや輪投げ・的当てゲームコーナーも現われ大好評でした。ご家族や地域の方々との交流を深めることが出来、参加者皆様の笑顔があふれる素敵な秋祭りとなりました。

こころのネットワーク

香川労災病院意見交換会

9月13日、香川労災病院「地域医療連携班」の方が、地域医療の連携を深めるため、当院に見学に来られました。当日は、カフェルミエでランチをしながら当院の取組みについて紹介を行った後、デナイトケアやグループホーム、病棟の見学を行いました。香川労災病院の方々には当院の方針や取組みに関する講義を受けていただき、精神科医療に対する理解を深めてもらうことができました。今後お互いに連携を深めていくこととなりました。



表紙の人

表紙左: 医事課リーダー 林 宏美

4月に育児休暇から復帰しました。育児との両立に悪戦苦闘していますが、周りのスタッフの方達に支えて頂きながら頑張っています。

私の笑顔の源は、娘と一緒にダンスをすることです。娘の楽しそうな姿を見ると、自然と笑顔になります。患者様にも自然と笑顔になってもらえるように、笑顔を忘れずに仕事をしていきたいです。

表紙右: 医事課リーダー 齋藤 香奈

人と接することが私の笑顔の源です。

入社して6年が経ち、多くの患者様と接する中で「ありがとう」と笑顔で声をかけて頂くことは私の仕事の原動力であり、励みとなっています。これからも笑顔を絶やさずに頑張っていきたいと思っています。



オリーブ収穫祭



夏は猛暑、そして、秋は度重なる台風を乗り越え、今年も昨年同様150kgのオリーブを収穫することができました。

秋日和の10月13日、第4回オリーブ収穫祭をJ'sセラピーガーデンにて開催しました。地域の皆様と共に塩漬けたオリーブをバーベキューと一緒に食べて頂いたり、オリーブ種飛ばし大会をしたり、オリーブの秋を堪能しました。

