

ポークチャップ

材料(4人前)

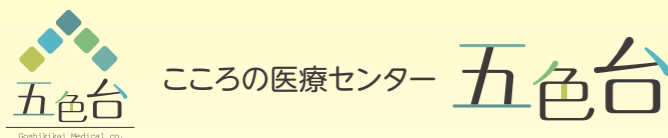
- 豚ヒレ肉 4枚
- A
玉ねぎすりおろし 1/2個
にんにくすりおろし 1片
ケチャップ 大さじ4
ウスターソース 大さじ3
料理酒 大さじ3
- B
コンソメ 小さじ2
水 1カップ
塩・こしょう 少々

作り方

- 1.Aをボウルに混ぜ入れる。
- 2.お肉をAにつけこみ、下味をつける。(タレとして使用するので、捨てない)
- 3.フライパンに油をしき、お肉を両面焼いて、皿に盛り付ける。
- 4.AとBを合わせて煮詰め、お肉の上にかけて完成。



※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	診察時間
精神科 心療内科	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
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

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
高松市寿町1丁目4番3号高松中央通りビル8階	
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	



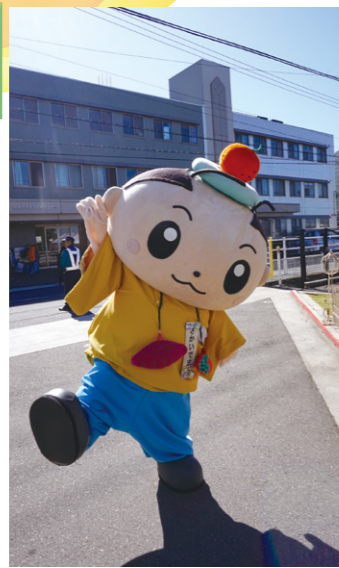
every smile

[医療法人社団五色会 会報誌●エブリスマイル]





友愛のつどい



坂出市友愛のつどい

友愛のつどいは、障害のある方々が陶芸や乗馬体験などの活動を通し、交流を図るイベントです。当日は各ブースで多くの笑顔が見られ、自然と交流が生まれる場面もありました。乗馬ブースでは、なんと坂出市長が飛び入り参加！以前に乗馬をさせていただき、馬の扱いはお手の物。ポニーのももちゃんもリラックスしている様子でした。

このイベントを毎年開催できるのは、様々な方のご協力を賜っているからでもあります。こうした地域ぐるみの取り組みを、これからも大切にしていきたいです。

お知らせ

家族交流カフェの会場が、中讀地域生活支援センター3階「地域交流室」から、Gステーションへ変更になりました。

表紙の人

こころの医療センター 五色台 看護師 喜田 高寿

入職してから7年余りが経ちました。当院は昨年10月にアルコール依存症専門医療機関及びアルコール依存症治療拠点機関となりました。看護師としてアルコール依存症治療に関わらせて頂き、毎週火曜日、断酒会の司会を務めさせて頂くなど、充実した毎日を送っています。

毎年3回ほど広島県の球場まで試合観戦へ行き、ユニフォームを着て応援するほどの広島カープファンです。広島県に行く際は観光名所も回っており、リフレッシュしています。今年も応援に行こうと思っています。



精神保健福祉大会



昨年10月15日、サンポート高松大ホールにて第48回精神保健福祉大会が開催され、ハートコーラスとプルミエ合唱団の2団体が合唱を披露させていただきました。本番前は、和気あいあいと会話している方もいれば、緊張の面持ちで過ごしている方もおられるなど、様々な様子でした。いざ本番を迎え、2団体とも練習の成果を十分に発揮し、今までで一番良い合唱が出来ました。「緊張したけど、なんとか頑張れました。」と達成感を感じている方も多く、合唱団の結束が一段と強まったように感じます。今後もこの活動を続け、社会参加に繋げていきたいと思ひます。



ホースセラピー



公共社団法人全国乗馬倶楽部振興協会から、川島舟委員(東京農業大学准教授)、高橋憲子代表(福山ホースクラブ)、局博一委員(東京大学名誉教授)の3名が、「引退競走馬等の多様な利活用普及推進事業」の一環として、当院のホースセラピーの視察に来られました。

ホースセラピーはスイスやドイツといったヨーロッパの国々で発祥し、現地では健康保険が適用されるほど普及しています。「医療・教育・スポーツ」の3要素を持ち合わせていることから、近年は日本でも徐々に広がりつつありますが、敷地内に乗馬施設を持つ医療機関は全国でも稀だそうです。先行例が少ない中、当院では試行錯誤を繰り返しながらプログラムを構築し実施しています。今回の視察では、今までにない専門的なアドバイスを頂いたことで、大変有意義な時間を過ごすことができました。今回得たものを患者様に還元していけるよう、業務に取り組みたいと思ひます。



老健五色台 ボランティア慰問【金時レディース】

老健五色台の女性職員が集まって結成されたグループ【金時レディース】による大正琴の演奏会が昨年11月27日に開催され、「川の流れるように」「恋のフーガ」や童謡などの計8曲を演奏してくれました。

老健五色台での演奏会は、このイベントで2回目。金時レディースのみなさんが軽やかな音色を息ぴったり奏で、利用者の方々を楽しませている様子でした。

