

## 集団療法(コラージュ)

コラージュは、写真やイラストを切り抜き、台紙に構成し、作品を制作する表現法です。毎週月曜日の1時間、10名のグループで作品作りを楽しみ、その作品を通してお話をしている時間になっています。

テーマに沿って自分で考え、作品を作り上げます。指先を使いますので、「脳」の活性化にもなります。とかく退屈になりがちな長期入院生活に刺激を持たせるために、楽しみながら指先の運動、脳の活性化、人との会話による心のゆとりを持つためのリハビリテーションです。

最終的には、病気などのことで暗く沈みがちな気持ちから、意欲を引き出し周囲に興味関心を持ち続けてもらうことを目指しています。

完成した作品は病棟の掲示板に展示していますので、ご面会の際にはご覧ください。メンバーの方々の励みになっています。



### <雑誌を集めています>

寄付して頂ける雑誌がありましたら川湯の森病院受付までお持ち頂けると幸いです。読み終えた古い雑誌で構いません。花・着物・初夏の季節を感じる雑誌が特に喜ばれます。色々な種類の雑誌があれば作品作りの幅が広がりますので、よろしく願いいたします。

SAITO MEDICAL GROUP シンボルマーク



既成概念を突き抜ける私たちの強い信念と、  
「患者さんと私たち、自分たちとその家族」  
を象徴する2つの円が、ともに生きる姿を表現しています。

# 共生会通信

## VOL.12



2019.7

発行：SAITO MEDICAL GROUP  
編集制作：医療法人共生会 企画広報部  
〒088-3465 川上郡弟子屈町川湯温泉 4-8-30  
TEL 015-483-3121  
<https://www.hi-izurutokoro.com/>

## 春季防災訓練実施

2019年6月12日、防災訓練を実施しました。担架や車イスを使用して実際と同じように真剣に取り組みました。

最後は新入職員による模擬消火器を使った消火訓練も行い、消火器についての使用方法・知識を深めました。消火器を実際に使うことは滅多にないことなので、良い経験になっているようです。

川湯の森病院は木造の建築物ということもあり、特に火災に対しては万全の体制をとっています。病院の建物は病棟毎にブロック構造となっており、万が一のことがあっても燃え広がり難くなっています。病院内には各所に通常の消火器や消火栓などの消火設備が設置され、スプリンクラー設備も完備しています。

さらに外周をすべてカバーするように設置されたフレイムセンサー（炎感知器）は、ライター程度の火程度の小さな炎の段階で感知し火災警報器を鳴らします。同時に病院敷地内に住む担当職員に自動で電話をかけて異常を知らせます。

当院では患者さんが安心して入院生活がすごせるよう、これからも日々努力していきます。



真剣に消火器の説明を受ける職員



フレイムセンサー（右）と防犯カメラ



川湯の森病院

住宅型有料老人ホーム  
森の家しらかば

社会医療法人 明生会

社会福祉法人  
つなぎ

清里クリニック

医療法人社団 勝医会

## 下屋義晴シェフの健康食レシピ ②

### 豆乳プリン

～マーマレードソース～

☆ソースの準備

- マーマレード、オレンジジュース、レモン汁を鍋で沸かし、冷ましてからコアントローを加えます。
- これで美味しいマーマレードソース完成です。



- ※ 材料（4人前）
- 豆乳 120cc
  - 生クリーム 40cc
  - ココナッツミルク 40cc
  - グラニュー糖 32g
  - コアントロー 小さじ1杯（オレンジキュラソーでも代用できます。）
  - 板ゼラチン 2g
- ※ ソースの材料
- マーマレード 60g
  - レモン果汁 小さじ1杯半
  - 100%オレンジジュース 小さじ1杯半
  - コアントロー 小さじ1/2（オレンジキュラソーでも代用できます）
  - ミント 少々

☆豆乳プリンを作しましょう。

- まずは板ゼラチンをふやかしておきましょう。

～ゼラチンをふやかしているあいだに～

- 豆乳、生クリーム、ココナッツミルク、グラニュー糖を鍋に入れ、**弱火**で沸かします。火加減注意！

#### ✓ 下屋シェフポイント

ココナッツの塊は溶けないので、一度ザルなどで漉すと口当たりが滑らかになるよ。

- 沸いたらそこへ、ゼラチンを入れて煮溶かします。

#### ✓ 下屋シェフポイント

ゼラチンは沸騰させないように注意しましょう。固まらなくなっちゃいます。



- 粗熱をとりコアントローを入れましょう。
- 出来上がったら器へ流し、冷蔵庫で冷やし固めます。



☆盛り付けましょう。

- 冷やし固まったプリンにマーマレードソースをかけ、お好みでミントを入れたら豆乳プリンの完成です。



#### 管理栄養士のワンポイント

豆乳にはイソフラボン、サポニン、レシチンなどの栄養素が含まれており、体に良い影響を及ぼすことが期待できます。豆乳に含まれる「植物性蛋白質」は、牛乳の「動物性蛋白質」より吸収分解に時間がかかるため腹持ちが良い（満腹感を得やすい）と言われています。また、コレステロールを低下させる作用もあるといわれています。



## 足湯でゆったり

川湯の森病院駐車場の一角に足湯があります。泉質は名湯・川湯温泉の硫黄泉です。

加温したり薄めたりせず、100%源泉掛け流しです。

効能は、神経痛・筋肉痛・うちみ・冷え性などがあるようです。切り傷・火傷にも効くようですが、酸性度が強く、通常でも肌が弱い方はピリピリした刺激を感じることがありますので、傷などのある方は注意しながらご利用ください。

座ってのんびりするのにも良いですが、歩行浴ができるようにベンチの外周を広くして足裏のツボを刺激するように突起物を配置しています。（竹踏み効果）

一般の方々に開放しています。面会の際や、近くまでお越しの際には是非ご利用ください。

日によってぬるかったり、熱かったりすることがありますが、自然のものなのでご容赦ください。



<ご利用に際して>

- タオル等をご持参してください。
- 湯花で足元が滑りやすいところがあります。ご利用の際はお気を付けてください。
- 鹿やキタキツネ等の自然動物がやってきます。また、時期によっては、アブやハチ等が飛んできます。ご注意ください。
- その他、お気づきの点がございましたら、川湯の森病院までご連絡ください。

## 農園課だより

厳冬の間、ミニトマトを提供してくれていた株が役目を終え、世代交代しました。すでに背丈以上に成長して鈴なりに実っています。農園課スタッフが愛情込めて育てたミニトマトは、甘くておいしいと評判です。病院の食事で使い切れなかった分は、弟子屈町の道の駅「摩周温泉」に出品していますので、お立ち寄りの際には探してみてください。

スイカトンネルの枠組みも完成し、順調にスイカの苗が成長しています。

