



お膳レシピのご紹介

一足お先に！ハワイでバカンス弁当から
「鶏肉のハワイアン煮」

材料(4人分)

- | | | | |
|-----------------|------|-----------|------|
| ■ 鶏もも肉 ひと口大 | 240g | ■ レモン汁 | 少々 |
| ■ 玉ねぎ | 小1個 | ■ ウスターソース | 大さじ2 |
| ■ いんげん | 6本 | ■ 水 | 50cc |
| ■ パイナップル(缶詰でも可) | 60g | ■ レタス | 2枚 |

作り方

①玉ねぎはざく切りにし、パイナップルは粗く刻む。②いんげんは3～4cmに切り、色よくゆでる。③分量の調味料に鶏肉、玉ねぎ、パイナップルを入れて煮る。④煮詰まったらいんげんを加えて混ぜ合わせる。⑤お皿にレタスをしき、盛り付ける。(盛り付け後にパイナップルを上から少しだけ飾り付けるとなおキレイです。)



今号はコレ！

MENU

一足お先に！ハワイでバカンス弁当

●ご飯 ●鶏肉のハワイアン煮 ●ガーリックシュリンプ(海鮮炒め) ●豆腐ボキ(豆腐サラダ) ●マカロニオーロラ和え ●ハウビア(ココナツ風味ミルクプリン) ●ジョア

鶏肉のハワイアン煮(1人分)

エネルギー / 122kcal、たんぱく質 / 14.0g、脂質 / 3.0g、食塩 / 0.7g

診療のご案内

診療日 月曜日から金曜日
(土・日曜日、祝日は休診となります)
初診・再診とも**完全予約制**です(緊急時を除く)

診療受付時間
午前 8:30～11:30
午後 1:30～3:00
(月曜日は午後2:00～3:00)
*初診は午前8:30～10:30

専門外来 「こども・思春期外来」

完全
予約制

中学生までのお子さんを対象に、毎週水曜日午前及び第2・第4水曜日午後を実施しております。

事前の申し込みが必要となります。
医療福祉科までお問合せください。

【お問合せ先】
医療福祉科 / 64-8100(代表)

山形県立こころの医療センター

〒997-0019 山形県鶴岡市茅原字草見鶴 51-1

TEL : 0235-64-8100(代表)

FAX : 0235-24-1283

交通のご案内

●タクシーご利用の場合：JR 鶴岡駅よりおよそ5分 ●バスご利用の場合：JR 鶴岡駅より「こころの医療センター行き」バスでおよそ10分 ●お車ご利用の場合：山形自動車道「鶴岡IC」よりおよそ10分

山形県立こころの医療センター

さらに詳しい病院情報は
ホームページをご覧ください。



山形県立こころの医療センター

COCORO だより

2

平成28年3月号



特集
1

鶴岡フットサルチーム

オーロヴェッタ鶴岡とは？

特集2 部門活動紹介「作業療法(Occupational Therapy:OT)」

<http://cocorohosp-yamagata.jp/>



特集1

鶴岡フットサルチーム オーロヴェッタ 鶴岡とは？

Team Orovetta Tsuruoka

オーロヴェッタの、"oro" はイタリア語で金、"vetta" は峰と訳すそうで、鶴岡にそびえる金峰山がチーム名の由来となりました。

鶴岡病院の
職員により
結成

近年、精神障がい者フットサル（簡単に言うと、5人制の室内サッカーです）が全国的に盛り上がりを見せています。現在全国には約130チームが存在し、競技人口は1000人を超えています。当院では平成25年5月に「オーロヴェッタ鶴岡」という患者さんのフットサルチームを結成しました。成績は、平成26年度の東北大会では5位、平成27年度では準優勝しています。また、昨年10月に行われた全国大会では、東北選抜チームに当院から2名の選手が選ばれ、主力として活躍。3位という成績をもたらしました。更には、全国大会での活躍が認められ、本年2月に大阪で開催される「第1回ソーシャルフットボール国際大会」の日本代表に1名選出されました。昨年12月には、当院体育館でフットサル大会を開催しました。県内からは若宮病院、青森県や岩手県からも当事者チームが参加。また、鶴岡市サッカー協会のチームや地元のスポーツ少年団等、総勢8チームで優勝を争いつ

つ、フットサルを楽しみました。これらを聞くと、ハードな練習等を想像してしまうかもしれませんが、そんな事はありません（笑）練習は、毎週月曜日、当院体育館で18時～19時で行っています。内容は、準備運動をした後、参加者でゲームを楽しむという形です。当院に通院されていない方や当院の関係者でなくとも参加可能で、1つの組織に限らない活動をしていきたいと考えています。選手や職員以外にも、患者さんのご家族や当院入院中の患者さん、フットサルを楽しみたいという地域の親子等、様々な方（小学生～50代）が参加しています。年齢、性別、経験の有無等、関係ありません！見学も大歓迎です！興味を持たれた方は、お気軽に当院までお問い合わせ下さい！

精神保健福祉士

古川コーチ からメッセージ

今後もフットサルを通して、選手の成長や回復、地域との交流を続けていきたいと思いますので、応援の程宜しくお願い致します！



特集2



部門活動紹介

作業療法 (Occupational Therapy: OT)

作業療法 (Occupational Therapy: OT) は、入院中の方の病棟での生活、退院後の生活における希望に向けて、対象者の方と話し合いながら計画を立て、「作業」を提供していくことでその人らしく生きていくためのサポートを行います。※「作業」とは人が生きて行う活動の全てを指し、人の生活は「作

業」の連続から成り立っています。OT では、来年度も身体機能、認知機能の維持、改善を目的とした「ふまねっと運動」や健康体操教室等の運動プログラム、再発予防のために病気とその対応方法について学習する「心理教育」等に入力して、多職種と協力、連携しながら取り組んでいきます。



リクルートサイトにて
スタッフブログ日々更新中！
コードを読み込んでスマホで簡単アクセス！



山形県立こころの医療センター



fb.com/cocoromc



@cocoro_mc

Web Site Information

診療案内、医師予定表、採用情報は
ホームページでご覧いただけます。

山形県立こころの医療センターでは診療案内や医師予定表といった病院情報はもちろん、職員採用情報を各専用のホームページで公開しております。また、センターからのお知らせや最新情報も随時配信しております。ぜひご利用ください。



情報配信センター
「ココロ」