

かいせい通信

2024

—7月号—

7月初旬現在、梅雨真っ只中の福岡地方です。滝のような雨が降ったかと思えば晴れ間がのぞいたり、蒸し蒸しと不快な暑さになるや急に気温が下がったりと、空模様に踊らされます。体調管理のためにも水分補給とエアコン利用で、体を少しずつ慣らしましょう。

回生スマープ SMARPP

スマープは薬物依存症からの回復を支援する外来プログラムです。



この日のスマープは七夕のイベント。その日仕入れた新鮮な笹に、願いを書いた短冊を飾ります。うん？「コドモダマシ」なイベントと、あまりやる気を感じてない!? というわけで、昨年の願いがどのくらい叶ったのか検証しました(一部抜粋)。大谷翔平に会いたい → 大谷(の等身大パネル)と会えた / 四十肩治したい → 完全に治った / 県外に就職したい → 叶えて頑張っている / 幸せになれるように → 結婚して、いま幸せです♪

※願いが叶うと噂の笹は七夕本番まで外来ロビーに飾っています。短冊はご自由にお使いください。

対面での面会を再開しました

これまで、感染対策の一環でリモートによる面会を続けておりましたが、このたび、対面での面会を再開いたしました。リモート面会と同じく、1日2枠の事前予約制となっております。

ご予約は、お電話にてうけたまわります。面会の詳細は当院ホームページ「入院」のページの「面会」項目をご確認ください。右のQRコードからアクセスも可能です。



回生給食だより vol.33 「給食室潜入！」

当院の給食 人気ナンバー1のメニューである「カレーライス」。はたしてどんな風につくられているか、給食室にカメラが潜入してきました。

① **だしとり**
朝から豚骨鶏骨を煮てだしスープをとります。

② **ルー作り**
玉ねぎを炒め、だしを入れ小麦粉をまぶしてよく混ぜます。市販のルーを使わずとろみを出すためです。

③ **具材煮込み**
具材もだしで煮こみます。

④ **具材&ルー合体**
煮込んだ具材に手作りルーを入れとろみをつけていきます。

⑤ **味つけ**
カレー粉やソース、しょうゆなどで味つけをして完成です。

⑥ **盛りつけ**
約170食分、手際よく盛りつけます。

完成

6/17 昼食より

給食アレンジレシピ チキンカレー

ポイント 玉ねぎは、弱火でじっくり「あめ色」になるまで炒めると甘みとこくが出ます。ルーを手作りするのは手間ですが、市販のルーとは一味違う仕上がりに。お試しください。

【材料】4人分

- ・鶏肉 120g
- ・じゃがいも 1個
- ・玉ねぎ 1.5玉
- ・にんじん 1本
- ・グリーンピース 適量
- ・にんにく 1かけ
- ・しょうが 5g
- ・マーガリン 15g
- ・小麦粉 50g
- ・カレー粉末 小さじ2
- ★ウスターソース 大さじ1
- ★しょうゆ 大さじ1/2
- ★塩 少々
- ・油 大さじ1/2
- ・鶏がらスープの素 小さじ1
- ・水 600~700ml
- ・ご飯 4人分

【作り方】

- ① 野菜は皮をむき、じゃがいもは大きめの一口大、にんじんは一口大に乱切り、玉ねぎは薄くスライスする。にんにくとしょうがは皮をむいてみじん切りにする(チューブで代用可)。
- ② グリーンピースは軽くゆでて水けをきっておく。
- ③ 鍋に油を熱し、にんにくとしょうがを熱して香りが立ったら玉ねぎを加えしんなりするまで炒める。
- ④ 玉ねぎに火が通ったら肉を加えて炒め、残りの野菜を加えて軽く炒める。水と鶏がらスープの素を入れ、具材に火が通るまで煮込む。
- ⑤ ④を煮込む間に、熱したフライパンにマーガリンを溶かし、小麦粉を加えて弱火でよく練る。ぼそぼそしているが次第にさらさらになってくるのでカレー粉を加えて再度よく練り、さらさらになるまで火を通す。
- ⑥ ④の鍋からお玉で一杯分ゆで汁をすくい、⑤に少しずつ加えながらダマにならないよう混ぜ伸ばす。これを3回ほど行い、なめらかなルーにする。
- ⑦ ④の鍋にフライパンからルーをうつし、10分ほど煮込む。最後に★で味を調べ、グリーンピースを加えたら軽く煮て完成。お皿にご飯を盛りつけ、カレーをかける。