

“ほっ”と ニュース



四季折々の飾り付け 新館ホールにて



回心堂病院 本館にて

高千穂

回心堂病院 看護部長
岡田 亮子

宮崎県の観光名所の一つである【高千穂】、パワースポットとしても有名な場所です。

高千穂町は宮崎県北部、九州脊梁山地のほぼ中央にあります。天岩戸、天安河原、くしふるの峰など神話の舞台と伝えられる地や神々を祀る神社が数多くあることから「神話の里」と言われています。古事記、日本書紀に描かれている物語（神話）の一つである天岩戸神話は、高千穂が舞台とされています。

太陽神「天照大神（アマテラスオオミカミ）」は、弟である「素盞鳴尊（スサノオノミコト）」の荒ぶりに怒り岩戸に隠れたので、世の中は闇に包まれ数々の災いが起こってしまいます。そこで困った八百万の神々は天安河原に集って相談をし、岩戸の前で宴を開き、舞を踊ります。その様子が気にな

った天照大神は岩戸を少し開けてそっと覗いたその瞬間、神々が岩戸を押し開け天照大神を外に連れ出したことで、世界は光を取り戻したといわれています。



天安河原（あまのやすかわら）



高千穂峽



あまてらす鉄道

天照大神が岩戸にかくれた際に八百万の神がこの河原に集まり神議された、と伝えられる大洞窟「天安河原」はまさにパワースポットであり、漂う空気が違います。その周囲には無数に石が積まれていて、より神秘的で幻想的な場所になっています。一歩足を踏み入れると、心がスッと涼しくなるような落ち着くような不思議な感覚に陥ります。

他にも、国の名勝・天然記念物に指定されている峽谷で、ボートに乗れば落差17mの迫力満点の滝を見上げることができる「高千穂峽」や、平成17年に台風の影響で廃線になった旧高千穂鉄道の線路をオリジナルのスーパーカートで雄大な景色を楽しむことができる「あまてらす鉄道」、伝統文化である「高千穂神楽」など観光名所が沢山あります。交通の便はあまりよくないですが、みなさまも夏の旅行先の候補としては是非足を運んでみてはいかがでしょうか。

（写真は全て高千穂町観光協会より）

■ 編集発行 医療法人社団 回心会 / 青秀会

第78号

2025年7月

ロイヤル病院

〒168-0073
東京都杉並区下高井戸4-6-2
TEL 03-3302-7331

回心堂病院

〒151-0072
東京都渋谷区幡ヶ谷2-14-12
TEL 03-3377-5141

回心堂 第二病院

〒191-0024
東京都日野市万願寺2-34-3
TEL 042-584-0099

グレイス病院

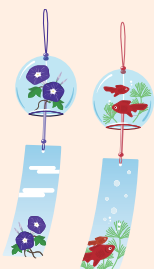
〒191-0013
東京都日野市大字宮248
TEL 042-584-5119

URL <https://www.mck.or.jp>

URL <https://www.mcs.or.jp>

ロイヤル病院ニュース 病院紹介動画について

ロイヤル病院では、ご入院を検討されている方々に向けた病院紹介動画を作成しております。入院相談に際しましては院内見学のご案内も行っておりますが、まずは概要をお伝えできる資料として企画致しました。ご覧頂いた上で、ご質問に対し相談員が具体的にご案内を致します。ご入院をご検討の際は、ぜひこの動画をご参考にしていただければ幸いです。



回心堂病院ニュース 院内研修会実施

回心堂病院では、看護・介護職員を対象とした認知症に関する院内研修を「認知症高齢者の看護実践に必要な知識」と題して2回に分けて実施しております。

知識の習得と共有を行い、患者様が安心して入院生活を送って頂けるよう、職員一丸となって取り組んで参ります。



回心堂第二病院ニュース レクに行こうよ♪

回心堂第二病院ではレクリエーション委員会が中心となり、毎月第4水曜日に「レクに行こうよ♪」と称し、毎月異なるレクリエーションを企画・実施しております。4月は「お茶会」、5月は「よさこい祭り」6月は「風船バレー」…などを行いました。レクに行こうよ♪の様子は実施後に当院ホームページにて様子をアップ致します。



グレイス病院ニュース 4階屋上庭園、園芸活動

今年も4階の屋上庭園スペースにて園芸活動を行いました。以前の屋上庭園は、ご家族と一緒に散歩を楽しむ方も多く見られておりましたが、現在完全開放にまだ至っていない状況が続いております。園芸活動においても、集団でご参加いただく事は再開できておりませんが、年々緩和し活動を広げております。今年は、小玉メロン・アカモイ・ミニトマト・ナス・空芯菜・ゴーヤの苗付けを行いました。今後も水やりなど行いながら、収穫に向け、苗の成長を皆様と楽しんで参ります。



レクリエーション

ロイヤル病院



1F談話室に五月人形を飾りました

ロイヤル
ガーデンの
季節に
なりました

回心堂病院

紫陽花で
彩って
おります

梅雨の紫陽花



回心堂第二病院



お茶会の様子です

よさこいを踊りました♪



ビンゴ大会の様子

お花見に
行きました♪

グレイス病院



皆様楽しんでいただきました!!

素晴らしい歌声です♪



端午の節句レクを行いました!!



季節を感じるメニュー

和風おろしハンバーグ 夏野菜添え

材料(2人分)

・合い挽き肉	250g	付け合わせ
・玉ねぎ	1/2個	・茄子 輪切り4枚
・塩こしょう	少々	・パプリカ(赤・黄)
・パン粉	1/2カップ	・スライスカット各1/2個
・牛乳	大さじ2	・ごま油 適量
・卵	1/2個	・塩 少々
・サラダ油	大さじ1	
・水	大さじ3	
・青じそ	2枚	
・大根おろし	適量	
・ボン酢	適量	

作り方

- ①パン粉と牛乳を混ぜておく
- ②玉ねぎをみじん切りにする
- ③ボウルに挽き肉を入れ、塩こしょうをして粘りが出るまでよくこねる
- ④③に①②、卵を加えてよく混ぜる
- ⑤2等分して楕円形に成形し、真ん中をくぼませる
- ⑥フライパンにサラダ油を熱し、⑤を中火で焼く
- ⑦焼き色がついたらひっくり返し、水を加えて蓋をして蒸し焼きにする
- ⑧付け合わせを作る。フライパンにごま油を熱し、茄子、パプリカを焼き色がつくまで焼き、塩をふる
- ⑨皿にのせ、⑧を添え、青じそと大根おろしをのせてボン酢をかける



●食材の豆知識

体がだるい、疲れがとれない等の夏バテは、水分や栄養素の摂取不足が主な原因で起こります。予防に効果的な栄養素は次のようなものがあります。

ビタミンB1 糖質を体内でエネルギーに変換するために必要な栄養素で、疲労回復の効果があります。豚肉やうなぎに多く含まれます。

タンパク質 体を構成する重要な栄養素のため、不足すると虚弱や免疫機能の低下の原因となります。肉類、魚類や卵、大豆製品や乳製品に多く含まれます。

ビタミンC 疲労回復に効果的とされ、パプリカやレモンに多く含まれます。

クエン酸 糖質と一緒に摂取することで疲労がたまりにくくなるとされています。酢やかんきつ類に多く含まれています。

夏野菜にはこれらの栄養素の他にも多くのビタミン、ミネラルや水分も多く含まれるため夏バテ防止には積極的に摂ると良いでしょう。

(回心堂第二病院 栄養科)

こんにちは

ロイヤル病院

4階病棟 看護師 高瀬 恵里



ロイヤル病院に入職し、半年が経ちました。療養型病院での勤務は初めてであったため、入職時は不安な部分もありました。しかし、病棟スタッフを始めとした多くの方のサポートを受け、充実した日々を送ることができています。当院は長期にご入院されている患者様が多くいらっしゃいます。その中で漫然と日々を過ごさず常に自分たちにできる事は何かを考えながら、よりよい看護を提供できるよう研鑽を積んでいきたいと思っています。

回心堂病院

B病棟 看護師 土屋 彩也香



回心堂病院に入職して2年半が経ちました。初めは不安や緊張がありましたが、スタッフの方々のご指導・サポートによって業務にも慣れ、日々の業務に励むことが出来ております。

今では、病棟内だけでなく他部署の方にも声をかけて下さいます。

回心堂病院の温かい雰囲気の中で働く事ができ、感謝の日々です。

今後も患者様が安心して過ごして頂けるように、各部署のスタッフ方々と協力し、快適なケアを提供していきたいです。

回心堂第二病院

栄養科 管理栄養士 有泉 清美



回心堂第二病院に入職してから、3カ月が経過しました。皆様の温かいご指導とお力添えに、心から感謝しております。

まず、先輩方の専門知識や温かい姿勢を間近で学び、自身の成長への意欲が湧いていくところです。また、日々の業務を通じて、働く喜びや楽しさを感じながら過ごせております。

今後は、より知識・技術の向上に励み、療養されている患者様に、少しでも安心と楽しみをお届けできるよう、一食一食に心をこめて、取り組んでまいります。

今後とも、よろしくお願い致します。

グレイス病院

栄養科 管理栄養士 澤 佳実



グレイス病院の管理栄養士として勤務し、間もなく7年が経過しようとしています。

この間、病院内での食体制は大きく変化しました。2023年より直営から給食会社委託へ移行し、それに伴い施設栄養士としての業務内容にも変更がありました。また給食会社のスタッフは、未経験の方が多く、教育・指導に関わる機会が増えました。環境が変化し戸惑う事もありましたが、当院職員、また、給食会社スタッフの方々のおかげで無事に業務を続ける事が出来ています。当院は療養型の病院であり患者様一人ひとりの状態に応じた栄養管理が求められております。患者様にとって食事は治療の一環であると同時に楽しみの一つでもあると思います。患者様にとって食事の時間が少しでも楽しくなる様、工夫を重ねていきたいと思っております。

今後は、当院職員・給食会社のスタッフと協力しながら、より良い食事提供ができる様努めて参ります。

【病院理念】

自分や自分の家族を安心して預けられる病院を目指します。

【目標】

- 一、(和・チームワーク)をもって患者様及びそのご家族のために尽くします。
- 二、医療や看護・介護サービスの質の向上のために学びます。
- 三、安心できる医療・看護・介護サービスを地域の方々へ提供致します。

【患者権利憲章】

- 一、(公平・平等・安全)
- 一、患者様は、良質かつ適切でQOLと生活背景に配慮がなされた、安全な医療を継続して公平に受ける権利があります。
- (選択)
- 二、患者様は、どのような医療を受けるかを自由に選択する権利があります。
- (説明)
- 三、患者様は、病状やその見直しについて理解しやすい言葉や方法で、納得できるまでの詳しい説明と、情報および健康に関する教育を受ける権利があります。
- (情報開示)
- 四、患者様は、病状・診療内容等、診療記録の開示を求める権利があります。
- (プライバシー)
- 五、患者様は、診療・療養の過程において得られた情報の秘密が守られ、プライバシーを保護される権利があります。

編集後記

春先から初夏にかけて寒暖の差が大きかった気がしますが、皆様体調はいかがでしょう？

早いもので2025年も半分が過ぎました。季節はまもなく夏本番を迎えます。今年も夏の暑さや感染症にも負けないよう、こまめに水分を補給し、栄養のある物を食べて夏を乗り切りましょう！

