

南折立イケてる女子&イケてる男子代表は…

この人!!

みなさんからの声

- ・患者さんに人気
- ・とにかく気が利くので見習らわないと…
- ・優しさに救われてます
- ・笑顔がステキ♡
- ・女子力高し!
- ・微笑んでくれるだけで…

病棟看護師 N.B.さん

みなさんからの声

- ・おしゃれでスマート
- ・メガネがかわいい♡
- ・徒手療法が神業!
- ・言葉に重みがあって、尊敬してます!
- ・静かに叱られてみたい笑

作業療法士 S.S.さん

おすすめのお店

焼き鳥大自然 大橋店へGO!

お酒の種類も豊富☆
これからのシーズン
忘年会・新年会にピッタリ!

お酒の種類も豊富☆
これからのシーズン
忘年会・新年会にピッタリ!

介護福祉士 A.O.さん

焼き鳥屋さんなので焼き鳥がお勧めですが、刺身、馬刺しもめちゃくちゃ美味しいです。基本なんでも美味しいですw

店舗情報

焼き鳥大自然 大橋店

検索

住所】 福岡県福岡市南区大橋2丁目16-1

TEL】 092-512-5882

営業時間】 18:00～翌2:00 [金・土・祝前]18:00～翌3:00

定休日】 木曜日

お手軽レシピコーナー

フライパンで作れる 簡単アクアパッツァ🎵+

材料(2人分)

- ◎白身魚(切身…タイなど) 2切れ
- ◎オリーブオイル 大さじ1/2
- ◎にんにく(みじん切り) 1片分
- ◎しょうゆ 大さじ1/2
- ◎パセリ又はパセリ粉 適宜

【A】☆トマト(1.5cm角)又はカットトマト缶
⇒中1個(缶詰めなら150g程度)
☆赤唐辛子(半分にちぎり種を取る)⇒1本
☆水⇒1カップ

作り方

- 1 フライパンに、オリーブオイル・にんにくを入れ中火にかける
香りが出たら白身魚を入れて、強火で焼き付ける
- 2 【A】を加え、蓋をして中火で12～13分煮る
- 3 醤油で味を調え、刻んだパセリ(又はパセリ粉)を加えて出来上がり!

魚を切身ではなく1尾丸ごと使用し、写真のようにアサリやミニトマトを加えるとおもてなし料理にもピッタリ☆これからの季節にぜひどうぞ～!(^^)

+

博多工場 管理栄養士監修

入れ替わるならこの人!

釣り大好きなりハビリのK.K.さんです。
釣りも仕事も楽しそうにされています。
週末は、糸島・呼子によく釣りに行かれています。
入れ替わるならK.K.さんになって魚を釣ってみたいです。

作業療法士 K.K.さん

Nice item
he's very competent!!
Ace at ~

日々の疲れや、何かに悩んだりした時は**ヨガ**をしています。
色々なポーズをとりながら、自分の体だけに集中!!
余計な感情を一旦置くようにしています。
無心でヨガをした後は、体も頭も『スッキリ』(^^)
新しい突破口が見えたり、アイデアが浮かんだりします。
自分の我にとらわれずに効果的に仕事することができる
これが私の**マストアイテム**です!

理学療法士 S.N.さん

体もこころも
やらか～く
やらか～く♡

理学療法士 T.H.さん

Secret baton
My favorite...

理学療法士 A.M.さん

おススメ紹介リレー

私のおすすめは山登りです。今回は糸島にある十坊山(とんぼやま)に、子供と一緒に2時間ぐらいかけて登ってきました☆ 山頂には『坊主岩』という大きな岩があります。登れますヨ(^^)
頑張って登ったら…糸島のきれいな海と山の景色を楽しむことができます。
山頂で飲む沸かしたコーヒーは最高です!
みなさんも山登り体験してみませんか?

次のバトンは〇〇〇〇のあの人!⇒

?

心のストレッチコーナー

【問題】
未開の地へ探検、発見した大切なものは何ですか?

1. 未知の生物
2. 古代の遺跡
3. 黄金

■結果

この心理テストでは、あなたの内面的な強みがわかります。

1. 感覚や感情よりも知性が優れている人
2. 自分の経験から得たものを信じる責任感のある人
3. ひそかに自分に自信を持ち、自己内に価値があると信じている人

あなたのまわりの大切なものにも目を向けてみましょう!
何か気づくかも…?

当グループ専属カウンセラー S先生監修

いきいき健康コラム

インフルエンザについて…

インフルエンザウィルスを病原とする気道感染症です。一般のカゼ症候群とは分けて考え、重症化しやすい疾患です。日本のインフルエンザ発生は毎年11月下旬～12月上旬に始まり、翌年の1月～3月頃に、患者数が増加↑ 4月～5月に減少↓ していくパターンが見受けられます。

症状

1日～3日の潜伏期間 発熱38℃以上、カゼに比べて、全身症状が強い。頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛、咳、鼻汁が続ぎ、約1週間で軽快。

予防

★人ごみを避けマスクの着用

★外出後手洗いうがい

★ワクチン接種

治療

解熱剤 アセトアミノフェン 抗A型インフルエンザ薬: アマンタジン

★安静にて休養を取る(睡眠)

★部屋の温度(18～20℃) 湿度50～60%

★十分な水分補給

★食事に気をつける

梅: 解熱作用あり

大根: 消化によい

ネギ: 体を温める

みかん: 咳・痰

しょうが: 咳・痰

にら: 胃腸が弱った時

卵: 栄養強化

diary

ヴァン・ドール ☆先月の活動☆

フランスへ『ワインの視察』に行って来ました!

ボルドー、ロワール、ローヌ、シャンパーニュ…

様々なワイナリーを訪れて、魅力的なワインとステキな人に出会うことができました☆

下写真はフランス滞在最後に参加した『ワイン試飲会』の写真です。パリより車で2時間強。ベルギーとの国境付近にある「リール」という地で行われフランス国内のワイナリー700軒ほどが参加するとても大きな試飲会です。

3日間参加してたくさんさんのワインに触れる事ができました。有意義なフランス滞在となりました(*^_^*)

今年も忘年会でワインの販売します!

前年はシャンパーニュのみでしたが、

今年はおすすめの赤、白ワインもご用意します^^

試飲もご準備しますので是非ワインブースへ!

ワイン事業部 Y.M

南折立病院 看護師監修