

牛肉ときのこの炒め物



【材料4人分】

- | | |
|---------------|-------------|
| 牛肩ロース薄切り 200g | 塩 少々 |
| しめじ 1パック | 料理酒 大さじ1/2 |
| シイタケ 10個 | すりしょうが 少々 |
| えのき 1パック | ごま油 大さじ1 |
| なす 中1個 | すりごま 少々 |
| パプリカ(赤) 1個 | 七味唐辛子 少々 |
| ねぎ 少々 | 砂糖 大さじ1 |
| | 薄口しょうゆ 大さじ1 |

作り方

- ①シイタケ、なすは薄切り。しめじ、えのきは石づきを取る。パプリカは乱切りにする。
- ②牛肩ロースに塩、料理酒、すりしょうがで下味をつける。
- ③フライパンにごま油入れ、牛肩ロースを炒めて、軽く火を通す。
- ④しめじ、シイタケ、えのき、なす、パプリカを炒め、しんなりしてきたら砂糖、薄口しょうゆで味付けする。
- ⑤盛り付けして、すりごま、七味唐辛子を振り、小口切りしたねぎをトッピングする。

★ポイント★

牛肩ロースに下味をしっかりとみこんでおく
 きのこはまいたけやエリンギにしてもOK
 きのこをたっぷり入れて食物繊維をしっかり摂ろう



医療法人 千徳会

桜ヶ丘病院

院長 成川 暢彦

〒649-0304 和歌山県有田市箕島904
 TEL : 0737(83)0078 FAX : 0737(83)0079
 E-mail : sakura_2007@cherry-hill.or.jp
 http://www.cherry-hill.or.jp
 ●地域連携室 TEL 0737(83)0829



Facebookで
チェックしてね



フェイスブック

“桜ヶ丘病院”

検索



ホームページ

診療科目等

- 内科(呼吸器・循環器・胃腸・糖尿病・脂質代謝)
腎臓内科(人工透析)・神経内科・脳神経外科・皮膚科・泌尿器科
婦人科・眼科・リハビリテーション科・放射線科・各種健診・人間ドック
- 入院許可ベッド数 99床
一般病床:49床(特殊疾患病棟入院料1)
医療療養病床:50床(療養病棟入院基本料1)
- 腎センターベッド数37床(最大受入患者数114名) **《夜間透析実施中》**



医療法人千徳会

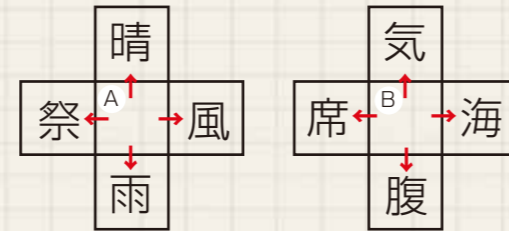
- 本部
〒649-0304 和歌山県有田市箕島1265
電話 0737-83-1000 FAX 0737-85-2640
- さくら訪問看護ステーション
〒649-0305 和歌山県有田市港町29-1
電話 0737-83-0077 FAX 0737-83-0079

社会福祉法人守陪会

- 特別養護老人ホーム田鶴苑(介護老人福祉施設-短期入所事業)
〒649-0316 和歌山県有田市宮崎町9-11
電話 0737-82-6644 FAX 0737-82-6609
- デイサービスセンター田鶴苑(通所介護事業)
- 訪問介護田鶴苑(訪問介護事業)
- 有田市在宅介護支援センター(居宅介護支援事業)
- 特別養護老人ホーム愛宕苑(介護老人福祉施設-短期入所事業)
〒649-0305 和歌山県有田市港町29-1
電話 0737-23-7177 FAX 0737-83-5501
- デイサービスセンター愛宕苑(通所介護事業)
- ケアハウス愛宕苑(地域密着型特定施設入居者生活介護事業)
- グループホーム愛宕苑(認知症対応型共同生活介護事業)
〒649-0305 和歌山県有田市港町29-1
電話 0737-23-7177 FAX 0737-83-5501
- 特別養護老人ホームありだ橋苑(介護老人福祉施設-短期入所事業)
〒649-0314 和歌山県有田市野639-2
電話 0737-83-6255 FAX 0737-83-6260
- デイサービスセンターありだ橋苑(通所介護事業)
- 養護老人ホーム長寿荘(養護老人ホーム)
〒649-0315 和歌山県有田市山地57
電話 0737-82-2946 FAX 0737-83-2640

チャレンジ! 漢字パズル

- ①AとBに入る漢字をそれぞれ考えてね。
- ②AとBをつなげると熟語ができるよ。さて、分かるかな?



千徳会 理念と基本方針

千徳会理念

1. 信頼される医療
2. 安心・安全の医療
3. 慈愛あふれる医療

基本方針

1. 思いやり(相手の立場になり考える)
2. 感受性を豊に(小さなことにも感動を)
3. 創造性(常にチャレンジ)
4. 合理性(道理に適い能率的に)
5. 自己研鑽(常に学習を)

経営理念

「職場は、職員共同の生活の源泉であり、人間完成の道場である」
 「我々は最大の病院になることを望まず、最良の病院になることを望む」

漢字パズル答え: A 秋 B 空



第38号
2018.10

インフルエンザワクチン予防接種のお知らせ

インフルエンザの流行は通常初冬から春先にかけてですが、今年はずでにインフルエンザ様の風邪が流行の兆しを見せています。

予防接種を受けることは、体の中に抗体を作ってインフルエンザにかかりにくくする、または、かかっても重症化しないようにするために有効です。

当院では、11月から接種可能です。

接種をしてから体の中で抗体ができるまでにだいたい2~3週間かかるといわれていますので、早めの接種をお勧めします。

詳しくは病院までお問い合わせください。



- 【接種開始】 11月1日~
- 【対象】 高校生以上
- 【料金】 3,500円
(65歳以上の方は市町村が定めた料金となります)
- 【受付時間】 月~土 9:00~11:30
※予約制ではありません。

イベント案内

皆さまのご参加お待ちしております。

- | | | |
|------------|-----------------------|---------|
| ○第11回さくら喫茶 | 10月27日(土) 14:00~16:00 | 桜ヶ丘病院 |
| ○院外糖尿病教室 | 11月15日(木) 14:00~16:00 | オークワ箕島店 |
| ○第12回さくら喫茶 | 11月24日(土) 14:00~16:00 | 桜ヶ丘病院 |