

こもれびの校庭植物図鑑  
“ツツジ競演”

ツツジの漢字表記は“躑躅”ですが、躑と躅はいずれも“たたずむ”“足踏みをする”の意味で、躑躅（てきちやく）は歩行が進まない様子を示す熟語でもあります。躑躅で躑躅（ツツジで足が止まる）といったところでしょうか。子供のころラッパ形の花を摘み、根元の甘い蜜を吸った方もおられると思いますが、ツツジの中でもレンゲツツジには毒があり、間違えることも考えられますのでツツジの蜜は吸わない方が無難です。ヒラドツツジ、キリシマツツジほど華やかさはありませんが、ドウダンツツジも春に小さな可憐な花をつけます。ドウダンツツジの日本語の漢字表記は満天星や灯台躑躅で、いずれも“どうだん”とは読めないのが熟字訓です。満天星は愛らしい白花の様子から、灯台躑躅は枝分かれの様子が夜間の明かりに用いた灯台の脚部と似ていることから来たと考えられます。1991年2月、栃木県の烏山天文台で日本人により発見された小惑星6786は、この植物にちなんで満天星（Doudantsutsuji）と名付けられました。



ヒラドツツジ  
(ツツジ科ツツジ属)



キリシマツツジ  
(ツツジ科ツツジ属)



ドウダンツツジ  
(ツツジ科ドウダンツツジ属)

やわらか美味しい! 豆腐のチキンナゲット

【材料】 1回分

- 木綿豆腐 150g × 2個
- 鶏むね肉ミンチ 200g
- 卵 1個
- かたくり粉 大さじ3
- ねぎ いっぱい
- 塩コショウ 少々
- オリーブオイル 大さじ1
- オーロラソース
- ケチャップ 大さじ1
- マヨネーズ 大さじ1
- パセリ 少々

【作り方】

- ①ねぎを小口切りにしておく。
- ②ボールに木綿豆腐+鶏むね肉ミンチ+卵+かたくり粉+ねぎ+塩コショウを入れて混ぜる。
- ③フライパンにオリーブオイルを大さじ1入れて、丸く小分けにして焼く。
- ④裏返して蓋をして中火~弱火で裏表5分間こんがり焼く。
- ⑤お皿にイイ感じに盛り付けて、オーロラソースをつけていただく。

【栄養価】

エネルギー：508kcal  
たんぱく質：78.6g  
塩分：2.2g



※ねぎを季節の野菜に変えてヘルシー!



患者さん作品集

患者さんが一生懸命作りました。



芭蕉庵  
季節の和菓子クイズ

右のお菓子は「芭蕉庵」で販売されている5月の和菓子なのですが、名称は何でしょう。ヒントは植物です。答えは右下に記載。



掲載記事募集

“こもれび”に掲載する記事(200字程度)を募集しています。写真やイラストも大歓迎。総合受付にお持ちください。

(季節の和菓子クイズ答え)  
花菖蒲(ハナショウブ)

川崎医科大学高齢者医療センター広報誌

こもれび

題字:3階病棟ご入院 Yさん書

花いっぱいの広報誌  
患者さんと作りました

2026年  
春夏号  
(第5号)



特集

ポリファーマシーを知っていますか

こもれびカフェ ちらしコレクション



発行



川崎医科大学 高齢者医療センター



