安倍学園便り

社会福祉法人 明光会　安倍学園　　～1 月号～　令和 5 年 12 月 20 日

師走も半ばを過ぎ、街ゆく人も忙しげに行き交うようになりましたが、
お変わりなくお過ごしのことと存じます。
本年も、当法人の運営ならびに活動へのご理解とご支援・ご協力を賜り、
厚く御礼申し上げます。
2024 年も、より一層のご支援、お引立てを賜りますようお願い申し上げます。
ご多忙の折、お身体にお気をつけて良き新年をお迎えください。

社会福祉法人 明光会　　理事長 寺田千尋

« 安倍学園 活動の様子 »

【第６３回　明光祭】
１１月５日（日）にツインメッセ静岡にて明光祭に参加しました。
法被を着て気分も上々♪ゲームにチャレンジしたり、おこづかいで買い物をしたり、
大道芸のパフォーマンスを観て楽しい一日を過ごしました。

1月の健康コラム

～感染性胃腸炎に注意しましょう!～

この時期はノロウイルスによる感染性の胃腸炎が多くなってきます。
症状としては嘔吐・下痢・腹痛・発熱が 1～2 日程度続いて回復に向かいますが、
症状が消えても数日～1か月程度糞便とともにウイルスが排出される為、家庭内に広がってしまうことがあります。
症状が良くなっても、トイレの後や、調理の前などは石鹸を使った30秒以上の手洗いを心がけてください。

【嘔吐や糞便の処理方法】

・必ず手袋、マスク、(可能ならアイガード)を着用して直接触らない。
・消毒はノロウイルスに対して使用しても効果がありません。
500ml のペットボトルに漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)キャップ 2 杯と水を入れて消毒してください。
・嘔吐による飛沫は辺りに飛ぶので広範囲に消毒してください。
・汚れがあると消毒効果が薄れるので、汚物を処理した後に再度の消毒も重要です。
・金属類に次亜塩素酸ナトリウムを使用すると錆が発生しやすくなるので、消毒後は水拭きを行ってください。
※以上に注意し、家庭内・施設内で感染が広がらないように、迅速に医療機関へ受診しましょう。

1月分の本部献立紹介

エビ豆

大豆と小さいエビを煮た料理です。

「エビのように腰が曲がるまで、そしてずっと、マメに暮らせるように」と、

お正月のおせち料理などに食されています。

川エビである「スジエビ」は琵琶湖で一年中収穫出来るので、

日常食、保存食としても親しまれています。

材料

スジエビ	200g
大豆	200g
(ゆで大豆	500g)
薄口醤油	1/2 カップ
砂糖	2/3 カップ
酒	1/4 カップ
みりん	大さじ 2

作り方

1 一晩塩水につけた大豆を、柔らかくなるまで茹でる。
2 鍋に醤油、砂糖、酒を煮立たせ、そこにスジエビを加える。
3 エビの色が変わったら豆を入れて、再び沸騰したら、弱火で20分ほど煮る。
4 煮汁がなくなったら、みりんを入れて、もう一煮立ちさせる。

1月行事予定

・1日(月)　新年会
・2日(火)　書初め大会
・5日(金)　初詣外出

虐待通報・苦情受付

11月の通報は 0 件です

各種お問い合わせ　054－278－7018
担当者:渡邉博代　久保真理
ホームページあります！　明光会　静岡　クリック!