

# 安倍学園便り

社会福祉法人 明光会 安倍学園

～2月号～ 令和6年1月16日

明けましておめでとうございます。

皆様のご支援・ご理解あって清々しい新年を迎えることができ、身も心も引き締まる思いです。

皆様にとって幸多き一年となりますようにお祈り申し上げます。

さて、昨年より施設内にてインフルエンザの感染が広がっております。

法人内では感染症対策に全力で取り組んでおりますが

ご家庭内におきましても引き続き手洗い・うがい等で予防をして頂きますようお願い申し上げます。

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」

### 【福祉楽市】

12月2日（土）、株式会社大丸松坂屋百貨店 松坂屋静岡店にて行われた「福祉楽市」に行ってきました。

ご自身が作製した品物が並び、お客様がご購入していく様子を見て、とても嬉しそうでした。



### 【愛護ギャラリー展】

12月15日（金）、グランシップの展示会へ、出展した作品を見に行きました。

ご自身の作品が額に入り、多くの方々に観ていただけることを知り、とても誇らしげでした。



# 2月の健康コラム

健康コラム



～感染予防に重要な「衛生的手洗い」とは～

手指は病原微生物の伝播媒体の1つです。

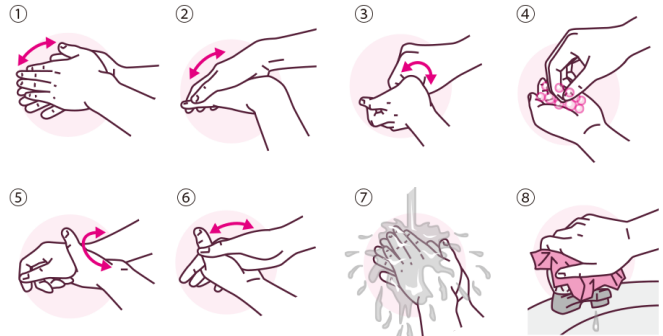
つまり、石けんを用いた手洗いを正しく行うことで交差感染を防ぎ、支援者と利用者を感染から防御することができます。衛生的手洗いとは、対象の皮膚や粘膜に触れる支援を行う前の手洗いのことです。

手指の皮膚表面にみられる汚れを除去するとともに、

感染の原因となる有機物や大腸菌および黄色ブドウ球菌などの通過菌を除去し、接触感染を防ぐことができます。

## 【手洗い方法の正確な手順】

1. 手のひらと手のひらをすり合わせて洗います。
2. 手の甲をもう片方の手のひらで洗います。
3. 親指をもう片方の手で包み、もみ洗います。
4. 指先をもう片方の手のひらで洗います。
5. 両手首を洗います。
6. 指を組んで指の間もていねいに洗います。
7. 両手の指先を上に向けて、流水で洗い流します。



15秒は水で洗い流すようにしましょう！

正しい手洗いをすることで感染予防の効果が期待できるので意識して実践していきましょう！

## 2月の本部献立紹介

### 【材料(1人分)】

|            |        |
|------------|--------|
| 豚肉(もも)スライス | 12g    |
| 揚げかまぼこ     | 8g     |
| ごぼう        | 20g    |
| にんじん       | 10g    |
| 糸こんにゃく     | 20g    |
| サラダ油       | 1g     |
| もやし        | 20g    |
| 昆布だし       | 0.4g   |
| 醤油         | 3g ☆   |
| 砂糖         | 2g ☆   |
| みりん        | 1g ☆   |
| 酒          | 1g ☆   |
| 塩          | 0.2g ☆ |



調理部より

### 浦上そぼろ

宣教師が長崎に伝えた浦上地区の郷土料理です。  
ちゃんぽんに次いで、長崎の給食では定番の献立です。



### 【つくりかた】

- 1 豚肉、揚げかまぼこは細切りにする。
- 2 ごぼうは、ささがきにし、下ゆでしておく。
- 3 にんじんは千切りにし、糸こんにゃくは食べやすい長さに切っておく。
- 4 鍋にサラダ油を熱し、豚肉を入れて炒める。  
そこへ、にんじん、糸こんにゃく、揚げかまぼこ、もやし、ごぼうの順に加えていき、火の通りにくいものから炒めていく。
- 5 全体に火が通ったら、☆を加えてサッと煮る。

## 2月行事予定

・3日(土) 節分の会

## 虐待通報・苦情受付

12月の通報は0件です

各種お問い合わせ 054-278-7018

担当者:渡邊博代 久保真理

ホームページあります! [明光会 静岡](#) クリック!