ルーチェ便り

社会福祉法人 明光会　ルーチェ仰陽　通所　～９月号～　令和５年８月 20 日

酷暑の毎日がつづきますが、いかがお過ごしでしょうか。
６/１にオープンした明光會館レキシア鷹匠一階のカフェでは、
猛暑に沁みるおいしいスイーツやドリンクを多数ご用意しております。
お出かけの際にはぜひ涼みにお立ち寄りいただければと存じます。
夏の暑さに体調を崩されませんように、ご家庭においても体調にお気をつけください。

社会福祉法人 明光会　　理事長 寺田千尋

« ルーチェ仰陽 活動の様子 »

『第６３回 明光会 文化祭』
今年のルーチェ仰陽のテーマは「春夏秋冬」。
春は「春の小川」を歌い、夏は「海」をギター演奏に合わせて波を表現、
秋は「もみじ」をギター演奏に合わせて踊り、冬は「きよしこの夜」をハンドベルで演奏しました。
大きな舞台の上に立ち、全身で表現し拍手をいただきました。

お薬手帳　災害時に持ち出す準備はできていますか

健康コラム

みなさんはご自分やご家族が飲まれているお薬の名前をご存じですか？
またいつどの薬を・何錠飲むか正確に伝えることができますか？
災害時大切なお薬を持ち出せなかった場合、お薬手帳は災害時診療録（カルテ）の補助になり、病院や避難所などでお薬が受け取ることができます。
お薬手帳は普段受診の時に使いますので、コピーを取り災害時に持ち出す荷物の中や、お財布、免許証などと一緒に持ち歩いてもよいでしょう。
また最近はスマートフォンにお薬手帳の機能もありますので活用できますが、災害時はスマートフォンの破損、紛失、充電切れなどが起こりえるので注意が必要です。
現在飲んでいるお薬も１週間分ほど荷物と一緒に保管し、新しいお薬と入れ替えるのもよいと思います。またお薬手帳は災害時だけでなく、交通事故や大きなけがをしたとき飲んでいる薬が分かれば早い対応・治療ができます。
お薬手帳は１冊で受診したすべての病院のお薬がわかるよう、受診先・薬局へ提出し処方された薬の記録をはってもらいましょう。

９月分の本部献立紹介▸芋煮

調理部より

島根県の郷土料理　里芋のおいしさを生かした秋の味覚
津和野の郷土料理。あぶり小鯛でダシをとり、里芋と吸口のゆずを入れる。
客人への振る舞いや楽しみの場に欠かせない秋の風物詩。
古くは鉄鍋で大量につくり、農作業の合間に煮返して食べたと言われている。
青野山麓にある笹山という地区でできた里芋は昔から絶品と言われている。

分量 ： １人前

あま鯛（あぶり鯛）20g
里芋70gあま鯛
昆布（だし）
薄口しょうゆ小さじ１弱
濃口しょうゆ小さじ１／３
春菊5g
ゆず少々

1. 里芋は皮をむき、食べやすい大きさに切ってゆで、あくを流す。
2. 昆布だしで気長く煮含める。とろ火で2～3時間程度。
3. 小鯛のあぶったものを準備し、身をほぐしておく。
   または鯛を焼いてほぐす。
4. 芋が十分にやわらかくなったら、鯛のほぐし身と調味料を加え、味をととのえる。
5. お椀に芋煮を入れ、好みで手でちぎった春菊とゆず皮を飾る。

９月行事予定

・1 日（金）　総合防災訓練
・9 日（土）　開所日
・13 日（水）　歯科検診
・18 日（月）　敬老の日／開所日

虐待通報・苦情受付

７月の通報は０件です

各種お問い合わせ　054－278－9098
担当者：川村真由美
ホームページあります！　明光会　静岡　クリック！