あしくぼ新聞

社会福祉法人 明光会 ヴィヴァーチェあしくぼ・フォルテあしくぼ

~12 月号~ 令和 5 年 11 月 20 日

暮秋の侯、ますますご健勝にお過ごしのことと存じます。

さて、去る11月5日に実施いたしました明光祭では、ご多用のところ多くのご利用者様・ ご家族様・ご関係者様にご来場賜り誠にありがとうございました。

4年ぶりにツインメッセ静岡での明光祭の開催となり、活気あふれる一日となったことは ひとえに皆様の温かいご支援の賜物と、厚く御礼申し上げます。

今後も変わらぬご厚誼を賜り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

活動の様子

令和5年10月9日(月)に絵画教室、11日(水)にお誕生日会、14日(土)に第63回運動会を実施しました。競技種目は、ホール・イン・ワン、玉入れ、大玉転がし、お菓子取競争、選抜リレーです。全員参加型なので、利用者様皆様が参加できました。楽しいひと時を過ごした様子で、来年はいつですか?と嬉しい声をたくさん聞きました。また、26日(木)にはインフルエンザ予防接種を希望される利用者様に接種を行いました。











運動会プログラム の表紙の挿絵作 成者の表彰を会 長先生から頂きま した。

運動会が始まりホールインワンの所定の位置に集まりました。



12月の健康コラム

~40歳以上になったら、便潜血検査を受けましょう!~

当施設では、40歳以上の入所利用者様に年1回の便潜血検査を受けていただいています。

今年度も12月に実施を予定しています。

<便潜血検査とは>

便の中に含まれる微量の血液の有無を調べる検査です。大腸がんのふるい分けに有効とされています。

<何がわかるの?>

大腸ポリープ、大腸がん、炎症性の腸の疾患、などがわかりますが、痔などがあると陽性になることがあります。

<なぜ40歳以上なの?>

大腸がんの死亡率が40歳から増え始め、50歳から急増するためです。

※便潜血検査は一度陰性だったからと言って大丈夫ということはありません。毎年受けるようにおすすめします。

※陽性となった方が精密検査を受ける率が低いのもこの検査の問題点です。

陽性となった場合は「痔があるから」など自己判断せず精密検査を必ず受けるようにしましょう。

早期発見・早期治療で元気に毎日を過ごしましょう。

12月分の本部献立紹介

はちはいじる **八杯汁**



法事やお祝いの席で食べられる精進料理です。一丁の豆腐で8人分作れる事やあまりにおいしくてたくさん(八杯)お代わりしてしまうことから名付けられたなどと言われています。八杯汁に入れる豆腐を細く切るところに特徴があります。

材料 (1人分)

乾燥しいたけスライス	l g
しめじ	I5g
まいたけ	l5g
絹ごし豆腐	20g
山芋(すりおろす)	I0g
だし汁	200g
薄口醬油	2g
塩	0.2g
三つ葉	3g

つくりかた

乾燥しいたけは洗って水で戻しておく。(戻し汁も使用)しめじ・まいたけは石づきを取り、小房に分ける。

鍋に煮だしとしいたけの戻し汁を入れ、しいたけ・しめじ・まいたけを加え

10 分ほど煮込む。 細切りにした豆腐を加え、2 分ほど煮込み、醬油・塩で調味する。

すりおろした山芋を加えひと煮立ちさせて出来上がり。

お椀に盛り付け三つ葉を飾る。





行事予定

12月 2日(土) 福祉楽市見学

7日(木) 歯磨き指導

14日(木) 雙葉中・高クリスマス慰問

22日(金) お誕生日会 14 時降所

27日(水) 職員会議 14 時降所

28日(木) 工賃支給式

29日(金)~3日(水) 年末年始休所日

※1月については予定表にてお伝えします。

<u>虐待通報·苦情受付</u>

◎ヴィヴァーチェあしくぼ(窓口:勝間・望月)10月の苦情受付・虐待通報件数は、0件でした。

◎フォルテあしくぼ(窓口:山本)

10月の苦情受付・虐待通報件数は、0件でした。

各種お問い合わせ(296-0089) 担当者:(梅下茂典)

ホームページあります! 明光会 静岡 クリック!