

さんあい! 便り

社会福祉法人 明光会 ファミリーユさんあい ~2月号~ 令和4年1月20日

最近になり、コロナウイルスの感染が再拡大しております。引き続き事業所では「手洗い」「うがい」「消毒」への支援を行い、予防に努めていきます。ご家庭においても体調に気を付けて下さい。

さて、当法人では県庁東館2階にある「喫茶ぴあ〜」を、さらに多くのお客様にご利用いただけるように、令和4年1月6日より店舗面積を拡大し、リニューアルオープン致しました。

感染対策を実施して、営業しております。席の予約も可能ですので、お誘いあわせの上、ぜひご来店ください。

社会福祉法人明光会 理事長 寺田 千尋



令和3年11月29日
オレンジマラソンの記録会
に参加をしました。
皆さん全力で取り組み、表彰
の際はとても誇らしげにし
ていました!

令和3年12月21日に大
岩のGHで、24日には本
部のGHでクリスマス会
を開催しました。

クリスマスの特別なお料
理やケーキに心が弾みま
す♪
とても楽しい時間を過ご
しました。



風邪からの中耳炎に注意!!

健康コラム

寒さも本番! 風邪をひくことも多くなります。風邪のウィルスが中耳まで入ってしまい中耳炎を発症することがあります。

＜予防するためには＞

- ・手洗い、うがい、マスクの着用を継続して行い、感染症を予防する。
 - ・ストレスや疲れをためると免疫力が下がり風邪にかかりやすくなります。睡眠時間をたっぷりとり体を休めましょう
 - ・鼻をすすると鼓膜が中耳側に引っ込むため、浸出性中耳炎や、真珠腫になりやすいと言われています。鼻をすする癖のある人はあまりすすらないように気を付けましょう。
 - ・鼻を強くかむと鼻水が耳管に入ってしまいます。鼻をかむときは耳がポーンとなるほど強くかまないようにしましょう。鼻水はティッシュで軽く拭くか、優しくかむ程度にしましょう。
- これらに注意し、冬を元気に乗り切りましょう。



2月の本部献立紹介

調理部より

岐阜県の郷土料理からは野菜と共に鉄板で炒めた「鶏ちゃん焼き」を紹介します。

★材料

- ・鶏もも肉 200g
- ・キャベツ 1/8個
- ・サラダ油 小さじ1
- ・味噌 大さじ2
- ・みりん 大さじ1
- ・砂糖 小さじ2
- ・醤油 小さじ1
- ・ニンニク 1片
- ・唐辛子 1本

★作り方

- 1.食材をそれぞれ一口大に切る。
- 2.鶏肉を調味料で20~30分ほど漬け込む。
- 3.フライパンに油をひき、鶏肉を焼く。
- 4.キャベツを加え、しんなりするまで炒める。



行事予定

〇2月

- ・上旬 体重測定
- ・11日(金) 建国記念日
- ・5日(土)・12日(土)・19日(土)
買い物外出
- ・23日(水) 天皇誕生日

〇3月

- ・21日(月) 春分の日
- ・24日(木) 防災訓練

虐待通報・苦情受付

◎窓口は、吉澤洋子です。

12月の虐待通報件数は、0件でした。

12月の苦情受付は、0件でした。

各種お問い合わせ:054-278-8568

担当者:吉澤洋子

ホームページあります! [明光会 静岡](#) クリック!