

LavoroMizuho

社会福祉法人 明光会 LavoroMizuho

～8月号～ 令和5年7月20日

セミの鳴き声に夏の到来を感じさせられる今日この頃ですが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。明光會館レキシア鷹匠がオープンして1ヶ月が経とうとしています。1階にはカフェもありますので、お気軽にお立ち寄りください。

今後も、職員一同、より一層ご利用者様の支援に取り組んでまいりたいと思います。これから厳しい暑さがやっけてまいりますので、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

交流スポーツ大会参加・文化祭の練習風景

令和5年6月23日(金)「第46回中部地区交流スポーツ大会」が清水総合運動場で(福)明光会と他の事業所と合同で運動会を行いました。大玉転がし・玉入れ・順送球、お菓子取り競争、混合ルー、ティーボールと1日を通して思い切り体を動かし楽しむことが出来ました。

7月21日(金)市民文化会館で開催される文化祭に向けて、練習を行っています。



虫刺されにご注意ください

健康コラム



夏は虫に刺されることが多くありますが、なかでも蜂・ダニは種類によっては重篤な症状を起こすこともありますので注意が必要です。

<蜂に刺された場合>

蜂に刺された場合は瞬間的に痛みを感じ、赤く腫れてきます。

蜂の種類によっては、刺されたことでアナフィラキシー症状を起こすこともあります。

(皮ふの赤み・腫れ・かゆみだけでなく、息苦しさ・意識レベルの低下など)

アナフィラキシーを疑う症状があるときは救急車を呼びましょう。

そのような症状がなくても蜂に刺されたと思われるときはすぐに病院を受診しましょう。

<マダニに刺された場合>

マダニは屋外、特に公園、畑、山道など草むらの多い場所に生息します。

刺されると赤く腫れて炎症を起こしますが、かゆみがないので気がつくのが遅くなることがあります。

皮ふに丸く膨らんだマダニを見つけ病院へ来る方が多いです。

マダニが持っている細菌で感染症を起こす可能性や、命にかかわる病気を

引き起こすことがあります(重症熱性血小板減少症候群)

皮ふについたマダニは無理にはがさず必ず病院を受診しましょう。

虫が多く生息する場所に行く際は、長そで・長ズボン・くつ下・帽子の着用
首にタオルを巻く・虫よけ剤の使用など刺されない工夫をしましょう

8月分の本部献立紹介

材料(3~4人分)

ゴーヤ 1本(280g)

豚肉(しょうが焼き用)130~150g

木綿豆腐 1丁(300g)

卵 2コ

サラダ油

塩

こしょう

しょうゆ大さじ 1/2

黒こしょう(粗びき)適量

作り方

1. ゴーヤは縦半分に切ってワタと種を除き、2~3mm厚さに切る。豚肉は1~2cm幅に切る。豆腐は紙タオルで水けを押さえ、卵は軽く溶く。
2. フライパンにサラダ油大さじ 1/2 を強火で熱し、豆腐を大きくちぎって並べる。塩少々をふり、全体を焼きつけて皿に取り出す。
さわらずに焼き色をつけてから返し、しっかり熱くなるまで火を通します。
3. フライパンにサラダ油大さじ 1 を足し、ゴーヤを広げて塩小さじ 1/2~2/3 をふる。少ししんなりとして色鮮やかになるまで炒め、**2**の皿に取り出す。
ゴーヤもあまりさわらず、焼き色がついたら上下を返します。
フライパンにサラダ油大さじ 1/2 を足し、豚肉を広げ入れ、塩小さじ 1/4、こしょう少々をふる。
4. 肉の下側に焼き色がついたら **2** を戻し入れ、しょうゆ大さじ 1/2 を鍋肌から回し入れる。
材料を別々に焼き炒めてから合わせるのが、土井流チャンプルー。
水けが出ることもなく、シャキッとふんわりまとまります。
5. 溶き卵を2回に分けて回し入れ、そのつど上下を返してざっと混ぜる。器に盛り、黒こしょうをふる。



調理部より

8月行事予定

・19日(土) 開所日

・31日(木) 工賃支給式

虐待通報・苦情受付

6月の通報は0件です

各種お問い合わせ:054-266-7004 担当者:巻本真也子

ホームページあります! [明光会 静岡](#) クリック!