

# citta 便り

社会福祉法人 明光会 citta ~1月号~ 令和5年12月20日

師走も半ばを過ぎ、街ゆく人も忙しげに行き交うようになりましたが、お変わりなくお過ごしのことと存じます。

本年も、当法人の運営ならびに活動へのご理解とご支援・ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

2024年も、より一層のご支援、お引立てを賜りますようお願い申し上げます。

ご多忙の折、お身体にお気をつけて良き新年をお迎えください。

社会福祉法人 明光会 理事長 寺田千尋

citta をご利用いただきありがとうございました。

来年もよろしく願いたします。



松坂屋にて開催された華道展を見学。  
華道の世界感を観て新しい発見がありました



帰り道にイルミネーションを発見！



レキシア1階  
「トロワ」の  
店内を見学。



寒さを感じる季節になってきました。  
防寒対策をしっかり行い、体調の変化  
にも注意していきます



学習にも真剣に取り組んでいます



お友達の分のお片付けを  
すすんで行ってくださいました。  
思いやりの心、素敵ですね。



# 1月の健康コラム

健康コラム

～感染性胃腸炎に注意しましょう!～



この時期はノロウイルスによる感染性の胃腸炎が多くなってきます。

症状としては嘔吐・下痢・腹痛・発熱が1～2日程度続いて回復に向かいますが、

症状が消えても数日～1か月程度糞便とともにウイルスが排出される為、家庭内に広がってしまうことがあります。

症状が良くなっても、トイレの後や、調理の前などは石鹸を使った30秒以上の手洗いを心がけてください。

## 【嘔吐や糞便の処理方法】

・必ず手袋、マスク、(可能ならアイガード)を着用して直接接触らない。

・消毒はノロウイルスに対して使用しても効果がありません。

500mlのペットボトルに漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)キャップ2杯と水を入れて消毒してください。

・嘔吐による飛沫は辺りに飛ぶので広範囲に消毒してください。

・汚れがあると消毒効果が薄れるので、汚物を処理した後に再度の消毒も重要です。

・金属類に次亜塩素酸ナトリウムを使用すると錆が発生しやすくなるので、消毒後は水拭きを行ってください。

※以上に注意し、家庭内・施設内で感染が広がらないように、迅速に医療機関へ受診しましょう。



## 1月分の本部献立紹介

### エビ豆

大豆と小さいエビを煮た料理です。

「エビのように腰が曲がるまで、そしてずっと、マメに暮らせるように」と、

お正月のおせち料理などに食されています。

川エビである「スジエビ」は琵琶湖で一年中収穫出来るので、

日常食、保存食としても親しまれています。



調理部より



### 材料

スジエビ	200g
大豆	200g
(ゆで大豆	500g)
薄口醤油	1/2 カップ
砂糖	2/3 カップ
酒	1/4 カップ
みりん	大さじ2

### 作り方

- 1 一晩塩水につけた大豆を、柔らかくなるまで茹でる。
- 2 鍋に醤油、砂糖、酒を煮立たせ、そこにスジエビを加える。
- 3 エビの色が変わったら豆を入れて、再び沸騰したら、弱火で20分ほど煮る。
- 4 煮汁がなくなったら、みりんを入れて、もう一煮立ちさせる。

## 行事予定

- 1月
- ・初詣

## 虐待通報・苦情受付

11月の通報は0件です

各種お問い合わせ 054-270-7103

担当者:富田 浩子

ホームページあります!

明光会 静岡

クリック!