

Lucia 便り

社会福祉法人 明光会 Lucia ～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てまいりますので、ご家庭においても体調にお気をつけてください。

社会福祉法人 明光会 理事長 寺田千尋

喫茶ぴあ～周年祭・静岡県立美術館へ行ってきました

喫茶ぴあ～の周年祭へ行きました。たくさんのお菓子があり「どれにしようか」と、とても迷われている姿が印象的でした。ドリンクの注文をして、冷たい飲み物を飲みました。



trois のご利用者様と一緒に、静岡県立美術館で開催されていた「センス・オブ・ワンダー」を鑑賞してきました。特に絵画作品に興味がある様子で、集中して鑑賞されていました。



音楽活動

音楽に合わせて手や足、ボールを投げるなど楽しく体を動かす活動を行っています。



絵画活動

様々なツールを使い手型アートやちぎり絵などを制作しています。



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、黒こしょう適量をふる。



調理部より

行事予定

- 8月
- ・夏の外出(松坂屋様アクアリウム)
- ・夏祭り

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(054-270-7102)

担当者:見崎いづみ

ホームページあります! [明光会 静岡](#) クリック!