

# Lucia 便り

社会福祉法人 明光会 Lucia ~11月号~ 令和5年10月20日

日増しに秋が深まり、朝晩は肌寒さを感じることも多くなりましたが、お元気でお過ごしでしょうか。さて、来る11月には、第63回社会福祉法人明光会 明光會館レキシア鷹匠開所記念明光祭を開催致します。

利用者様も張り切って準備を進めておりますので、皆様ぜひお誘いあわせの上お越しいただければ幸いです。

季節の変わり目ですので、皆様体調を崩されませんようご注意ください。

社会福祉法人 明光会 理事長 寺田千尋

## お月見の会と敬老会を行いました。

9/15のお月見の会では鷹匠にある和菓子屋さんへおはぎを買いに行きました。いろいろな形や色をしたおはぎを見て、「きれいだね」「おいしそう」「かわいいね」などと、目をキラキラさせてお話をされていました。

敬老会では、troisの皆さんから、お祝いカードのプレゼントをいただきました。恥ずかしそうな表情もされていましたが、とても大事そうにカードを受け取られていました。



## 11月の健康コラム

健康コラム

～インフルエンザの感染拡大に注意しましょう～

今年、行動制限やマスク着用の制限がなくなってから、初めての冬を迎えます。冬は感染症の多い季節となりますが、今年9月初めごろよりインフルエンザが流行期に入り、異例の速さで感染の拡大がみられています。

施設の入所者様、通所部署の希望者様には10月にインフルエンザ予防接種をさせていただきました。施設の中では、集団で活動することが多いため、感染リスクも高くなると予想されます。予防接種をまだ受けていない利用者様においては、体調に問題がなければ、接種をご検討ください。また、コロナウイルスについても、症状は個人差が大きく、後遺症なども問題視されてきています。引き続き感染対策をお願いいたします。

<感染対策のポイント>

- ・手洗いの徹底
- ・状況によるマスクの着用等の咳エチケットの徹底

### 11月分の本部献立紹介

#### 【けんちょう】



調理部より

薄切りの大根と人参、崩した豆腐を油と一緒に炒め味付けし、汁気がなくなるまで煮込んだものです。基本の具材は大根、人参、豆腐ですが、地域や家庭によって肉やこんにゃく、ごぼう等の具材を加えることも多いようです。

#### 【材料 (1人分)】

大根	115g	
人参	17.5g	
里芋	25g	
こんにゃく	17.5g	
鶏肉	10g	
サラダ油	1.5g	
豆腐	35g	
だしiriこ	0.8g	
しょうゆ	8g	A
みりん	2.5g	A
砂糖	1.5g	A

#### 【作り方】

- 1 大根と人参はいちょう切りに、里芋は乱切りにする。こんにゃくは一口大の短冊切りに、鶏肉は一口大に切る。
- 2 鍋にサラダ油を熱し、1を入れて炒める。
- 3 食材に火が通ったら、水気を軽くきった豆腐を手でくずしながら加える。
- 4 Aを入れて、味をととのえる。



### 行事予定

- 11月
- ・明光祭
- ・施設防災の日
- ・紅葉狩り
- ・県庁展望台散歩

### 虐待通報・苦情受付

9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!