

# Lapin 便り

社会福祉法人 明光会 Lapin ~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

## 新学期が始まりました

プログラミングの上達の近道は、  
毎日コツコツ取り組むことです



季節の果物「ぶどう」の  
制作を楽しみました



英会話のレッスンは、徐々に  
レベルアップしています



学習を終えた後は、駿府公園  
へ遊びに行きました



夏休みから飼育を始めたザリガニの「はんなちゃん」餌やりと水換えも欠かせません



## 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、今年は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

### 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 054-270-7103

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!