

愛のたより

No. 147 令和 2年 11月 20日 発行号
 社会福祉法人 和枝福祉会「愛」 〒226-0021 横浜市緑区北八朔町 1777-6
 TEL045-931-9595 fax045-931-9682
 メールアドレス kazu-ai@vega.ocn.ne.jp
 ホームページアドレス <http://www.kazuefukushikai.jp>



しゅさ あいさつ 主査よりご挨拶



2020年のカレンダーを見てみると、早いもので今年も残すところ1か月半となりました。コロナ禍で気鬱む情報の多い今日この頃ですが、世間のニュースに目を向けると、流行語大賞やプロ野球の日本シリーズ、紅白歌合戦の話題など、例年お茶の間を和ませてくれる話題もあります。皆さんそれぞれの趣味嗜好はあると思いますが、何か1つや2つでも、自分の気持ちを盛り上げてくれることが見つかると思います。そこで、私がラジオで耳にした嬉しい情報によると、世界はコロナ禍ですが、今年もクリスマスにはサンタがみんなのところにやってくるそうです。そして日本の子ども達向けですが、公認サンタクロースがお手紙を発表しています。その一節をご紹介します。『(前略)・・・今は世界中の子どもたちが大変つらい時を過ごしている。じゃが、よく考えてみておくれ。今、この大変な時にこそできること、そして楽しめることもあるのじゃないかな。(中略)・・・クリスマスに向けて毎日を元気に、そして家族や友達に思いやりを持って過ごしておくれ。サンタはいつも君のことを、遠いフィンランドのラップランドから見守っているぞ』サンタより心をこめて。私自身も改めて、利用者さんや職場の同僚、そして私の家族や友人に思いやりをもって過ごそうと思いました。



きやましようきち
樹山祥吉

がつよ かかつどう しょうかい 10月余暇活動のご紹介

10月31日(土曜日)余暇活動を行ないました。今月の余暇活動から調理が可能となりました。調理を行なう作業班では、感染症対策として、利用者同士の距離を空けることや、消毒を欠かさず行なうよう徹底し、行ないました。今月はハロウィン当日ということもあり、ハロウィンにちなんだ余暇活動を行なっている班も多く見られました。コロナ禍ではありますが、楽しい余暇活動を提供できるよう、企画をしていきたいと思っています。



季節商品のご紹介



～ココアメロンパン 130円～

本店は、12月からココアメロンパンを販売します。ココアの香りとサクサクとした食感を楽しめる商品です。ぜひ、ご賞味下さい。



～焼きいもパイ 160円～

十日市場店より、焼きいもパイの販売を開始しました。焼きいも餡をパイで包み、蜂蜜を塗りました。この季節にピッタリの商品です。



ふゆ 冬に向けて…

なかなか終息が見えない、新型コロナウイルス感染症。この冬には、インフルエンザと新型コロナウイルスの同時流行が心配されています。「発熱のある方は診療お断り」としている医療機関もあり、受診には注意が必要です。同時流行が取り上げられる一方で、日頃の感染対策がインフルエンザの予防になるという声も、マスクや手洗いの徹底などが爆発的な流行を抑えているという見方もできます。

この冬はインフルエンザと新型コロナウイルスに備えましょう！！

手洗いやうがいなど基本の感染対策、食事、運動、睡眠で免疫力を高めて、この冬を乗り越えていきましょう！！

～共通の感染ルート～
接触感染、飛沫感染

～コロナならではの症状～
味覚嗅覚異常（味や匂いが分からなくなる）、息苦しさ

～共通の症状～
発熱、頭痛、のどの痛み、鼻水、倦怠感、筋肉痛や関節痛、呼吸困難、咳、嘔吐、下痢

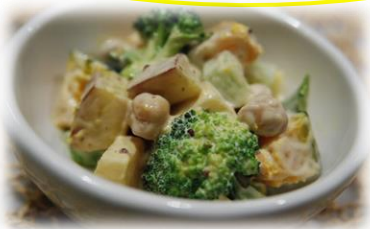
手洗い、うがい、マスクが基本だよ



当施設でも提供しているさつまいものサラダをご紹介します。これを食べて免疫力を高めましょう！！



* 栄養士より *



ビタミンACE（エース）サラダ

【材料】1人分

さつまいも	25g
人参	40g
ブロッコリー	10g
胡麻ドレッシング	10g

【作り方】

- ① 食材を食べやすい大きさに切る。
- ② 材料を茹でる。
- ③ 胡麻ドレッシングであえる。

ワンポイント

- ・さつまいもを南瓜に変えたり、ブロッコリーを胡瓜に変えたりしてもよいです。
- ・旬のりんごを加えるとさっぱりとしますし、ビタミンもアップします。
- ・胡麻ドレッシングで味付けしていますが、マヨネーズやヨーグルトを使ってもおいしく召し上がれます。

