

# 愛のたより

No. 153 令和 4年 9月 30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](mailto: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 主査よりに挨拶

すこ 少すつ、あき すずい かぜ かん 涼しい風を感じられる頃となりました。みな なつやす 夏休みはいかがお過ごしでしたか？  
わが家は夏休み明けです、この夏最大のピンチがやってきました。手洗いに消毒、人混みを避けることを徹底していたはずなのに、とうとうヤツはやって来ました。そう、コロナです。発症日の朝、自分の体調に違和感があったので、手元にあった抗原検査をしました。すると、すぐに陽性のラインが。寝ている妻を叩き起こし、家族に感染させないよう、私はそのまま何も部屋へ移動、隔離となりました。週末には息子とはサッカー観戦、娘とはアニメを観に行く予定をしていたのに全てキャンセル。子どもたちは納得してくれましたが、「コロナなんて嫌い」「早くコロナがなくなれば良いのに」と話すこともありました。10日間の隔離生活では、完全に家族との接触を避け、共用部分は消毒を徹底しました。食事の時は、子どもたちがUber eatsと称して、部屋の前までお弁当をデリバリーしてくれ、ビデオ通話しながら一緒に食事を摂りました。いつでも会話できるよう、リビングと隔離部屋をアレクサで繋いだり工夫はしましたが、それでも長く辛いものでした。しかし、そのお陰もあってか家族には感染せずすみしました。このような経験は、もうしたくないので、今まで以上に気をつけて過ごさなければと感じました。愛でも感染者が激増しているため、班、事業所を閉鎖して、皆様にも様々なご苦労をおかけしています。未だにヤツの『終わり』ははっきり見えていませんが、もう少しの間、我慢と努力を続けて、安心できる日々を取り戻しましょう。引き続き、ご協力の程よろしく願いいたします。

井山智文

## ひなんくんれん ほうこく 避難訓練のご報告



9月15日に避難訓練を実施しました。今回の訓練は、火災が発生した想定で行ないました。利用者の皆さんは、ハンカチを口に当てて、速やかに落ち着いて、避難をすることができました。また、各作業班に戻り、振り返りや消火器の使用方法について学びました。地震や台風、豪雨など天災はいつ、どこで起こるかわかりません。訓練や備えをして、防災の意識を高めていきましょう！！

ハトポッポ市ヶ尾店も防災訓練に参加しました。



# あき 秋のレシピ



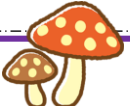
夏の疲れが出るこの時期におすすめのレシピです。「豚バラ肉」と「にんじん」を使った一品！豚バラ肉で、疲労回復・滋養強壮に効くビタミンB<sub>1</sub>、血行促進作用、一緒に使用する人参には、美肌効果やむくみ解消などの効果もあり、油と一緒に摂ることと栄養の吸収率が上がります。

## 材料 (2人分)

- 豚バラ肉 (焼肉用) 250g
  - にんじん 3/4本
  - 長ネギ 1/2本
  - 塩 小さじ1/4 (1.5g)
  - コショウ 少々
  - 片栗粉 大さじ1 (9g)
  - サラダ油 大さじ2 (24g)
- <合わせ調味料>
- 黒酢 (酢でもOK) 大さじ3 (45g)
  - 砂糖 大さじ1 (9g)
  - 醤油 大さじ1 (18g)
  - 酒 大さじ1 (15g)
  - 黒コショウ 少々
  - 水 大さじ2 (30g)

## ★豚バラ肉の酢豚風炒め★ 作り方

- ①にんじんは5cmの長さで棒状にカットし長ネギは斜め薄切りにし、豚バラ肉に塩(1.5g)とコショウを少々ふり、片栗粉(9g)をまぶす。
  - ②フライパンにサラダ油(24g)を中火で熱し、豚肉、にんじんを広げ入れる。時々上下を返ししながら約4分揚げ焼きにし、余分な油をふき取る。
  - ③ねぎを加えてさっと炒め、合わせ調味料を回し入れとろみがつくまで絡めながら1分炒めて完成。
- ※好みによって、お酢は調整してくださいね。♡きのこを入れてもOK!



# 9月余暇活動のご紹介



9月10日(土)余暇活動を行ないました。コロナ禍で制約のある中での活動となりましたが、季節感を取り入れたり、各作業班毎で工夫を凝らして、利用者の皆さんが楽しめる活動を提供しています。



# 新商品のご紹介!!

新商品の商品化に向けて  
 考案中です。お楽しみに!



～ プリオッシュあんバター 170円えん ～

十日市場店からの新商品です。プリオッシュ生地に、あんことバターをサンドしました。あんこの風味と濃厚なバターがマッチしています。是非、ご賞味ください。

