

フレンディア

No. 198

【発行】

社会福祉法人なかま福祉会

みつ き

〒536-0013

大阪市城東区鳴野東 1-6-25
TEL06-6968-9503
FAX06-6967-9513

発行責任者 平尾 幸子

編集責任者 佐々木 千賀子

☆自分をまもることが、みんなをまもること☆

コロナウイルス第三波が日本中を覆っています。医療現場がいつそう厳しい状態になっています。

世界各地では、従来とはちがった変異ウイルスも発見され、日本にも上陸しています。海外に滞在しなくても、海外からの帰国者と接触しなくても、安心はできません。世界はつながっています。水際でウイルスを完全に止めるのは限界があります。

変異ウイルスは感染力が強いと言われています。いつ感染しても不思議ではありません。職場でのクラスターも増えています。感染が一番起こりやすいのは「飲食」の場で食事をするときはマスクを外しますので飛沫(ひまつ)が飛びやすくなります。「みつ

き」でも、昼食を食べるときは話をしないように、黙って食べましょうね。食事を終わってマスクをしてから話をしましょう。また、話をするときに必要以上に大きな声を出すのは飛沫が多く飛ぶ原因となりますので気をつけましょう。

自分が感染すると、自分だけでなく、まわりの人も感染の危険にさらします。まず、自分が感染しないことを心がける！それが、まわりの自分の大事な人をまもることにもなるのです。



佐々木千賀子

2月予定表

16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
		公休	公休		建国記念の日				公休	公休			職員会議		
				28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17
				公休	公休				天皇誕生日		公休	公休			ケース会議

☆ 親子丼 ☆

利用者様、職員とも元気に新年を迎える事ができました。さて、今年最初のみつきでの昼食調理は1月7日でした。「年末年始と、皆さんご馳走たくさん食べられたかな？七草がゆにしようかな？」でも、おかゆでは午後の作業に元気がでないかな？」などと考え、シンプルだけど胃に優しいような「親子丼とお吸い物」に決めました。

鶏肉に玉ねぎ、60個の卵をとき入れる出汁の味はこの位で大丈夫かな？ 大きなお鍋に32人分の具を一気に作り、どんぶりに盛り付けました。

お吸い物は、春を感じる菜の花と大根、お餅のかわりに「もち麩」をいれて。なかなかダイナミックな調理でしたが、皆さんもダイナミックに食べて下さり作り甲斐がありました。

木村 友香

☆ 今回はフレンチ ☆

1月14日大阪府にも緊急自休宣言が発出され、みつきでも屋外での行事はもちろん、買い物なども5〜6名で行っていたのが1、2名に減らすなど何かと制限のある日々が続いています。それでも内職の方はおかげさまで盛況のまま、事業所内は新年早々活気にあふれています。

さて1月14日の手作りランチは鮭のムニエル、今回も「美味しい！」の声を頂きましたが、何分淡泊な味わいのせいか、やや盛り上がり欠ける気がしました。

次回はガツンとポリューミーなメニューを用意しますのどうぞご期待下さい。



吉川 猛

☆ 極寒の大阪城で、みんながんばりました！ ☆

1月8日、恒例の大阪城敷地内の除草作業が行われ、スタッフ2名利用者さん6名で参加しました。

その日は噴水の飛沫が風にあおられ路上で凍っているこの冬一番の寒さ！ とうなるか心配でしたが、いざ始めると多少凍っていても寒さなんか何のその、黙々と作業が行われ、休憩を取りながら頑張っていると、見る見るうちに雑草はなくなりました。

お昼は楽しい弁当タイム！ですが……

「太陽が無い！」

でもみんなで食べたなら最高、日陰で震えながら美味しくいただきます。

昼からの作業は早めに行い15分位早めに終了、疲れてるはずなのに明るい利用者さん達の姿にスタッフも明るくなりました。今回も無事終わってホッとひ

と安心、皆さん本当にご苦労様です。

来月もいっしょに雑草をやっつけよう！



中村 哲郎

☆ 平均工賃11月分 ☆

就労支援B型（屋内軽作業）

10、161円

生活介護（屋内軽作業）

3、048円

就労支援B型（施設外就労）

38、300円

☆ 手作り焼き豚と味付玉子のご飯です！ ☆

1月21日、ランチに焼き豚を作りまし

まず、豚ロース肉のブロックをタコ糸で縛って下ごしらえ。フライパンにサラダ油を多めに入れて、タコ糸で縛った豚肉を炒めます。全体に焦げ目がつくまでよく炒めるのがコツです。

次に、醤油とみりんに香り付けの野菜や生姜を加えたタシで煮込みます。家にある余った野菜を活用できます。野菜って、皮やヘタなど捨てる部分に栄養があるそうです。

大きな鍋で煮込んだ10個の豚肉ブロック！ 野菜の自然な旨みが入り込んでふっくら仕上がりました。



この野菜タシを使って、次は玉子。ゆで玉子を作って皮を剥きます。皮を剥いた玉子をタシで1分ほど煮て火を止めます。そのまま漬け込むと、香ばしい味付玉子が出来上がります。 ※作り方は4面をご参照！

マイタケを炊き込んだきのご飯に焼き豚と味付玉子を乗っけて一緒にいただきました。ご飯と玉子はお代わりOK。みんな、「おいしいね」とニコニコしながら食べてくれました。さあ、午後からもがんばろう！



佐々木 千賀子

☆ ある日の昼休み ☆

「みつき」では、11時30分に午前の仕事を終了してランチの準備をします。お弁当が運ばれてランチをいただくのが大体11時45分くらい。ランチの後は1時までお昼休み。みんな、それぞれ、思い思いに過ごします。

ある日、「アンパンマン まるパズル」をして遊びました。ボールに空いている様々な形に同じ形のパーツを入れていくという遊びなのですが、みんなですると結構盛り上がります。



利用者のYさんがチャレンジ。「それじゃないよー！」 「あ、それそれ！」 と、外野がわいわい。

ゲームをやり遂げて楽しそうなYさん。写真に撮りたくて、少しマスクをずらしていただきました。素敵な笑顔です。



佐々木 千賀子

☆ 家族会 ☆

今なお新型コロナウイルス感染拡大が続いている状況を受け、安全面を第一に考慮し、2月12日(金)の家族会は中止とさせていただきます。

今後の家族会日程については状況の変化などに応じて、検討し、改めてご案内させていただきます。



施設建設「いっしょに力をかけよう」

日頃は知的障害者の福祉向上にお力添えを賜り誠にありがとうございます。

「施設利用を行いながら職業訓練のできる施設」設立を目指しています。その為、建設用地は私たちが独力で確保しなければなりません。微力な私たちにとって、その資金確保は大事業ですが、多くの方々にご援助を頂き、進展させたいと願っています。

つきましては誠に厚かましいお願いでございますが、私たちの主旨をご理解いただきまして、建設資金募金にお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

(募金振込先)

銀行三井住友銀行

(支店)城東支店

(口座番号)(普) 1370232

(名義)社会福祉法人なかも福社会

理事長 高木 晟



〇「手作りの焼き豚と味付玉子」〇

《材料》 (5人分)

- ・豚肉ロース・ブロック・・・500g
- ・玉子・・・5個
- ・ニンニク・・・5カケ
- A【酒・・・1カップ、水・・・1カップ、醤油・・・1/2カップ、みりん・・・1/2カップ】
- B【セロリ・・・1/2本、長ネギ(青い部分)・・・10センチ、玉ねぎ・・・1/2個、しょうが・・・適量】

・【作り方】

- ① 豚肉ロース・ブロックをタコ糸で縛る
- ② フライパンにサラダ油を多めに入れ、ニンニクスライス(2カケ)を加えて豚肉ブロックを表面に焦げ目がつくまで炒める
- ③ AにBとニンニク3カケを加えて沸騰させ、豚肉ブロックを入れて中に火が通るまで煮詰める
- ④ 肉に火が通ったら取り出し、タコ糸を取り除いて、スライスする
- ⑤ 卵をゆでて、焼き豚を作ったタシに入れてひと煮立ちさせたあと、20〜30分ほど漬けておく

大西 智子

☆アルミ缶、キャップ提供

小玉様

☆アルミ缶、プルタブ提供

村上様

☆段ボール提供

グループホームあかね

☆牛乳パック提供

村上様

☆アルミ缶提供

高山様

ありがとうございます

【インフォメーション】

ご意見・提案・協力につきましては、事業所【なかも福社会 06-6968-9503】までお気軽にご連絡下さい。

多機能事業所(就労B・生活介護)

管理者 平尾 幸子

(サービス管理責任者兼務)

苦情処理

辻川 恵美子

共同生活援助事業所

管理者 大西 智子

サービス管理責任者

増田 新

