



# 長浦地区 社協便り



第 18 号

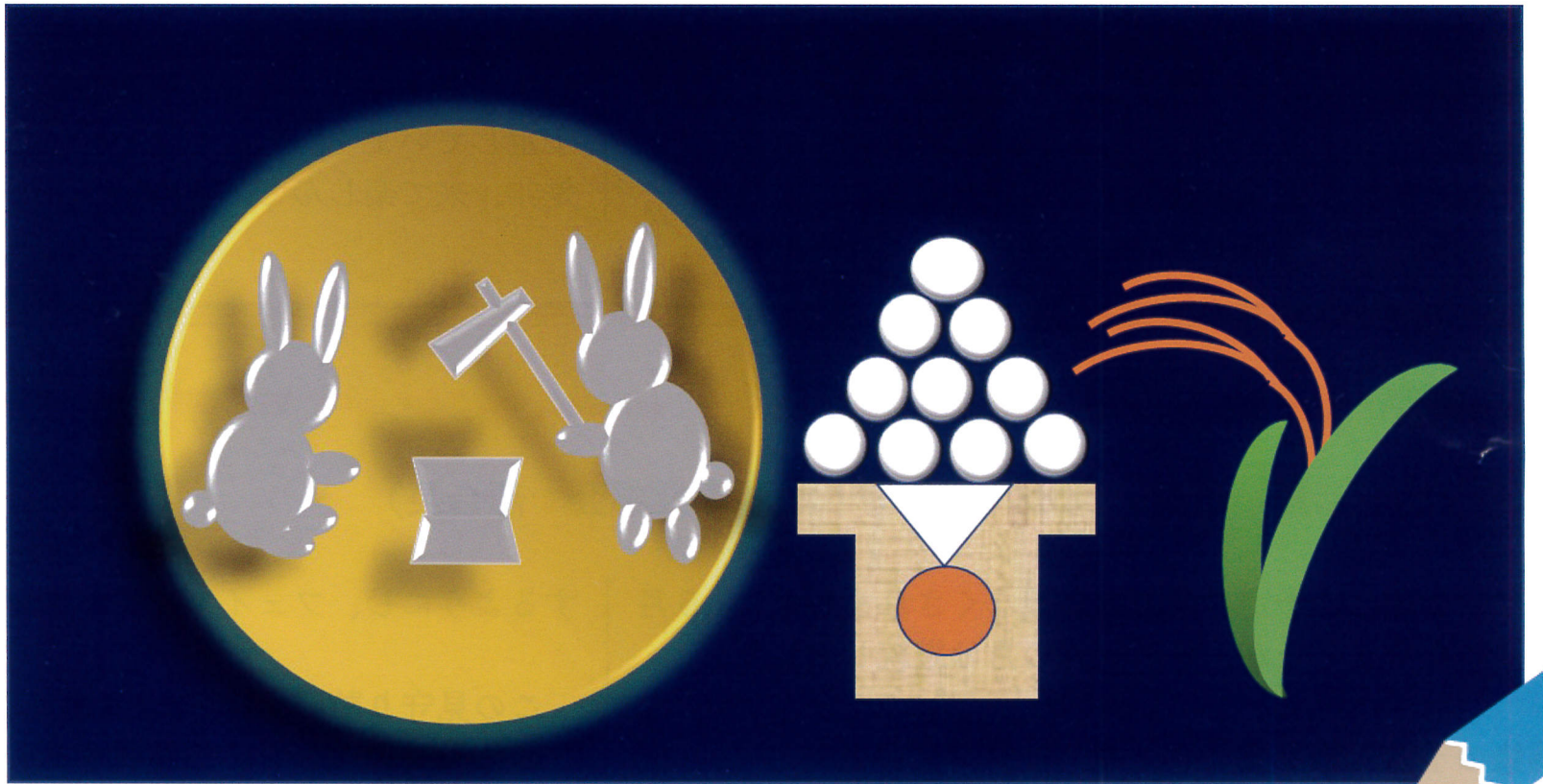
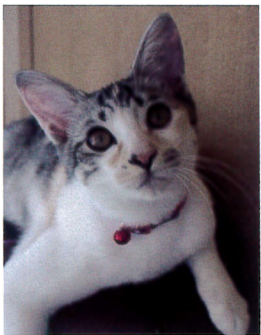
発行日 令和2年9月30日  
発行責任者 長浦地区社会福祉協議会  
会長 森岡 かおり  
連絡先 TEL 63-3888  
(袖ヶ浦市社会福祉協議会)

心ばりの安らぎを！

## 中秋の名月

10月1日

見上げる猫



挨拶 森岡 かおり (長浦地区社会福祉協議会 会長)

初秋の候、皆様におかれましては、益々ご清祥のこととお喜び申し上げます。

日頃より長浦地区社会福祉協議会にご支援、ご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

今年は、コロナウイルス禍により、敬老会やふれあいバスハイクなど殆どのイベントが中止になっております。

「自分と他の人を守る」為に感染予防対策を徹底しながら、見守り活動とサロン活動は行っております。

距離をおいての見守り訪問では、直接お顔を見る事で、

お互い安心する見守りの大切さを改めて感じます。長楽サロンでは、長浦地区の各自治会館で講話や体操、その他を楽しんでいます。さつき台病院の副院長先生や薬剤師の先生方にコロナウイルスの予防対策、健康、役に立つ薬の話などもして頂き、又、活発な質問等も出て、短時間ではありましたが、笑顔の見える有意義な時間でした。

今後も感染症対策には万全を期し、活動を継続していきますので、引き続きご協力をよろしくお願い致します。



## ふれあひ長楽サロン

今年度7月以降



① 7月14日 長浦駅前自治会館  
さつき台病院副院長の講話



② 7月21日 代宿公民館  
薬剤師の講話



③ 8月6日 久保田多目的会館  
薬剤師の講話

\* 上記以外に ④ 8月7日 久保田多目的会館、⑤ 8月25日 浜宿自治会館、⑥ 9月8日 代宿公民館  
⑦ 9月24日 久保田多目的会館で開催しました。

ふれあい長楽サロン 及川 裕子 (サロン事業部会 部会長)

新型コロナウイルス禍の中、4-6月サロンを中止しましたが、7月より再開致しました。

参加者には、3つのお願いをしています。①つ目は、当日家での事前体温測定、②つ目は、マスク着用、③つ目は、健康チェックの記入です。

各会場でも、安心して参加してもらえるように、①各椅子の間隔は広く、②直接対面するときは透明幕を介する、③大声を出さない、④会場の換気を図る等を徹底しています。

身近なところから、地域の人との交流が計れるようにしていきます。

サロンの日程、内容は変更となる場合がありますが、百歳体操、ながうらサブセンターの職員の話、オカリナ演奏等を予定しています。是非、来て楽しんで下さい。



見守り訪問活動 後村 利雄 (見守り訪問事業部会 部会長)

サロンと同じく予定の変更を余儀なくされました。5月は中止になりましたが、それ以外の月は継続しました。

感染の予防対策を充分にとり(サロン活動と同じく)、配布する物品の手渡し(各担当者への)から最終的に届けるまで細心の注意を払っています。各担当者が、品物を届けるときには、ソーシャルディスタンスをとって短時間でお渡し

するようにし、フェイスシールドも携帯しています。

この見守り訪問は、「ひとり暮らし高齢者のご自宅を訪問し、体調や暮らしを直接確認する」という大事な活動です。このコロナ禍が今後いつまで続くのか懸念されますが、中止にならないよう工夫を重ね、地域の安心に寄与できるよう関係者全員頑張ります。



尚、今年度は、① お花見会(6月)、② 敬老会(9月)、③ バスハイク(10月)、④ なごやか交流会等大きな行事、イベントが中止になり誠に残念です。早くコロナ問題が終息し、再開できるよう祈念しています。



**【落花生おこわ】** 秋は落花生。生の落花生は短期間だけの旬の味です。一特に千葉県人にとっては一  
**{材料} (3合)**

- ①もち米 2合、
- ②うるち米 1合、
- ③生の殻付き落花生(茹でて殻を剥いて) 約200g
- \*醤油 大さじ1
- \*酒 大さじ1
- \*塩 一つまみ



**{作り方}**

- ① 米は洗って炊飯器に入れ、水約500ccを入れて、1時間おく。
- ② 殻付きの落花生を、沸騰した湯(塩少し)に入れ、10分茹で、そのまま冷まし、殻を剥く。
- ③ ②を①に入れ、\*の調味料も加え、ざっと混ぜて炊飯スタート。
- ④ 炊き上がったら、落花生が均等になるように混ぜる。食べる时候にごま塩を振りかける。

**{コツ・ポイント}**

生の落花生でつくりますが、茹でた落花生も売られていますので、より手軽に炊けます。おこわが残ったら、冷凍もできます。落花生には、ビタミンEやミネラルが豊富に含まれているので**老化防止効果**が有ると言われています。**美肌効果**も期待できるそうですよ。

