



8月

# おれんじ通信

第107号 令和3年7月25日発行

大槌町社会福祉協議会 生活支援相談員

## こ茶っこでの新たな取り組み・・・花壇に花を植えました。



霧雨が降る中、こ茶っこを利用している住民さんたちと、花壇にいろいろな花を植えました。来年きれいに咲くようにと植えました。自宅に余っているお花があったら、こ茶っこに持って来て植えてもいいですよ。気が付いた方は水やりもお願いします。

八日町公園に住民さんが植えた花です。

皆さん見に来て下さいね

来年もきれいに咲くようにね



## 新型コロナウイルス感染予防

大槌町でも、新型コロナウイルスワクチン接種が始まっています。しかし、ワクチンを接種したからと言って感染しないわけではありません。今一度感染予防を徹底し、『感染しない・させない』ようにしましょう。

- 手を清潔に保ちましょう。石鹸で手洗いを行うか、手指消毒用アルコールで消毒を行いましょ。
- 咳やくしゃみをする人からの距離を保ちましょう。
- 対人距離を確保できない場合はマスクをしましょう。
- 自分の目、鼻、口に触るのはやめましょ。
- 咳やくしゃみをするときは、肘の内側またはティッシュペーパーで鼻と口を覆いましょ。
- 具合が悪いときは自宅にいるようにしましょ。
- 発熱、咳、呼吸が苦しい場合は、医師の診察を受けてください。

○参考：厚生労働省ホームページ

## 【新型コロナウイルスとこころ】

岩手県もワクチン接種が進み、身近な方の接種体験を耳にしているかと思ひます。

今後、新たな変異株には注意しつつですが、現時点（7月12日）で確認されているすべてのコロナウイルス変異株に対しては、程度の差はあれワクチンが有効であることが確認されています。新型コロナウイルスはいずれか「普通の風邪」になっていくだろうと予測されています。このまま更にワクチン接種が若い世代まで進めば本当にそうなるでしょう。

ところで皆さん想像してください。インフルエンザに罹ってもその方を責めたりしないですよ。むしろ「大変だったね」といたわりの声をかけるはず。新型コロナウイルスの感染力は相当強い。誰がかかっても全然おかしくありません。いま、かかった人が少なくても、じきに珍しくもなくなります。「大変だったね」と言える寛容さを持ちませんか。



心の架け橋いわて（こころがけ）  
精神科医師 山中浩嗣（やまなかひろし）

## 今月の「いただきま〜す」～炊飯器でピラフ～

### ～材料～

- ・米2合
- ◆玉ねぎ 1/2 個
- ◆人参 1/2 本
- ◆白ワイン又は酒 大匙2
- ☆ウィンナー 4～5本
- ☆コンソメ 1個(顆粒小匙2)
- ☆塩コショウ 少々

### ※仕上げ用※

- ・バター 15～20g

### ～作り方～

- ① といでおいた、お米2合に◆を加えて混ぜ合わせる（野菜はみじん切り）
- ② 2合のラインまで水を入れる
- ③ ☆を入れて炊飯スタート
- ④ 炊き上がったら仕上げのバターを入れて混ぜる（味をみて薄いようなら塩コショウで整える）
- ⑤ 出来上がったからお皿に盛りパセリをちらす



★おれんじ通信掲載用のレシピを募集しています。簡単で美味しいレシピをお願いします。



|                                                                                                                                                                                                         |                                                                                      |                                                                                     |    |                                                                                                                                                  |                                                                                       |                                                                                      |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                                                                                                                                                                                                         |                                                                                      |                                                                                     |    |                                                                                                                                                  |                                                                                       |                                                                                      |   |
| <p><b>お問い合わせ先</b><br/>                 〒028-1115 大漣町上町1-1<br/>                 生活支援相談員 080-2823-7570<br/>                 受付時間:月～金曜日(祝日除く)<br/>                 8:30～17:15</p> <p>※写真は大漣駅前「花いっぱい運動」</p> |                                                                                      |                                                                                     |    | <p><b>今月は</b><br/>                 安渡公民館前広場での<br/>                 グラウンドゴルフの様子と<br/>                 住民さんの手作り作品を<br/>                 紹介します！</p> |                                                                                       |                                                                                      | 1 |
| 2                                                                                                                                                                                                       | 3                                                                                    | 4                                                                                   | 5  | 6                                                                                                                                                | 7                                                                                     | 8                                                                                    |   |
|                                                                                                                                                                                                         | 10 00 15 00                                                                          | 10 00 15 00                                                                         |    | 10 00 15 00                                                                                                                                      |                                                                                       |  |   |
| 9                                                                                                                                                                                                       | 10                                                                                   | 11                                                                                  | 12 | 13                                                                                                                                               | 14                                                                                    | 15                                                                                   |   |
|                                                                                                                                                                                                         | 10 00 15 00                                                                          | 10 00 15 00                                                                         |    | 10 00 15 00                                                                                                                                      |                                                                                       |                                                                                      |   |
|                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                     |    |                                                                                                                                                  |                                                                                       |                                                                                      |   |
| 16                                                                                                                                                                                                      | 17                                                                                   | 18                                                                                  | 19 | 20                                                                                                                                               | 21                                                                                    | 22                                                                                   |   |
|                                                                                                                       | 10 00 15 00                                                                          | 10 00 15 00                                                                         |    | 10 00 15 00                                                                                                                                      |  |                                                                                      |   |
| 23                                                                                                                                                                                                      | 24                                                                                   | 25                                                                                  | 26 | 27                                                                                                                                               | 28                                                                                    | 29                                                                                   |   |
|                                                                                                                                                                                                         | 10 00 15 00                                                                          | 10 00 15 00                                                                         |    | 10 00 15 00                                                                                                                                      |  |                                                                                      |   |
| 30                                                                                                                                                                                                      | 31                                                                                   | 10 00 11 00                                                                         |    |                                                                                                                                                  |                                                                                       |                                                                                      |   |
|                                                                                                                                                                                                         | 10 00 15 00                                                                          |  |    |                                                                                                                                                  |                                                                                       |                                                                                      |   |