

2020年 愛コープ  
ご利用者の皆様へ  
5月のおたより

ホームページアドレス [www.i-coop-npo.org](http://www.i-coop-npo.org)

をご覧ください！また、どんな御意見でもお寄せいただければ大歓迎です。担当のヘルパーに託して下さい。

暖かく、お出掛け日和の日が増えましたが、コロナウイルスの収束はまだです。  
引き続き、**ステイホーム・不要不急の外出自粛**をしましょう。

5月は、例年ではゴールデンウィークに合わせて全国各地で多彩なイベントが開催された時期ですが、今年は新型コロナウイルスの影響でイベント中止、里帰りもできない状態となりました。緊急事態宣言も5月末まで延期され、収束がいつともわからない状況が続きます。終息できるのは、有効な治療薬もしくはワクチンの開発ができる時となりそうで、1年くらいの期間を要するとのこと。新型コロナウイルスとの共存がしばらくは続きます。

以下のことに注意してください。



#### □特別定額給付金（仮称）10万円支給

緊急事態宣言の下、人々が連帯して、一致団結し、見えざる敵との闘いという国難を克服するという主旨で直接に家計への支援が行われます。横浜市から申請の通知がきます。原則として申請者の本人名義の銀行口座への振込みにより行われます。この件に関する詐欺が発生しています。市からきた封書以外のお知らせ、電話およびメールでの案内は全て詐欺です。全て無視をし、警察に通報して下さい。

#### □日常生活での注意点

感染のリスクを下げるために

◎外出はできる限り避けましょう。

◎やむなく外出する場合は、人込みは避け、マスクを着用し、物に触れたあとの手洗い、手指消毒を徹底しましょう。

◎花粉症などのない場合は、定期的にお部屋の換気をしましょう。

ヘルパーも最善の注意をはらってお仕事をしますので、ご協力お願い致します。



## 5月の簡単レシピ

### 新じゃがのガレット



#### 材料（2人分）

|         |      |
|---------|------|
| 新じゃがいも  | 200g |
| しらす     | 25g  |
| 人参      | 30g  |
| とろけるチーズ | 50g  |
| 片栗粉     | 大さじ2 |
| 塩       | 適量   |
| こしょう    | 適量   |
| パセリ     | 適宜   |
| オリーブオイル | 大さじ1 |

#### 作り方

- 1 ジャがいもは、皮付きのまま千切りにする(水にはさらさない)。
- 2 ボウルに1、しらす、片栗粉、塩・こしょうを入れて混ぜ合わせる。
- 3 フライパンにオリーブオイルを熱し、2の半量を直径18cm大になるように流し入れ、チーズをのせる。残りの生地をのせ、蓋をして弱火で5分ほど焼き、裏返してさらに5分ほど焼く。器に盛り、好みでパセリをちらす。