



2021年 愛こーぷ

ご利用者の皆様へ

10月のおたより

ホームページアドレス www.i-coop-npo.org

をご覧ください！

また、どんなご意見でもお寄せくだされば大歓迎です。

担当のヘルパーに託して下さい。

神奈川県にだされていた緊急事態宣言は、やっと先月の末9月30日で解除されました。これを受け、神奈川県では緊急事態宣言解除後の10月1日から10月24日までに、これまで行ってきた飲食店等の要請を段階的に緩和することとしました。しかし、引き続き基本的な感染防止対策をの継続が呼びかけられています。外出する際は、「人混みは危険」という意識を強く持って、引き続き、慎重に行動してください、とのことです。愛こーぷにおきましても、これまで中止となっていました障がいの移動支援も再開となりましたが、これまでと同様な感染対策を継続します。やっと感染者数が神奈川県においても1日100人を下回るとこまでできましたが、ワクチンを2度接種した人も感染する事例がでています。但し、ワクチンの効果もあり重症化には到ってないそうです。集団免疫はできないにしてもワクチン接種のさらなる推進が必要です。

また良いニュースとしては、国内外でコロナウイルスの増殖を防ぐ治療薬が臨床試験を終え、来年からは飲み薬として処方される予定です。実際の使用までには、さまざまな承認手続きが必要ですが、コロナウイルスとの共存が避けられないなかで、新しい政権には、説明の丁寧さだけでなく、情報の開示と事実とデータをもとにして、これまでのコロナ対応の総括と今後の対策および具体的取り組みを提示してもらいたいものです。

これから冬にかけインフルエンザの流行の時期ともなります。コロナ対策と同様にマスク、手指消毒、換気、人込みを避ける、食事で免疫力を上げるなどの対策をしっかりとしましょう。

10月の簡単レシピ



～かぼちゃの重ね焼き～



材料 (2人分)

- ・かぼちゃ 200g
- ・玉ねぎ 40g
- ・オリーブオイル 小さじ2
- ・合いびき肉 150g
- ・ホールトマト缶 (400g缶) 1/2
- ・醤油 大さじ1
- ・こしょう 少々
- ・ピザ用チーズ 40g

1. かぼちゃはラップに包み、電子レンジ(600W)で3分30秒加熱して冷まし、薄切りにする。
2. 玉ねぎ、にんにくはみじん切りにする。て汁気がなくなるまで炒める。
3. フライパンにオリーブオイルを熱し、(2)をしんなりするまで炒め、ひき肉を加え、ポロポロになるまで炒める。
4. トマト缶、醤油、こしょうを加えて熱し、沸騰したら弱火にして4～5分煮る。
5. 焼き皿に(1)と(4)を交互に入れ、チーズをちらし、オーブントースターで5～6分焼く。