

# ネットワーク通信

NO. 98 (R2. 5. 13発行)

長井市社会福祉協議会

〒993-0011

長井市館町北6-19

☎ 0238-88-3711(代表)

☎ 0238-87-1822(直通)

FAX 0238-88-3712

連日、新型コロナウイルスの話題で持ち切りになり、気分がスッキリしませんね。こんなときだからこそ、部屋の模様替えや普段できない所の掃除などをして、気分転換するのもいいかもしれませんね。

みなさん、体調には気を付けてお過ごしください。

きびたき長井甦るの会・長井市社会福祉協議会共同企画

## ～自宅（おうち）でランチorディナー企画～

新型コロナウイルス感染防止のため、不要不急の外出を控える要請期間が長くなっています。このため、子供たちや大人も外出できないストレスがかなりたまっていることと思います。

会員の塩川さんのお店(アトリエ・パッション)がテイクアウトを始めました。別記載の案内でも紹介していますが、口コミで美味しいお店が出来たと評判になったお店です。塩川さんからテイクアウトしたご馳走と鈴木酒造のお酒(小瓶)を囲み、ご家族皆さんで、おうちでランチorディナー企画に参加してみませんか。

コロナに負けないような体力・気力をつけ、皆さんが笑顔になれるように、下記企画に参加していただきたくご案内いたします。

記

日時：令和2年5月23日(土) ランチ 12時～ ・ ディナー18時～

会費：無料

(手順)

- 1 事前にアトリエ・パッションのメニューから一人1品を選び、ランチかディナーを決め、テイクアウトの時間帯を細かく決める。(社協相談員が電話で取りまとめる)
- 2 当日、アトリエ・パッションの駐車場でドライブスルー形式で手渡す。自転車でも徒歩でも可能。(この時間帯は社協相談員もいます。)

ランチ(11時～11時40分) / ディナー(17時～17時40分)

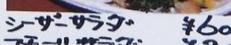
- 3 テイクアウトしたランチ・ディナーを各自自宅と同じ日に食べることで、仲間意識とコロナに負けない体力・気力・笑顔を作っていく。

申込締切：5月18日(月)

問合せ：長井市社会福祉協議会 避難者生活支援相談員 手塚・鈴木

電話 0238(88)3711 ・ 0238(87)1822

### ○メニュー一覧

 チキンポテト ホットサンド ¥600	 オムライス(プレーン) ¥800	 チキンカレー ¥600	 チーズピザ ¥1200	 スパゲティ(各種) ¥700
 メキシカンホットサンド ¥600	 オムライス(チーズソース) ¥850	 油淋鶏 ¥600	 チキンとサラミのピザ ¥1200	種類はスタッフまじ おたのね下さい。 メニューはすべて 抜きか価格と なります
 海鮮ホットサンド ¥600	 野菜カレー ¥1000	 海鮮チリソース ¥1000	 ビーコンと色々野菜のピザ ¥1200	 ペンネ(各種) ¥700
 えび海鮮ピラフ ¥700	 豚のんカレー ¥1000	 麻婆豆腐 ¥800	 シーチキンサラダ ¥600	種類はスタッフまじ おたのね下さい。 ここにあるメニューは ほぼすべてに ご相談下さい
			 スモークサーモン ¥200	

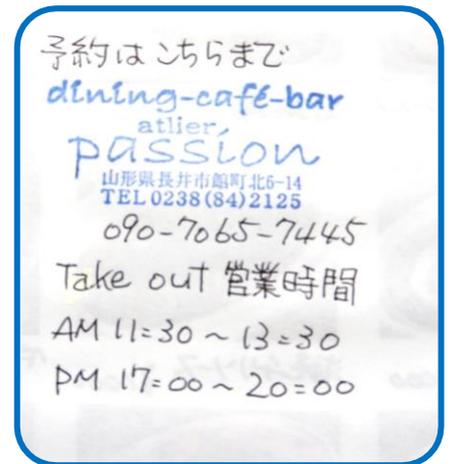
# アトリエ・パッションで昼食・夕食のテイクアウト始めました！

アトリエ・パッションは東日本大震災(3.11)後、相馬市から長井市に避難し、H26年11月に塩川さんご夫婦がオープンされたイタリアンレストランで、くちこみで「美味しいレストランができた。」と評判になったお店です。

新型コロナウイルス感染拡大に伴う外出自粛の影響で外食が敬遠され、予約のキャンセルが続き、お客様が減少する事態になっています。

この事態を乗り越える方法として、4月18日から「テイクアウト(お持ち帰り)」を始めています。美味しいのは折り紙付きです。自宅でのランチやディナーの一品として、皆様の食卓に加えていただけたら幸いです。

メニューは一面に掲載していますが、掲載メニュー以外を希望される方は、お気軽に相談してください。☎0238(84)2125  
(なお、火曜日が定休日になっています。)



## お知らせ

◎今月も、新型コロナウイルス感染防止の観点から、訪問はしないで、電話で近況などをお聞きます。

◎5月交流会の案内を一面に掲載していますが、取りまとめのため、申込締切日(5/18)の前にお電話いたしますので、ご了承ください。

◎また、今月は山形県より県民手帳をいただきましたので、5月13日(水)に「ネットワーク通信」と「県民手帳」をご自宅の郵便受に投函させていただきます。確認していただくよう、よろしくお願い申し上げます。

◎新型コロナウイルス感染症に係る「**特別定額給付金の申請書**」が届かない世帯、**感染症拡大による不安や生活面で困りごとがある方**は、生活支援相談員までご相談ください。

◎ポーセラーツの完成品は、訪問が出来るようになった時にお届けします。

今の時期だからこそ  
~ストレスと上手に付き合って  
健康的に過ごしましょう~

「家にいる時間が長くなった・毎日不安なニュースばかりで、どうやって過ごせばいいの。」と思っている方もいらっしゃると思います。こうした状況でストレスを感じるのとは自然なことです。ここで、上手なストレス解消法を紹介したいと思います。

## 上手なストレス解消法は？



- いつもの生活リズムを保つ
  - お茶を飲む、読書、音楽を聴くなど
  - 頭を使うゲーム(クロスワードやパズルなど)
  - 軽いストレッチ
  - 親しい人と電話やメールで交流したり、話を聞いてもらったりする
  - 新型コロナウイルスに関する情報を見すぎない
- ☆家での楽しみを見つけましょう  
☆感情的になりすぎずにすごしましょう



あとがき・・・今日(5/11)県内で新型コロナウイルスの新たな感染者は確認されず、7日連続感染者ゼロが続いています。政府は山形県を含む34県に、5月末までの緊急事態宣言を前倒して解除する検討に入りました。県は11日以降、一部を除き営業自粛要請を解除するようです。しかし、さらなる長丁場の感染拡大に備えて、「新しい生活様式」**密集、密接、密閉の3密を避け、「マスク着用、食事は横並び、毎朝検温、テレワーク**などが示されています。なるべく早く通常の生活に戻るよう、お互い感染しないよう気を配って生活しましょう。