

# どげんき通信

第 123 号  
令和 3 年  
(2021 年)  
10 月 1 日発行



いまでは当たり前!

みなさんおげんきですか!先日ラジオで、母子手帳が日本で発明された後、後に世界へ広まったことを聞きました。医療技術が進んでいる欧米が発祥かと思っていたら、調べてみると太平洋戦争中に人口増加施策で母子保健法が施行されたその一環で作られたようです。「夫婦五児」「生め育てよ」などといわれていたそうです。うちの母も七兄弟で、多いなと思っていましたが、そういう時代だったのかとかがえさせら

## ~コロナウイルス感染予防対策~

全国 65 歳以上の高齢者の方のワクチン 2 回摂取率は 88.58%となっております。しかしながら、ワクチンを接種したからといって、感染する確率は 0 ではありません。今まで通り、下記の様な感染対策を行いましょう。(首相官邸 HP より)

- 他の人と十分な距離を取る!
- 窓やドアを開けてまめに換気を!
- 屋外でも感染する様な運動は避けよう! 少人数の散歩やジョギングなどは大丈夫
- 飲食店でも感染を避けよう! 多人数での会食は避ける、席と席間は十分に離る、互い遠い席を
- 会話をするときにはマスクをつけましょう!
- 5分間の会話は1回の咳と同じ
- 電車やエレベーターでは会話を慎みましょう!

れました。少子化が進んでいる現代でも、国の政策で人口増加できそうにも思います。そんな事情でうまく母子手帳が世界で使われていたことにおどろきました。他にも日本で発明された主なものを調べてみると、乾電池、新幹線、インス

タントラーメン、レトルトカレー、青色発光ダイオードなど、たくさんありました。すごいなあと思います。今では超高齢社会を他の国が経験していないようなスピードで迎えます。この状況を変える画期的な発明が生まれてほしいなあ!

日	月	火	水	木	金	土
26 先負	27 仏滅	28 大安	29 赤口	30 先勝	1 友引	2 先負
3 仏滅	4 大安	5 赤口	6 先負	7 仏滅	8 大安 寒露	9 赤口
10 先勝	11 友引	12 先負	13 仏滅	14 大安	15 赤口	16 先勝
17 友引	18 先負	19 仏滅	20 大安 秋の土用入り	21 赤口	22 先勝	23 友引 霜降
24 先負	25 仏滅	26 大安	27 行事食 赤口 (夕食)	28 先勝	29 友引	30 先負
31 仏滅	1 大安	2 赤口	3 先勝 文化の日	4 友引	5 仏滅	6 大安

10月カレンダー





ハロウィン



芋ほり

ぬり絵でマンチエイジング！  
ぬり絵をする時、脳が活性化され、  
認知症等の予防に効果があるそうです。  
レッツトライ！

☆今月の行事食☆

10月27日(水)夕食



高知県産真鯛幽庵焼き弁当

10月の行事食は、「高知県産真鯛幽庵焼き弁当」  
をご用意いたしました。

高級魚の代名詞ともいえる真鯛を幽庵焼きに  
しました。

高知県で養殖された真鯛をふっくらと焼き上  
げています。

ゆずの風味の効いた幽庵タレに漬け込み、上品  
な味付けに仕立てました。

おしながき

高知県産真鯛幽庵焼き、ふきの含め煮、きのこ入金平牛蒡炒め  
きつま芋煮、湯葉入りチンゲン菜、干し海老入り卵の花、刻みたくあん

<発行・お問い合わせ>

宅配クック123  
豊川店



TEL:0533-56-3005

FAX:0533-56-3006

営業時間 9:00~17:00



～ 介護お助け便で  
日用品のご注文も承ります！～

食料品や日用品など、大きいモノ・重いモノも

お弁当と一緒に配達できるようになりました！

ご注文・お問い合わせはスタッフまで！

