



謹賀新年

あけましておめでとうございます
本年もよろしくお祈りします

昨年よりコロナ禍で感染拡大が懸念
されています
感染予防につとめていきましょう

1. 身体的距離の確保、
2. マスクの着用、
3. 手洗いや、3密（密集、密接、密閉）」を避ける

お買い物時間は混雑して
いる時間を避けるなど対
策をしていきましょう



効果的な手の洗い方



外部のサービス利用が
難しい方はご自宅での
入浴や部分浴も行っています

スタッフ地元料理
福岡県モツ鍋レシピ

作り方

- 材 料(4人分)
- ・もつ(200g)
 - ・キャベツ(1/2玉)
 - ・もやし(1/2袋)
 - ・ニラ(1袋)
 - ・にんにく(2、3片)
 - ・赤唐辛子(1本)
 - ・糸赤唐辛子(少々)
 - ・中華麺(1、2玉)
 - ・【スープ】
 - ・水(800ml)
 - ・昆布(20cmx10cm)
 - ・酒(大さじ2) みりん(大さじ2)
 - ・しょうゆ(大さじ3)
 - ・味噌(大さじ3)
 - ・鶏ガラスープの素(大さじ1)
 - ・コチュジャン(大さじ1)
 - ・ごま油(小さじ1)

- ①鍋に水と昆布を入れだしを取ります
- ②スープの材料を合わせておきます
- ③昆布を取り除き②の調味料と赤唐辛子を入れ熱します
- ④もつを水洗いしさっと湯引きします
- ⑤キャベツ・もやし・にらの順に鍋に入れサイドにもつを入れます
- ⑥にんにくのスライス、糸赤唐辛子をのせ具材がやわらかくなるまで煮込みます
- ⑦しんなりしたら出来上がり
メはラーメンで

寒に入ります
体の温まる食事でこの
冬を乗り切りましょう



メリークリスマス

こぶし武蔵野訪問看護ステーション 電話049-293-1706

訪問栄養相談・訪問リハビリも行っております住所:川越市大袋新田777-31
お気軽にご相談ください

訪問看護空き状況



| | 午前 | 午後 |
|---|-----|-----|
| 月 | ○ | ○ |
| 火 | ○ | ○ |
| 水 | △ | ○ |
| 木 | ◎ | △ |
| 金 | ○ | ○ |
| 土 | ◎ | ◎ |
| 日 | 要相談 | 要相談 |

- ◎ 空きあり
- 余裕あり
- △ あとわずか
- × 空きなし

