

## 東日本大震災復興特別区域法延長のお知らせ

“ゆずる”は「東日本大震災復興特別区域法」において開設可能となった事業所です。当初の期限は平成28年度末でしたが、利用者様や各関係機関のみなさまの温かいご支援により、平成31年度末までの3年間の延長が決定しました。今後とも地域の一員として、宮古・山田地域に貢献していけるように精進していきます。どうぞよろしくお願い致します！

## 新入職員からのご挨拶

4月より2名の職員が当事業所に仲間入りしました。

出身地：岩手県釜石市

趣味：最近、将棋はじめました！手合わせお願い致します！

一言：宮古に来て早3年目。あずきぱっとうや、お雑煮の餅をクルミをすったタレで食べるなど、カルチャーショックを受けながらも美味しさにはまっています！たくさんの人たちと手を取り合っ、一緒によりよい宮古市を創っていけたらな～と思っています。

金澤 静絵  
(かなざわしずえ)



理学療法士

橘 直毅

(たちばな なおき)



理学療法士

出身地：新潟県長岡市

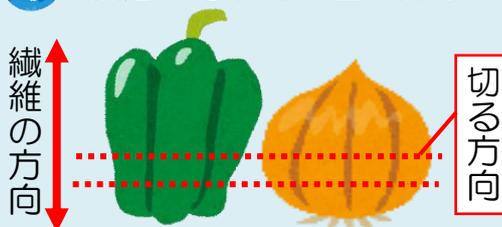
趣味：読書、野球(ボールを捕るグローブの音だけは自信があります！)

一言：新潟県の山育ちです。海の美しい宮古での生活を楽みにしています。心配性で石橋を叩きすぎて壊すタイプと人から言われます(笑)。宮古の大自然、皆様に囲まれてゆったり肩の力を抜いて働いていけたらと思います。地域の皆様のお力に少しでもなれますよう頑張ります！

## ～言語聴覚士の豆知識(4)～

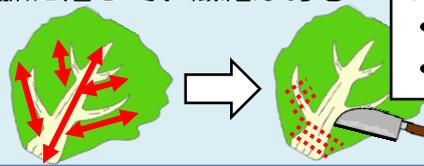
野菜の繊維や皮は意外と口の中に残りやすい！口の中に残ると、ムセにつながる危険性があります。今回は野菜を食べやすくする工夫をお伝えします。

### 1 繊維に対して垂直に切る



葉物野菜(レタス・白菜など)を切る前のひと手間

葉脈に沿って、繊維がある



繊維を切るように

- ・隠し包丁を入れる
- ・包丁の背でたたく

### 2 皮をむく

普段、皮をむかないで調理する野菜の中にも、皮をむいた方がよい野菜があります

- ・トマト(湯むき)
- ・キュウリやアスパラ、ナスなど(ピーラーで薄く1枚むく)