

# は～と 通信

福祉課 ☎66・1106

皆さんは「精神障害者」という言葉から、どんなイメージを持ちますか。何か事件が起きたときマスコミなどで報道されるその言葉は、自分たちとは違う特別な人というイメージを私たちに与えます。

精神障害者とは、精神に疾患のある人、すなわち「こころに病をもつ人」を指します。こころの病(精神疾患)のために入院または通院している人は全国で200万人以上と推定されていますが、そのうち入院している人は約33万人で全体の2割にもおよびません。こころの病をもつ多くの人は地域で生活しています。身体の病気と同様、重症であれば入院は必要ですが、通院治療で日

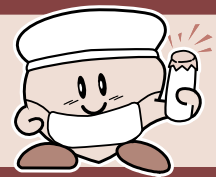
## 精神障害は“こころの病”



常生活をおくることができ、病気のひとつなのです。こころの病をもつ人が地域で生活していくためには、周囲の理解と支えが必要です。このコーナーでは、精神障害者への支援制度やサービスの情報をお伝えするとともに、皆さんに「こころの病をもつ人」への正しい理解をしていただくために、当事者や関係者の声もお伝えしていきたいと思えます。

平成14年4月から、「精神障害者の福祉サービス」「精神障害者保健福祉手帳」「通院医療費公費負担制度」の相談・申請窓口が保健所から市役所に変更、福祉課(市役所1階)が担当となりました。

## 学校給食 おすすめ メニュー



今回お届けする学校給食

メニューは、子どもたちにずっと愛されている揚げ若鶏のレモン煮です。レモンの香りと、さっぱりとした甘酸っぱい味が食欲をそそります。

### ◆材料(4人分)◆

若鶏もも肉(皮無し) 260g  
酒 大きじ1杯弱  
塩 小さじ1/3杯  
でんぷん(片栗粉) 1/2カップ弱

揚げ油 適量  
三温糖(砂糖) 大きじ2杯強  
しょうゆ(こいくち) 大きじ1杯弱

レモン果汁 小さじ2杯弱  
【作り方】

①鶏肉をだいたい15gくらいに切る。酒、塩で下味をつけ、少しなじませる。

## 揚げ若鶏のレモン煮

問合先 学校給食課 ☎69・5271



- ②①にでんぷんをつけてはたき、180℃位の油でじっくりと揚げる。
- ③別のなべに砂糖、しょうゆを入れ、煮立て、レモン果汁を入れる。
- ④③に揚げたての鶏肉を入れ、からめる。

### ★ちよつとアレンジ★

仕上げとして、季節により、新鮮なレモンを皮ごと薄切りにします。これを上にのせると見た目にもきれいです。