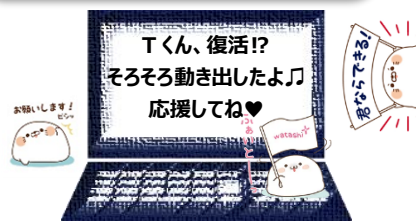


カウンセリングラボ広島
TEL : 082-909-2288
cocorolabo@csllabo.com
(毎月 15 日発行)



赤十字マークはジュネーブ条約で定められた

雑学問の扉
～赤十字+と
ナイチンゲール～

意役または罰金が科せられるよ!



赤十字と聞くと病院がイメージされますが、
戦争や災害などの負傷者や犠牲者の保護・援助が主な活動です。

他にも、献血活動、看護師教育、福祉活動など、様々な支援を行っています。



クリミア戦争での負傷者の命の扱い方に
衝撃を受ける。



無償の奉仕活動! VS 自己犠牲は真の奉仕ではない!

《アンリ・デュナン》
「傷ついた兵士は敵味方関係
なく救わなければならない」と
考え赤十字社を設立。

《フローレンス・
ナイチンゲール》
不衛生な兵舎病院の清潔、
夜の巡回、傷ついた兵士の
精神的ケアなどを行う。

誕生

職業としての活動を保ちながら
隔てのない奉仕の精神を担う団体。
それが赤十字社だ～～～♡

赤十字マークはジュネーブ条約で定められた「攻撃してはならない」という印で勝手に使うと意役または罰金が科せられるよ!

材料: 鰹(刺身用) ニンニク かいわれ
☆みりん・醤油・料理酒 2:2:1☆

【作り方】

- ① 鰹に塩コショウをふり、小麦粉をまぶします。
- ② かいわれは根元を落として、ニンニクは薄切りにします。
- ③ フライパンに油を敷き、ニンニクで香り付けしたら皿に取り出し、鰹を焼きマス。
- ④ 鰹に焼き色がついたら☆を入れ、混ぜながら軽く煮詰めマス。
- ⑤ 器に鰹、かいわれを盛り、ニンニクを散らしてフライパンに残ったソースをかけマスル～。

食 養 生



我が家では体のダルさを感じる季節の
定番メニュー デス♡



キャンプのあるある失敗談!

風薫る 5 月はキャンプにとっても適していますね。
家族連れ、カップル、お一人様で、大自然の中ゆったりした時間を過ごす・・・
・・・までが一苦労という声を多く聞きます。

- I. 原始的火起こしに挑戦! → 手が腕が、疲れてしばらく何もできない。
- II. デント張りに挑戦! → なぜ倒れる? 物理学をサボるんじゃない。
- III. 自然の中では食欲旺盛のはず! → 自然の中でも都会でも、胃袋は同じ大きさ。
- IV. ゆったりした時間を過ごす! → 家より慌ただしいという思い出ができた。

初心者はグランピングがいいかもしれない・・・🐱

