

樹響園

だより

株式会社樹響園
http://www.jukyuen.com/
〒378-0046
沼田市馬喰町1276-8
TEL 0278-25-8080



4月上旬にじゃが芋の種芋を植えました。



約1ヶ月経った今の状況です。



畑に残っていた大根に花が咲きました。(忘れていた?)



樹響Farm<農園>通信

昨年のオープン前に土を入れ、整備してきた農園ですが、今年はより作業がしやすいように、レイアウト変更しました。きゅうりやナスの苗も植え、春を待ち望んでいた皆様に育てていただきます。



樹響園入口の花壇も花盛りです。

ぜひ！お立ち寄りください。

温度変化の厳しい毎日です。熱中症に注意しましょう。

《屋内編》

- ・のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給をしましょう。
- ・エアコンや扇風機を利用し、室温が28℃以上にならないようにしましょう。エアコンや扇風機が苦手な人は体に直接あたらないよう風向きを調節するなど工夫をすると、体が冷えすぎず快適に使うことができます。
- ・屋内でも風通しの悪い場所(浴室、トイレ、締め切った部屋、台所など)は要注意です。

《屋外編》

- ・発汗による脱水に注意しましょう。作業中、運動中は定期的に水分(塩分を含んだスポーツドリンクなど)補給をしましょう。
- ・外出時はなるべく日陰を歩き、日傘をさしたり帽子をかぶりましょう。
- ・公共施設等涼しい場所を知っておいて、いざという時に活用しましょう。



デイサービスりんごの樹の人気おやつ

《人気のおやつNo1 焼きそば》



昔取った杵柄とはよく
言ったものですね。
職員の誰よりも上手です。



焼きそばレシピ

- * 材料
- ・焼きそば麺 1kg
 - ・キャベツ 300g
 - ・豚小間 100g
 - ・ソース (トンカツ・ウスター・ケチャップ^o/2:2:1)
 - ・もやし、人参、玉ねぎ 適量
 - ・酒、オイスターソース 大さじ 1
 - ・水 適量
 - ・青のり、紅しょうが 適量

- * 作り方
- 1.肉はしっかり炒めましょう。
 - 2.あまりいじらない。
 - 3.仕上げは手早く。
 - 4.愛情はたっぷり。

2015年5月のおやつ献立表

その日の気分と材料の仕入れ状況等により、味付けやメニューを変更する事が多々あります。

| | | | | | 5/1(金) | 5/2(土) |
|---------|-----------|-----------|-----------|---------|---------|----------|
| | | | | | お好み焼き | こんにゃく&大根 |
| 5/3(日) | 5/4(月) | 5/5(火) | 5/6(水) | 5/7(木) | 5/8(金) | 5/9(土) |
| | パン | 焼きそば | 蒸しケーキ | お焼き | ホットケーキ | お好み焼き |
| 5/10(日) | 5/11(月) | 5/12(火) | 5/13(水) | 5/14(木) | 5/15(金) | 5/16(土) |
| | スペシャルメニュー | パン | 焼きそば | 蒸しケーキ | お焼き | ホットケーキ |
| 5/17(日) | 5/18(月) | 5/19(火) | 5/20(水) | 5/21(木) | 5/22(金) | 5/23(土) |
| | お好み焼き | スペシャルメニュー | パン | 焼きそば | 蒸しケーキ | お焼き |
| 5/24(日) | 5/25(月) | 5/26(火) | 5/27(水) | 5/28(木) | 5/29(金) | 5/30(土) |
| | ホットケーキ | お好み焼き | スペシャルメニュー | パン | 焼きそば | 蒸しケーキ |
| 5/31(日) | | | | | | |

《人気のおやつNo2 お好み焼き》



ヘルシーお好み焼きレシピ

- * 材料
- ・薄力粉 120g
 - ・キャベツ 200g
 - ・長いも 100g
 - ・水 約100ml(様子を見ながら少しずつ入れる)
 - ・卵 1個
 - ・干しエビ 大さじ1
 - ・紅しょうが、かつおぶし 適量
 - ・ソース (トンカツ・ウスター・ケチャップ^o/2:2:1)

- * 作り方
- 1.薄力粉+長いも+水をよく混ぜる。
 - 2.卵と干しエビを入れ混ぜてから、キャベツと紅しょうがを入れる。
 - 3.大き目なスプーンで底からかき混ぜる。
 - 4.フライパンを熱し、油を薄く引き生地を入れる。
 - 5.上から押さえなくて、回りをヘラで丸く整える。
 - 6.5分くらいでひっくり返し、裏面も5分焼き、再度かえす。
 - 7.焼きあがったら、かつおぶし、ソース、青のりをふり完成。