

# うたり日記平成28年3月号

題字：うたいの  
ご利用者様



## お知らせ

吹く風邪はまた肌寒いですが、少しずつ春の便りも聞かれるこの頃です。花粉症に悩まされている方も多いのではないのでしょうか。さて、いよいよ4月からうたりの時間延長が始まります。30分早いお迎えは、御家族にとっては少し大変になりますが、なるべくご希望に添うようにしていきたいと思っておりますので、ご意見をお聞かせ下さい。色々な挑戦をして新しいうたりに生まれ変わっていきけるよう、スタッフ一同心を一つに行きたいと思っています。よろしくお願いいたします。

## チンゲンサイとしいたけの胡麻酢

(1人分)

### 手順

- ①チンゲンサイは食べやすいように切り、ゆでる。
  - ②生しいたけは焼いて千切りにする。
  - ③炒り胡麻、酢、醤油、砂糖、だし汁を合わせる。合わせた調味料によく絞ったチンゲンサイとしいたけを混ぜればできあがりです。
- ※この合わせ調味料は、何を混ぜても美味しいです。

### 材料

チンゲンサイ	45g
生しいたけ	10g
炒り胡麻(擦る)	3g
酢	4g
醤油	2g
砂糖	4g
だし汁	2g

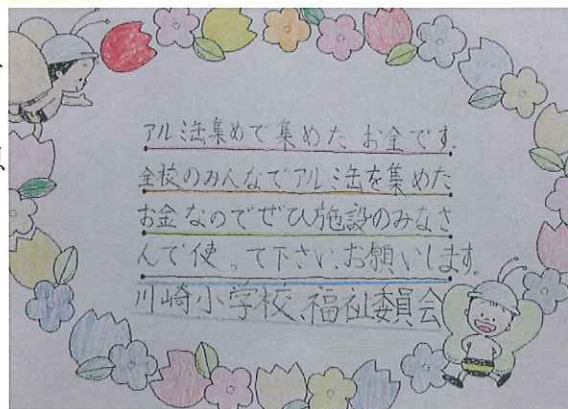


## ▲手作りおやつ

2月と言えばバレンタインデー!!ということでチョコのおやつを作りました。イチゴやバナナも盛り付けて、とても美味しいおやつができました。

## ▼川崎小より寄付

アルミ缶の収益金を寄付してくれました。たくさんのアルミ缶を集めるのは大変だったと思いますが、本当に嬉しいです。ありがとうございました!!



川崎小の子のお便りも一緒にいただきました!

## 3月の行事

- 1日 (火) すこやかクラブ
- 8日 (火) のこぎりバイオリン
- 17日 (木) 交通指導員
- 18日 (金) 御詠歌
- 22日 (火) さざなみさん
- 31日 (木) 手作りおやつ

※予定は変更になる場合があります。