

# うたり日記平成28年10月号

題字：うたりの  
ご利用者様

## お知らせ

朝晩は秋らしい涼しさになりました。こんな時期には風邪をひきやすくなります。油断しないよう体調管理をしてください。うたりでは、希望の方に理容を行っています。臨時で御希望の方も連絡いただければ、予定に組み込ませていただきます。職員に声を掛けてください。

新しいうたりの設計が進んでいます。地域の皆様のご意見も聞かせていただきながら、進めています。自然災害に強く、避難等の設備も充実するよう検討しています。地域の皆様との交流を大切にして愛されるうたりにしていきたいと思っています。

## 春雨サラダ (2人分)

手順

- ① 春雨はたっぷりの湯でゆで、冷水にとって水気を切り食べやすい長さに切る。
- ② ハムは細切り、胡瓜は千切りにする。
- ③ ボウルに醤油、酢、みりん、砂糖、ごま油を入れてよく混ぜ、①②を加えて和える。
- ④ 器に③を盛り、錦糸卵を飾る。



材料

- 春雨 (乾燥) . . . 7 g
- ハム . . . . . 10 g (1枚)
- きゅうり . . . . . 20 g (1/5本)
- 醤油 . . . . . 小さじ1/2
- 酢 . . . . . 小さじ2
- みりん . . . . . 小さじ1/2
- 砂糖 . . . . . 小さじ1
- ごま油 . . . . . 小さじ1/2
- 錦糸卵 . . . . . 10 g

## ▼防災訓練

年に2回行う防災訓練の様子です。骨折したけれど道具がない場合、雑誌等を代用して応急処置できるという講話も行いました。



## ▲かかし

かかし祭りで寅さんのかかしを出展しました。お守りや鞆、シャツなどを利用者様に協力していただき作成しました。人気投票は第2位！ありがとうございました！！



## ▲敬老会

今年は富士山静岡空港へドライブしました。初めて行くという方は「お出かけして食べるおやつはいつもとひと味違うね」と喜んでくださいました。



## 10月の行事

- 1日 (土) 御詠歌・社交ダンス
- 6日 (木) のこぎりバイオリン
- 17日 (月) ~ 22日 (土)  
うたり運動会
- 24日 (月) さざなみさん



※予定は変更になる場合があります。