



# うたりの日記平成29年1月号

題字：うたりの  
ご利用者様

## お知らせ

明けましておめでとうございます。  
昨年は皆様にとってどんな年だったでしょうか。そして平成29年はどんな年になるでしょうか。今年はいたりにって、新しいうたりの建設が始まる記念すべき年です。皆様のご意見を聞かせてくださいね。これからが寒くなる季節です。風邪をひかないように温かくしてお過ごし下さい。そして、休まずうたりに来て下さいね。



## 秋刀魚の甘露煮（6人分）

### 手順

- ① 秋刀魚を三枚に下ろし、骨を取り、半分に切る。
- ② 小松菜を茹でて、2～3センチに切る。
- ③ 鍋に分量の醤油、砂糖、みりん、酒、生姜を入れ、秋刀魚を色よく煮る。
- ④ 皿に秋刀魚を入れ、小松菜を添える。

### 材料

秋刀魚（三枚下ろし）  
..... 3尾  
生姜..... 1片  
醤油..... 27g  
砂糖..... 18g  
酒..... 12g  
みりん..... 12g  
小松菜..... 60g



## ←忘年会

忘年会ではみんなで仮装して歌ったり踊ったりしました。みなさん楽しく参加してくださいました。

## ふくでみらいさん→

忘年会の最終日に来てくださいました。次々と変わる衣装や愉快的な踊りに、笑いが絶えませんでした。



## ▲防災訓練

地域の防災訓練に参加しました。避難の準備や経路の再確認を行いました。

## 1月の行事

- 11日（水）のこぎりバイオリン
- 17日（火）さざなみさん
- 23日（月）味噌作り

※予定は変更になる場合があります。

