

牛乳パックで紙すき



利用者様は分担してそれぞれの行程を担当していただきました。

牛乳パックをミキサーで細かくして、パルプ液を作りまです。その後枠に流して、アイロンで乾かします。これだけの行程でとても立派な葉書サイズの紙ができるので、みなさんも驚いていました。



できた紙を絵手紙やしおりに使いました。

口腔のお話⑤

歯ブラシ

口腔ケアに欠かせない歯ブラシですが、交換する時期を知っていますか？

毛先が広がったら交換、汚れが取れなくなったら交換…としている方もいるかもしれませんが、交換の目安は1ヶ月とされています。

意外と短いと思う方もいるかもしれませんが、使用し続けた歯ブラシには菌がどんどん付着していきます。

虫歯や歯周病がある場合は、もう少し頻繁に交換すると良いとされています。

健康な歯を持ち続けるためにケアをするのですから、交換の時期も意識しておくといいですね。

揚げ野菜の甘酢がけ

(1人分)

手順

- ① ナスは細かい切り目を入れて水にはなちあくを抜く。ピーマンは種を除き、半分に切る。
- ② 赤魚は1切を1/3位に切り、小麦粉をはたき、油で揚げる。ナスとピーマンは素揚げにする。
- ③ 甘酢を作る。皿にナス、ピーマン、魚を盛り、たっぷり甘酢をかける。



材料

ナス	1/3 本
ピーマン	1/2 個
赤魚	1/3 切
小麦粉	適宜
揚げ油	
酢	8 g
砂糖	4 g
食塩	0.8 g

甘酢



空の色や風の音にも秋を感じられる季節になりました。早いものでもう9月になり、月日の早さを感じます。
現在は新うたりの基礎工事を終了し、建物の建築へと取り掛かっています。
移転先は静波2丁目になります。ただ今、名称を検討していますので、決まり次第お知らせ致します。
夏の疲れが出てくる頃です。体調管理に気をつけ、秋の夜長を楽しんでください。



お知らせ

