

ありがとう

29th

皆様と共に



社会福祉法人伊賀市社会事業協会

ときめきニュース

かしの木ひろば



2024



第352号

新年明けましておめでとうございます。

2024年の干支は「甲辰（きのえ・たつ）」です。辰年は先見の明があり、変革や激動を示すそうです。過去には青函トンネル、瀬戸大橋、東海道新幹線の開業や東京五輪の開幕といった国家プロジェクトが始まったのも辰年の特徴です。これまで隠れていた部分にも日が当たり大きな成果を感じられるような年になると良いですね。

本年もよろしく願い申し上げます。



「1月の予定」

22日(月) 音楽療法 ♪ 藤森裕子先生
♪ 前田美佐先生

25日(木) 避難訓練

※初詣散歩(天候の良い日に)



生活介護より

～お知らせ～

平成20年より15年間、かしの木ひろばに給食を届けてくれたネオ・アシストさんより継続が難しいとの申し出を受けました。温かくて、本当においしいごはんをありがとうございました。12月からは、ライフ・デリさんに給食を届けていただいております。



～みんな大好き音楽療法～

クリスマスの雰囲気の中、♪きよしこの夜♪の音楽に合わせてウィンドチャイムを一人ずつ奏でました。とってもうっとりする音色でした。



「今月のヘルパーレシピ」

「鶏肉と白菜の梅しょうゆ炒め」



【材料】(1人分)

- ・白菜・・・1枚
- ・鶏むね肉・・・80g
- ・サラダ油・・・小さじ1

調味料

- ・梅干し・・・1/2個
- ・しょうゆ・・・小さじ1/2
- ・みりん・・・小さじ1



【作り方】

- ① 白菜は芯の部分を3～4cm幅のそぎ切りにする。それ以外は3～4cm幅のざく切りにする。鶏肉は1cmの厚さのそぎ切りにする。梅干しは種を除き、細かくたたく。
- ② フライパンにサラダ油を中火で熱し、鶏肉を入れて3～4分炒める。白菜を加えて炒め合わせる。
- ③ 調味料を加えて全体に味を絡めて完成。



※鶏むね肉を鶏ささみ肉や魚のタラに変えてもよい。

※しょうゆをみそ(小さじ1/2)に代えてもよい。

～クリスマス会～

今年もサンタさんがプレゼントを届けに来てくれました。サンタさんの登場でみんな大喜び。とても楽しい時間を過ごしました。サンタさん、ありがとうございました。

