

わかば通信

平成22年3月

日増しに暖くなり、寒い冬ともようやくお別れです。いよいよ春の訪れを感じるようになりました。
2/3(水)わかばには、鬼の面を付けた可愛い鬼がいっぱい・・・
皆で「鬼は外～福は内～」とピーナツを投げて追い払いました (*^_^*)



トラ年の松田英さんです (ー)



鬼は外～♪福は内～♪パラパラパラパラ豆の音
♪鬼はこっそり逃げていく～♪



わかば菜園に水菜、人参、にら、ねぎ、芽キャベツ、ブロッコリー、サラダ菜を植え、ブロッコリーと水菜の収穫を行い、献立に使用しました。新鮮で甘みがあり、とっても美味しかったです。芽キャベツはまだ芽をだしていないので、わくわくしながら、まっています\(^o^)/
献立ではブロッコリーをチーズ焼きやサラダ、和えものに使用しました。中でもチーズ焼きは皆大好きです。ぜひご家族の方達も作ってみてください！



(材料)

ブロッコリー 300g
ウインナー 7本
ピザソース 適量
とろけるチーズ 適量

(作り方)

- ① ブロッコリーは塩を入れボイルします。
- ② ボイルしたブロッコリーとウインナーにピザソースをかけチーズをのせます。
- ③ オーブン180度で10分焼けば出来上がりです。



今月は岩下さん
から一言もらいました！

わかばで働いて、4年目になります。介護実務は14年ありますが、利用者さんは常に変化がある為、日々勉強の状態です。利用者さんからいろんな事を得ながら、成長していきたいです。

座右の銘「日々努力」