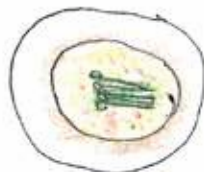


料理レシピ かに玉



材料 (2人分)

- ・かに缶詰 小1缶 (100g) ・砂糖、酒 各小さじ1/6
- ・生しいたけ 2~3枚 ・ねぎ 10cm
- ・めぐみ卵 3個 ・塩 小さじ1/6 ・こしょう 少量
- ・サラダ油 大さじ1・1/2 ・片栗粉 小さじ2
- ・貝割れ大根 1/4 パック

調味料 A

- ・缶汁とだし汁 1/3 カップ ・しょうゆ、砂糖 各小さじ1 ・酢 小さじ1

作り方

- ① かにには、汁を残して缶から出し、ほぐして軟骨を取り、砂糖と酒をふって下味をつける。
- ② しいたけ、ねぎは、みじん切りにする。
- ③ ボウルに卵をほぐして①と②を混ぜ、塩こしょうをする。
- ④ 中華鍋を熱してサラダ油を入れ全体に回したら③を一気に入れ、やや強火で手早くかき混ぜる。
- ⑤ 中央に、はしでかき寄せながら、半熟になり、よい焼き色がつくまで2~3分焼いて裏返す。
- ⑥ 裏側も3~4分焼いて皿に取る。
- ⑦ ⑥の鍋に調味料 A を中火で煮立て、水溶き片栗粉を加えて「とろみ」をつける。
- ⑧ 皿に盛った卵に⑦をかけ、ゆでた貝割れ大根を上のにのせる。

ポイント

- ・卵を中央にかき寄せながら炒める。
- ・表面が固まってきたら、ひっくり返す。

似顔絵コーナー



Nさん

仲間紹介

毎日元気で
いつでもガンバルぞ！

Nさん



スタッフ紹介

笑い太鼓

卵新聞



ここは交通事故や脳出血などで障害を負った人たちの社会参加を支援するセンターです。

発行者

豊橋市東田仲の町57番地
NPO 法人 笑い太鼓

高次脳機能障害者支援センター

Tel 0532-63-6644

平成26年12月2日

第163号

12月の予定

- | | |
|------------------|---------------|
| 12月2日(火) | 卵配達日 |
| 3日(水) | ゆとりの日(書道) |
| 7日(日) | 太鼓練習 |
| 9日(火) | 卵配達日 |
| 10日(水) | 東田仲の町公園掃除 |
| 12日(金) | クリスマス会 |
| 16日(火) | 卵配達日 |
| 17日(水) | ゆとりの日(絵画) |
| 21日(日) | My Do!探検隊 |
| 23日(火) | 卵配達日 |
| 24日(水) | ゆとりの日(スポーツレク) |
| | 三立卵販売 |
| 28日(日) | 餅つき |
| 29日(月) | 大掃除 |
| 30日(火) ~ 1月4日(日) | 年末年始休み |



太鼓演奏

【平成26年度甲州・東海ブロック家族会精神保健福祉促進研修会 愛知大会】

11月13日(木) 市役所からバスに乗り、蒲郡市民館へ行って
太鼓の演奏をしてきました。

いっぱいのお客さまから応援されたくさん拍手をもらい、
笑顔も力もいっぱい出せました。ありがとうございました。



募集中!! ボランティアさん仲間の見守り

My Do探検隊! 毎月第3日曜日 9時30分~16時頃

隊員がやってみたいと思うことを実現するために、

見守ってくださる方を求めています!!

やってみたいと思われたらすぐに下記まで一報ください!

問い合わせ先: 高次脳機能障害者支援センター

TEL: (0532) 63-6644 担当: 森下



~お願い~

施設で使う**ぞうきん**が不足しています。

使わない**タオル**がございましたらお譲り下さい。

卵配達の際に渡していただくか、

連絡いただければこちらから、

取りにうかがいます。

問い合わせ先: 高次脳機能障害者支援センター

TEL: (0532) 63-6644

担当: 上野

お茶など2ℓペットボトルや、アルミ缶を集めています。

飲み終わったら、笑い太鼓のリサイクル作業にご協力ください。

園芸コーナー

ブロッコリー、グリーンピース、

チューリップがこんなに育ちました。



ブロッコリー
は、収穫時?

チューリップ
は、芽が出まし
た。



青陵中福祉体験 (2013/8/23)

施設の利用者さんは、とても気さくで優しい人
たちばかりでした。

私はすぐ人見知りなのに1日のオビ
スタッフさんと利用者さんと
楽しくお話をできました。
つかれる活動もたくさんあり、
笑い太鼓で貴重な経験ができて、
本当にありがとうございました。

青陵中 Mさん

初めてボランティアをした 笑い太鼓

は、たのしく、コミュニケーションがとり

やすい場所です、とてもすごしやすい

場所でした。

福祉施設では、普通の仕事み

たいなことをしていることが、わ

かりました。

R・H

My Do 探検隊!

うまく実行できない、やり方がわからない、助けが欲しい
やりたいことを何でも叶える7日それがまいどです。

今回は、梅林公園、カラオケ、調理、陶芸、PC、での参加がありました。

♪カラオケ&梅林公園♪

梅林公園に歩いて行き白梅、紅梅がきれいでした。牡丹というのが鮮やかで
一番。咲き終わったのもあればこれからものもありました。私はだんごを1本
食べました。寒かったけどいい香りの梅が感じられて気分的に良かったです。
来年も行きたいです。(Uさん)

梅を見に行ってからカラオケに行った。楽しかったです。梅もぼちぼち咲い
ていて季節のものを見るのはいいなと思った。あんだんごを食べました。カラ
オケは古い曲ばかりでいかな。でも楽しかった。(Kさん)



~調理~

オムライス美味しくできてよかった。次回は、向山に桜を見に行きたいが、
調理もしたい。調理だったらチキンカレーを作りたい。(Wさん)

オムライスを作った。味はとても美味しく楽しく行うことができたが、
ご飯を余らせてしまい残念に思う。次回は、海釣り、
水族館にも行きたいです。(Iさん)



テーマ
お子さま
ランチ



~PC~

漢字ではニアミスがあった。Excel の感覚が戻ってい
ないので、時々やりたいと思う。PowerPoint は家の PC
でやってみたいと思う。次回は、外へ出て行ってみたい。
花が残っていたら、花を見に行きたいと思う。(Hさん)

