



梅のつぼみも膨らんで寒さの中にも春の兆しを感じられる季節になりました。この時期は“三寒四温”といい、寒い日と暖かい日の繰り返しでようやく春の陽気がやってきます。

2月3日(月)は節分です。「鬼は外！福は内！」節分には、豆まきをして幸せ(福)をいっぱい内(家)に呼び込んで、1年で一番寒いこの時期を乗り切りましょう。

インフルエンザが流行しています。ご家族の皆さんで体調管理に努めてください。

《栄養士/室岡》

昨年のデイサービス最終日(12/27)にご利用者様にお召し上がりいただきました高橋事務局長の「手打ちそば」のお話です。

年内最終営業日に恒例行事?? となっている「手打ちそば」を提供させていただきました。



①「水まわし」…そば粉の量に対しての約半分の水を徐々にいれてこねる準備をします。

◀②水分を含んだそば粉を練っていきます。



◀③練ったそば粉を麺棒(のし棒)を使ってのばしていきます。  
▼はじめは丸く、しだいに四角くします。



▼④のばしたそばを折りたたみます。



◀⑤折りたたんだそばを包丁で細く切ります。



◀利用者様の前でそば切りを披露しました。



皆様には愛情を込めた「手打ちそば」を天ぷらとともに提供させていただきました。サクサクの天ぷらと、香りがいい「年越しそば」となりました。