夢こまち　小規模
はたのだより

9月はお団子作りや、敬老の日にみんなで乾杯！

こんな感じでいい？

いい感じだな♫

カンパーイ！

9月は敬老の日にちなんで、普段よりちょっと豪華な昼食メニューで乾杯しました！
他にもお月見団子を作ったり、タオルを使った体操や、風船を使ったレクリエーションなどはたので楽しく体を動かしながら過ごしています。
いつまでもお元気で!!☺

よいしょー！

今月の誕生日

～秋ナスを美味しく食べる～

～秋ナスのぽん酢炒め～

お誕生日おめでとう！

皮が薄くて柔らかく、うま味もアップしておいしい！ これが秋ナスの特長！
名残の秋ナスとなりましたが、ぽん酢でシンプルに炒め、トロッとした食感と味わいを楽しみましょう。

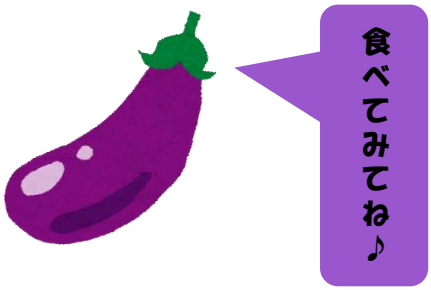
【材料】
- 秋ナス：2～3本
- 薄力粉：適量
- ごま油：大さじ1
- ぽん酢：大さじ2
- かつおぶし：適量
- 青ネギ：適量

1.ナスはヘタを取り除き、縦半分に切る。皮めに細かい格子状の切りこみを入れ、食べやすい大きさに切る。

2.薄力粉を切ったナスにまぶす。

3.フライパンにごま油を熱し2を入れて弱めの中火で炒め、
柔らかくなってきたらぽん酢(味ぽん)を加える。

4.皿に盛り、
かつおぶしと小口切りの青ネギをのせて出来上がり！



～10月イベント予定表～

誕生日会	10/1、20
いものこ汁	10/19、20
外食レク(あんみつ姫)	10月第4週　6日間
紅葉ツアー	10月後半

※都合により、行事日程や日程が変更になる場合があります。
※天候や状況により多種多様な活動をスタッフと一緒に楽しんで頂いています。

【はたのへお問い合わせ】TEL 0183-73-2060　✉ fukusi@komachi.or.jp