



小規模多機能型居宅介護事業所ラウレア  
 TEL045-372-3223 FAX045-372-3224  
 HP掲載に当たりご家族様の許可を得て掲載しております。  
 編集により画像の一部を加工している部分がございます。

ラウレア通信6月号をお届けします。  
 梅雨の時期に入りましたね。じめじめとした季節に入り雨の多い時期となっております。  
 食中毒も発生しやすいですからご家族の皆様もお気を付け下さい。  
 今月はずんだ餅作りを行いました。職員、利用者合わせての共同制作で去年の桜餅作り  
 続いて1年ぶりの企画となりました。  
 皆様自身が携わるにより、作る事の楽しさ、達成感を感じてくれたことと思います。  
 来月のラウレア行事は夏の風物詩流しそうめんを行います。



### ずんだ餅作り

”ずんだ”とは枝豆で作る緑色のあんのことです。「農山漁村の郷土料理百選」で選ばれた宮城県の郷土料理。ラウレアで挑戦しました。

### 6月ラウレア行事 「みんなで作ろう！ ずんだ餅」

#### 主な材料

- ・ 枝豆・砂糖
- ・ 白玉粉・絹豆腐



たくさんある枝豆の皮を皆でむいていきます。  
 第一の作業です。食中毒防止の為、調理用手袋を着用中。



こっちを向いて～！  
 笑顔で撮影…。

白玉粉と豆腐を混ぜてくれます。  
 これを丸めて団子にします。



皆様難しいのかな、  
 それとも楽しいのかな？

#### 作り方

- ①枝豆の皮をむく
- ②むいた枝豆をすり鉢でつぶす
- ③つぶした枝豆を砂糖で味付けをする
- ④白玉粉と絹豆腐を混ぜて団子にする
- ⑤鍋にお湯を沸かして団子を茹でる
- ⑥団子の上にずんだを乗せて終了！



共同作業中。

↑ テーブルを横一列にして調理開始。奥のテーブルが作り方①を手前のテーブルが作り方④を行ってます。作業工程は多いですが、全体としてそんなに難しくはないです。枝豆の皮をむくのが一番面倒かもしれませんね。



あららっ！？  
 ちよっと一口(´▽`)



枝豆を潰してます。  
 職員も行いましたがミキサーを使った方が当然楽でした。



皆様作業に夢中となっております。  
 出来上がりが楽しみです。

出来上がった白玉団子は100個以上。  
取り分け後にずんだを上から乗せていきます。



鍋にお湯を沸かし、白玉を  
どんどん入れていきます。  
茹で時間は2、3分。  
浮き上がってきたら茹であがり  
です。茹であがったら水の中  
に入れ冷やしていきます。



← 取り分けをお願いします。  
合計21人分。一皿約6、7個  
ぐらいを目安に。取り分けて  
る横で何かを考え中でしょうか。

枝豆に含まれるビタミンB1  
は糖質をエネルギーに変換し、  
スタミナ不足や疲労回復に効果的。  
鉄分も取れて貧血予防になるので  
夏バテ解消にはピッタリです。



気になる味の程はどうでしょう。  
枝豆にはやはりビールかな・・・。



こうして見ると枝豆だけでなく  
抹茶にもわさびにも見えますね。

故郷の味 — 宮城県郷土料理 —

ずんだ餅完成



我々の中に宮城県出身の方は  
いらっしゃるでしょうか～！？

誕生日



3時のおやつとして召し上がりました。  
ちょっとお疲れモードかな（^^）



6月の誕生日は2名  
いらっしゃいました。  
いつものように職員  
手作りの色紙をプレ  
ゼントしました。  
いつまでも元気で過  
ごして頂ければと思  
います。

編集後記 ～イチロー選手 日米通算4257安打達成～

6月16日、マーリンズのイチロー選手が4257本のヒットを放ちました。  
あくまで日米通算の為、参考記録ながらもピード・ローズ選手の持つ4256本を  
抜いて偉大な記録を更新致しました。打席で、投手方向にバットを立てて構える  
といういつものスタイルでヒットをたくさん量産してきました。  
この記録を我々の立場で置き換えてみますと、ラウレア通信が4257号達成する  
には今月号が第1号だとしてもざっと355年後。  
西暦2371年という途方もない数字に。さすがに我々は生きてないですね(>\_<)  
このラウレア通信が355年間にも渡って続いているのでしょうか!?

(ラウレア編集長)

祝歴代  
最多安打!

