

# 土曜日のプログラムレポート

\*4月27日\*

## ランチ Cooking



今日のメニューは・・・

- ・豚肉とキャベツの重ね蒸し
- ・おにぎり
- ・大根の味噌汁
- ・ジンジャーティーゼリー

本日は、ヘルシーand シンプルメニュー。春キャベツをこれでもか！というくらい使った重ね蒸しは、野菜の甘みがふんだんに感じられる味でした。普段、たっぷり野菜を摂ることはなかなか難しいですが、こうして温野菜にすると、とっても美味しく食べられますよね。大根のお味噌汁も、みょうがを入れてアクセントに。ジンジャーティーゼリーは今まで体験のない、不思議な味でした。何より盛り上がったのは、おにぎりづくり。あつあつのご飯と格闘しながら、自分の好きな具を入れてにぎにぎ。「初めておにぎりを握った！」というメンバーさんもいて、大いににぎわいました。・・・おにぎりを握って、どこかへ出かけたいですね。

## おでかけ

本日のおでかけは・・・

今日は湘南ボウルにてボウリング。ゴールデンウィークの初日だけに、大賑わいか？と思いきや、意外にすんなりレーン予約がとれ、ほっと一安心。今日は総勢11名でのおでかけでした。ひさしぶりのメンバーさんも顔を出し、2レーンに分かれてわいわい。お互いの投球に拍手を送ったり、ハイタッチをしたり、わきあいあいとした雰囲気でしたね。

しかし、今日はハイレベルなたたかい(?)で、170を超えるスコアをたたき出しても涼しい顔のメンバーさんもいらっしゃいましたよ。スゴイですね。コツコツがんばりマス。



スタッフ K

↑↑資料画像↑↑