

# 土曜日のプログラムレポート

\* 10月8日

サタデーキッチン



## おでかけ

今日のおでかけはカラオケでした。総勢8名、2部屋です。久しぶりにカラオケ参加を目的に(?)来所して下さったメンバーさんや、最近おなじみ(??)のメンバーさんでグループになり、楽しく歌唱してまいりました!のんびりまったり歌ったり、熱唱!してみたり、難曲にチャレンジしてみたり、外国語で歌ったり・・・やはりたまには大きな声を出すって良いですね!そして、ダイケアへ戻って来てからは卓球に燃えました。元気・・・。

今日のメニューは・・・

- ・おにぎりいろいろ
- ・豚汁
- ・梨+α

今日の主菜はおにぎりです!おにぎりといえば、日本人の心(?)。今日は、せっかく皆でたくさん作るんだし・・・というわけで、オーソドックスな、鮭のおにぎり・焼きたらこおにぎりに、うなぎゅう(鰻ときゅうり)おにぎり、そして、醤油とみその焼きおにぎり、色々と握ってみました。最近コンビニのおにぎりしか食べていない・・・というメンバーさんも、久しぶりに握りたてのおにぎりはやっぱり美味しさが違う、と仰っていました。皆でわいわい握るのも、楽しかったですね。副菜の豚汁は定番中の定番。今日は、豚肉の脂を落とさない方で!しかし、意外にあっさりした仕上がりだったのは、具の取り合わせのせいでしょうか・・・。おにぎりに豚汁。何だかほっこりする取り合わせでしたね。デザートも、今日はシンプルに。季節の梨をたくさんと、せっかくなので、柿やみかん、ぶどうを添えてみました。更には、予定にはなかった漬物も添えて・・・今日は「ざ・和食」。彩りもキレイでした。

スタッフ K

