

# LOHAS便り

2023/7/01 Vol.58



祇園祭のお囃子が聞こえてくる季節になりました。気温と湿度も高くとても過ごしにくくなりますが、どうぞ水分補給をお忘れなく、お気をつけてお過ごしくださいませ。

## 天王寺動物園に行ってきました♪

大阪の天王寺まで、電車を乗り継いで行ってまいりました。

園内はとても広く、たくさんの動物がいてとても楽しく過ごせました。皆さまも是非一緒しましょう。



## オーキッド 猫たんチームより

今回は自分の好きな四文字熟語と、**門外秘伝のレシピ**をお送りいたします。



**威風堂々**: 大好きな猫が当てはまる言葉で、態度や雰囲気、威厳が満ちあふれて立派な様。

**桜梅桃李**: 綺麗な響きなのと、それぞれがそれぞれの美しい花を咲かす。

**行雲流水**: 空を行く雲、流れる水、そのように、物に捉(とら)われず心のままに生きる。

**豪放磊落**: 小学校の担任の先生が贈ってくださった言葉で、おおらかでいる。

### ナスの蒲焼き丼(一人分)

・ナス 2本 ・ご飯 お好みの量 ・刻み海苔・いりごま・山椒(無くても可、お好みで)

【蒲焼きのタレ】醤油、みりん、酒 各大さじ1 砂糖 小さじ1

①ナスのヘタを取り皮を剥く。少し水に濡らしラップでくるむ。柔らかくなるまでレンジで加熱します。※目安は600wで2分30秒。

②加熱したナスのラップを剥がす。中心に菜箸で線を引くように少しずつ開き鰻のような見た目になるように平らにします。

③フライパンに油を中火で熱し、茄子の両面を焼き目が付くまで焼く。※形が崩れやすいので裏返す際注意

④蒲焼きのタレは混ぜておく。

⑤③のフライパンに④のタレを入れ、煮詰めながら茄子に絡める。

⑥ご飯→刻み海苔→ナス→ごまの順で盛り付け完成。

※お好みで山椒をかけてどうぞ!



## Links(リンクス)

ご利用者様と私たちのコミュニティのご紹介

支援時にご利用者様が造られた作品や活動内容の紹介

### 一緒に作りました

ひじきと豆腐のハンバーグです。

ディナーセットがおいしく出来上がりました。



### 皆様の作品集です

M様 B型就労継続支援事業所にて作成された作品です



## ヘルパーステーション オーキッド 木下 史絵



初めまして、木下史絵と申します。宇治市出身です。在宅で家人の介護を6年、高齢者施設で4年、そしてオーキッドに昨年10月に入職いたしました。おっちょこちょいで少々人見知りですが、持ち前の明るい性格とバイタリティーで皆様に元気を与えられるよう今後も精進してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

次回は8月の発行となります

合同会社 LOHAS KYOTO ヘルパーステーション オーキッド  
訪問看護ステーション ライラック  
相談支援事業所 ヒヤシンス

京都市左京区下鴨前萩町19  
TEL (075) 706-7620 FAX (075) 706-8017