

# みかんの丘給食便り 10月号

広報委員会  
2018/10/1

## はじめに

こんにちは、朝晩は少し肌寒くすっかり秋ですね。皆さんいかがお過ごしでしょうか。9月にしては台風は少ないものの豪雨や地震の被害などが後を絶ちません。一刻も早い復興を願うとともに皆さんの支援が小さな助けになると思います。

これからは気候が良くなり行楽日和です。どこかゆっくり、景色を眺めに行きたいですね。おいしいものも沢山食べにも行きたいですね。来月はさんま会を開きます。炭火でさんまを焼き、旬を楽しんでいただこうと思っております。次回にもこうご期待ください。



## 秋祭り



みかんの丘あきまつりにお越しいただき本当にありがとうございました。今年は室内の開催になりましたが例年通り大いに盛り上りました。



じいさんはおかめしゃん  
がいましたよ。  
お面の下もおかめしゃん

## 秋の味覚 大芋を作ってみませんか



- ①さつまいもは、一口サイズに乱切りにし、水に浸してアクぬきする。
- ②アクぬきの水がにごらなくったらザルにあげて水気を切る。
- ③160℃に熱して油で2を揚げる。
- ④小鍋に砂糖・水・しょうゆ・みりんを入れて火にかけ、木べらなどでかき混ぜながら弱火で煮込み、飴状になつたら3のさつまいもを加えて絡ませる。
- ⑤黒ゴマをふって出来上がり。

## 本日のメニュー

炊きこみごはん  
天ぷら盛り合わせ  
茶碗蒸し  
お吸い物  
リンゴ



## みかんの丘 敬老会



### 敬老の日のはじまり

敬老の日は、兵庫県多可郡野間村で提唱、行われていた敬老行事の「としよりの日」が始まりとされている。

「老人を大切にし、お年寄りの知恵を借りて村作りをしよう」という趣旨のもとと9月15日を「としよりの日」と定めて、敬老会などを開かれてきました。

今日では、敬老の日を第3月曜となり「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日」となっています。

祖父や祖母、両親に敬老の意を示すことができたでしょうか。一緒に時間を過ごしたり、少し時間を作つて面会するのも喜ばれることでしょう。シルバーウィークにやり残したがあれば、いつでもいいので少し時間を作つてみてください。これを期にご面会をお待ちしております。



いつも大活躍の  
みなさん☆彌

今回は、ドーナツを作ろう!!  
さあみんなで丸めるよ



### B-1グランプリ開催



中庭のピザ窯でピザを焼きました。

午前中に記事を練りこみ、寝かせて発酵させます。

午後から、トマトソースや野菜、チーズを乗せトッピングをしました。

それから、ピザ窯で10分ぐらい焼くとおいしいピザが出来上がります。

火起こしから大変ですが、手作りピザは絶品ですよ♪

ホームページも毎日更新中です。「みかんの丘」で検索して下さい。

