



Service
Radiance
Multi presents



に寄り添う

第96号

けあらーずだより



今月は西熊本駅近くの
「Xmasイルミネーション」です。



みかんは揉むと甘くなる？



冬と言えば「こたつでみかん」。昭和の風物詩でもあったのではないのでしょうか？

ところで、みかんを食べるとき、つい揉んでいる方を見かけることはありませんか？

じつは、みかんは傷ついた時に、実の中のクエン酸を消費してその傷を修復しようとする働きがあるのです。

そのため、何もせずに食べた時には酸っぱく感じるはずのみかんが、揉むことで実が傷ついたと勘違いをして、クエン酸の酸味が減り、甘さが際立つようになるのです。

甘いみかんがお好きな方、ぜひ一度お試しあれ(*´艸`)



コップのジュースの量、⑩女の子の後ろのツリーの葉の形

ケーキのプレート上の文字、⑦男の子の服のボタン、⑧女の子の帽子の形、⑨女の子の
リールの四角い飾りにリボン、④男の子の口の大きさ、⑤男の子のプレゼントの柄、⑥
答え：①ツリーのてらべんの星の大きさ、②ツリーのグレーのボール飾りの色、③ツ

《ちょっとの時間で脳トレ》



上の2枚の絵には、**10個**の間違いがあります。探して下さい！

(今回は、「間違い探し博士の部屋」から頂きました。)



里芋のともあえ



材料

～rinrinto.comさんより～

里芋：250g（5～6個）

砂糖：大さじ1

すりごま：大さじ1

味噌：大さじ1

白ごま：少々

作り方

- ①里芋はよく洗い、皮付きのまま（水は拭かない）耐熱ボウルに入れて軽くラップをし、600wのレンジで5～6分チンします。
- ②耐熱ボウルから出して皮をむきます。熱いのでキッチンペーパーなどで包んでむくと良いです。
- ③ポリ袋に里芋1/3と砂糖・すりごま・味噌を加え、もんで混ぜ合わせてください。
- ④残りの里芋を食べやすい大きさにカットし、ボウルに先ほどのもんだ里芋と入れてさっくりと和えてください。
- ⑤器に盛りつけ、白ごまを散らせば完成。



ヘルパーおススメ！簡単レシピです♪(≥▽≤)/



ヘルパーさん・利用者様ともに募集中！

けあらず城山

〒860-0066 指定訪問介護事業所

熊本県熊本市西区域山下代4丁目

10-3 上野第1テナント201号

TEL：096-288-0995 FAX：096-288-5867

訪問介護事業所番号：4370111041