



とよみ通信

4月・5月・6月主な活動

- ・県・地区栄養士会活動・多職種(各研修会)(各研究発表)(生涯学習研修会)(市食育・地産地消推進協議会活動)
- ・ぴよんぴよん飛びうさぎ
- ・e-towns+ コラム掲載
- ・特定保健指導
- ・レシピ掲載(鶴岡ガス様と鶴岡印刷様コラボ)
- ・外来栄養指導・訪問栄養食事指導
- ・書籍寄稿
- ・講演活動
- ・出羽商工会農業部会参加
- ・グループホーム献立作成・調理指導・栄養相談
- ・企業栄養管理
- ・南庄内栄養と食を考える会活動
- ・鶴岡市女性センター講座(6月27日予定)
- ・健康講和&調理講習会(五十嵐陶器店様・アンジェリ様コラボ)
- ・地域子育て支援事業

今月の詩

強 幸 き 平 や 心 疲 疲 巖 耳 楽 ど
 さ せ っ 和 さ 地 地 れた れ た 肅 を し こ
 の に と の の し よ 地 たら たら な から
 種 な れ 種 の し い よ 帰 帰 な から
 を 分 れ 種 の さ の 風 が っ っ 踊 り か
 け け れ 手 を の の 種 を 荷 荷 聞 こ
 て て 分 手 に は 分 物 を 捨 て お い て き
 く れ る 一 け て く れ る よ い で き ま す
 と よ み

手軽で簡単レシピ～たじん鍋ふっくらさん～

<ぶるるんプリン>

* 材料<6個分>

- ・牛乳・・・150cc ・生クリーム・・・100cc
- ・グラニュー糖・・・30g ・卵・・・2個
- ・卵黄・・・2個分



作り方

- ①たじん鍋のふたは予め十分湿らせておく。
- ②鍋に卵以外の材料を入れ弱火にかけグラニュー糖が溶けたら火を止める。人肌になったら卵を加えプリン型に入れ分ける。
- ③たじん鍋に水500ccはり、2を入れ中火で10分。火を止めそのまま10分蒸らす。
- ④荒熱をとり冷蔵庫で冷やして出来上がり。

研修会テーブルトータルコー
 ディネート
 五十嵐明美先生(五十嵐陶器
 店様) ↓



石巻油麩使用
 ～油麩のきのこあんかけ～



* 購入先: 鶴岡ガス(株)さんにお問い合わせ下さい。

オープンハウス奏(かなで)十一月開所予定です。
 地域共生をめざして
 小川 豊美

この度、地域共生を
 目指して新たな事業展
 開を開始する為準備に
 入りました。管理栄養
 士が食に視点を当てて
 「食べる喜び」が生き
 せる力になり健康で暮ら
 せる地域づくりのお手
 伝いができたので、地
 産・消。旬な物は旬のう
 ちに、澄み渡ったなん
 とも心地よい空気感の
 中で尊厳ある時間を共
 有できたならと思います。