

社会福祉法人 目黒区社会福祉事業団  
東山多機能ホームけやき  
〒153-0043 目黒区東山 3-24-6  
ひがしやまホーム内1階  
発行責任者 所長 樋谷 博子

# けやき だより

## 🔪🔪🔪 第2回けやきのお料理レクリエーション開催 🔪🔪🔪



**献立**：焼きそば キャベツと人参のコンソメスープ  
フルーツヨーグルト

9月中旬、第2回お料理レクリエーションを開催しました。  
今回は皆さんで焼きそばを作りました！  
ホットプレートを使用し、屋台風仕上げました。



事前に近くのスーパーへ買い出し♪  
しっかり食材を見極めます！

### 焼きそば作り ①切り分け



食べやすい大きさに切り分けます。職員も手伝いますが、  
自ら「私これ切りますよ」など、皆様で分担して下さり、手際が良くさすがでした。

### 焼きそば作り ②焼く・味付け・盛り付け



切った麺・野菜を、ホットプレートで焼きます。  
15人分は量が多く、急遽フライパンも必要になる  
ハプニングも…！  
味付けをして、均等に盛り付けます。



## コンソメスープ作り



切った野菜にお水を加え、コンソメで味付けをします。  
コトコト煮込んであっという間に出来上がりました。

## フルーツヨーグルト作り



ヨーグルト担当です！



バナナを切り、フルーツの缶詰はシロップと分けます。  
それらをヨーグルトと和えたら出来上がり！

## ★完成★



「また作りたい！」

「皆で作った焼きそばは  
美味しかったです。」

「久しぶりなので作り方を忘れ  
ていました。でも皆で作ったの  
で大丈夫でした。」

第2回お料理レクも、安全に美味しく出来上がりました。  
最後は皆様に食器洗いと食器拭きもしていただきました。  
今回は、教員免許の実習生も参加しておりましたが、  
皆様の手際の良さに圧倒されておりました。  
第3回も予定しており、準備を進めている状況です。  
何を作るかはお楽しみに！



### 【編集後記】

酷暑が続いた今年の夏も、ようやく落ち着き始め、過ごしやすい日々となりました。  
利用者様からは、「昔は30度と聞いただけで酷く暑く感じていたのに、今では35度を超えることが  
当たり前になってしまった。」と声があがっておりました。  
日も短くなり、少しずつ冬へ向かっていることに、嬉しさもあり、寂しさも感じる日々ですね。  
季節の変わり目、体調を崩しやすい時でもありますので、お身体にお気をつけてお過ごしください。