

# 前段通信

前段談話室

NO. 37(4月号)

随時発行

今年の冬は雪が少なく、春の訪れも早かったですね。  
新生活をスタートするみなさん、早く新しい環境に慣れ、頑張ってください。



## ～ イベント紹介～

### お茶会(裏千家)

3月31日、すわか文化村主催の「お茶会」が開催され、東京からお茶をたてる先生が来てくださいました。季節の花や掛け軸を飾り、お茶道具を使い、本格的なお茶の雰囲気を楽しみました。作法も分からなくて、初めは緊張気味の住人さんたちも、お茶を頂く時や頂いた後の言葉使いや、茶碗の回し方を少しだけ教えてもらい、おしとやかにお茶を頂いていました(笑)なかなか体験する事がないので、とても貴重な時間を過ごしました。



## 春！おもてなし料理

### 春爛漫＊菜の花と桜えびと卵の混ぜご飯

材料 (3人分)

温かいご飯(酢飯でも) 3膳分

菜の花 3～4本

卵(L) 1個

桜えび(干しえび) 大きじ2くらい

炒り胡麻 小さじ1

☆だしの素(顆粒) 小さじ1/2

☆醤油 少々

☆塩(天然塩) 小さじ1/3



1. 鍋にお湯を沸かし、塩を多めに加え、菜の花を茹でる(塩味を付ける)→ザルで冷まし→水気を絞り→5ミリ幅に切る
2. 卵を溶いて、塩と砂糖(分量外・少々)で薄めに味付けして、炒り卵を作る
3. ボウルに温かいご飯を入れて、☆調味料で味付けして→具材を全て加えて混ぜて出来上がり



## の行事予定



- 10日(金) えほんカー(図書) 10:35～11:05
- 23日(木) 無料ほっと映画会(すわか文化村) 13:30～15:00
- 24日(金) えほんカー(図書) 10:35～11:05
- ふれあいサロン(いわて生協) 13:00～15:00

今まで前段団地を3人の支援員で常駐してきましたが、3月末で2人の支援員が退職、異動となり、前段団地での勤務が終了となりました。今まで、みなさんにお世話になり、ありがとうございました。4月より支援員の体制が変わり、談話室に常駐の支援員が1人となり、巡回の支援員が見回りやイベントの時に来る事になります。これからも今までと変わりなく、よろしくお願ひします。