

みどりの里山岸団地だより



梅雨も明け夏本番です。夏休み、お盆での帰省等で大槌の町も人が増えて賑やかになりそうですね。外出の機会も多くなるかと思いますがくれぐれも熱中症には気をつけて下さい。



熱中症予防 には水分や塩分の補給、帽子着用や涼しい所で過ごすようにしましょう。(※水分はこまめにとって下さい)

いいこときいちゃった。つぐってみっぺしい♪

青梅の甘露煮

材料・・・青梅 1kg、グラニュー糖 800g、水 200cc

- ① 青梅は洗ってへたを取りよく拭いて冷凍する。
- ② なべに水と半分のグラニュー糖を入れ火にかけて溶かす。凍ったままの青梅を入れる。
- ③ 残りの半分のグラニュー糖を入れ、焦げない程度の火力で煮、煮立ったら弱火で40分ほど白いアクを取りながら煮る。(※かき混ぜないこと)
- ④ 一晩そのまま置いてOK!!☆

注意



仮設内をハチが飛んでいます。先日住民さんが2つ巣を見つけ、完全防備にて取ってくれました。ハチに注意し巣をみつけたら支援員まで連絡下さい。



見て見て～

おらいの畑でこんなにおがったよ～♪

