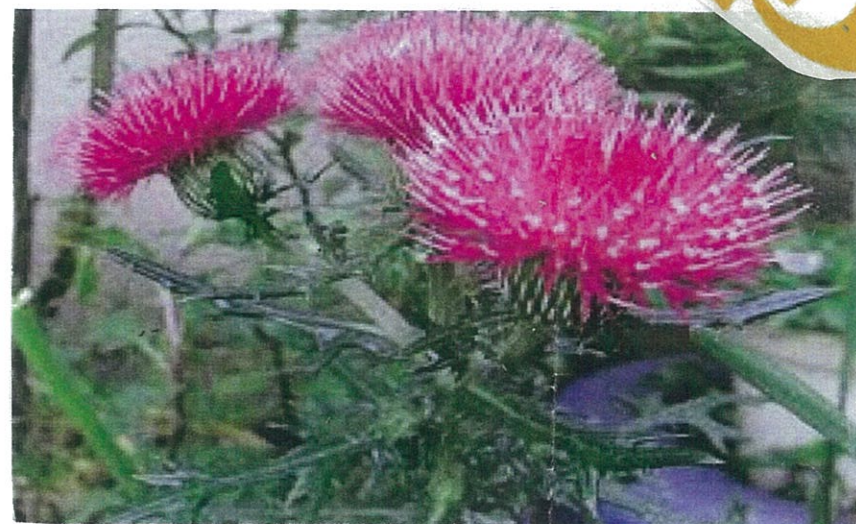


第8仮設 支援員だより

No.23

11月 11月

今月の花
「アザミ」



突然ですが...

「ケサラン・パサラン」って

矢口ってますか??

持ち主の原根を叩くと

いう伝説があります!

「幸せを口ずかす妖怪」と
言われています。

ケサラン・パサランには動物性と植物性があり

なんと、アザミの糸毛は植物性らしいですよ。

見つけて、みんなで happy になりましょう。

つかまったら!! ゼンに入れて

保管してみてね



11月は 霜月といわれ

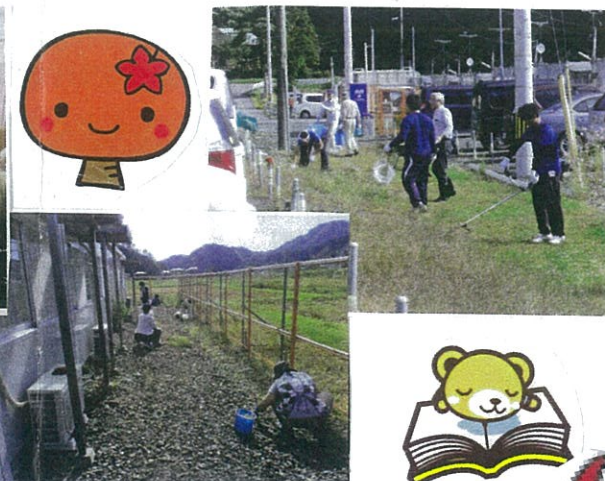
朝、晩 寒くなります

いかに 負けないよう 体調管理に
気をつけて下さいね

- 暑い夏は細菌による食中毒ですが
寒い冬はウィルスによる食中毒に注意です
- 体を暖める朝食は主食+副菜+汁
- 適度な脂肪と筋肉が体を暖めを撃退

草刈りと意見交換会が行われました

秋の草刈りと新しく入居した住人さんも
加わり意見交換会をしました。



人気!! 吉見さんの
ニュースポーツ



リオ
パラリンピックで
有名になった「ボッチャ」で
盛り上がりました

こんな質問が...

しょうがの保存ってどうすれば??

数日で使い切る場合は —
ラップで包み冷蔵庫へ

長期保存する場合は —
しょうがを洗って ゼンやタッパなどに
入れ、かぶる量の水を入れる。
フタをして冷蔵庫へ
水は、できるだけこまめに替えたほうが
いいです。
すりおろしたものは —
冷凍保存が可能です。

みなさん
試して
みて

お知らせ

納涼会の写真を集会所に展示中
ほしい方は注文用紙に
書いて下さいね
みなさん見に来てね