



ほっとあいのヘルパーさん（訪問介護員）たちが、台所にある身近な食材で『簡単料理』『アイディア料理』を研究し発表しました。どの献立も栄養もあり、とても美味しいので皆様にご紹介いたします。是非作ってみてください。

### 大根もち【材料】

- ★大根
- ★上新粉
- ★しらす
- ★水
- ★塩
- ★ごま油

### 作り方

- 1 大根を細いひきなにし、塩少々でもみ、しぼっておく。
- 2 上新粉を水で溶いて、しらすを混ぜる。
- 3 大判型にし、ごま油で焼く。

### 感想

- ◎もちもちしている。
- ◎しらすが入っておいしい。
- ◎上新粉の代わりに白玉粉でもよい。
- ◎大根っぽくないのがいいかな？



### 活動風景

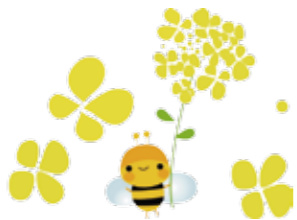


四月の壁画は大河原の（桜）土手をイメージした風景を作成していただきました。

桜を含め、菜の花、チューリップ、タンポポ等たくさんのお花が咲きほころびました。また、散歩や花見の人達も笑顔があふれております。

蔵王の山々は、ちぎり絵で作っていただきましたが、色合いよく配色して下さっているのがわかります。とても皆さんの温かみも感じられるようないい風景となりました。

五月の壁画もどのようなものが出来るか楽しみですね。



### 五月の行事

- ・お茶会
- ・誕生会
- ・紙芝居
- ・みんなで一緒に唄おう



### NPO法人ほっとあいからのご案内

「ほっとする・あったかい・助け合い・愛」

特定非営利活動法人ほっとあいは、平成10年の設立時より「住み慣れた地域で暮らしたい」と願う人々の思いに寄り添いながら活動を続けてまいりました。

その時々様々なニーズに対応するために多様なサービスを展開しています。

みなさまのまわりで、ほっとあいを必要とされる方がいらっしゃいましたら、担当の者までお声がけ下さい。

自主事業(住民参加型在宅福祉サービス)

- ・ファミリーサポートホームヘルプサービス
- ・外出支援・移動サービス
- ・ほっとあいの家(デイケア・ナイトケア)
- ・おしゃべりサロンほっとあい(毎週土曜日)

介護保険事業

- ・居宅介護支援・訪問介護・通所介護

障害者自立支援法

- ・ホームヘルプサービス

行政委託事業

- ・軽度生活支援・障害者等移動支援
- ・障害者等一時預かり

各事業の担当者がご相談を承ります。 ☎0224-52-8555