

すぎな園だより

れいわ ねん がつ にちはっこう だい ごう
 令和3年6月1日発行 第169号
 じゅうしょ まつやましきたよしだまち
 住所：松山市北吉田町77-95
 TEL：974-8310
 FAX：974-8340
 メールアドレス：suginaen.0704@song



旬を逃がさないハンター岡本！ 山菜の種類と食べ方まとめ

くま とつみん さ 熊が冬眠から覚める春から夏にかけて、山菜の季節ですね！わたくしが南予に住んでいる頃は、自然の山の食材や海の食材を日常、子供達と一緒に収穫する生活をしていました。今は休みの日に車でドライブをしていると、山や海の近くを通った時に「これは！」と思わせる山菜を目にすると突発的に体が反応して「収穫したい！」とハンターの血が騒ぐ時期に入りました。(苦笑い)
 ここからは、そんな春からの山菜を紹介していきましょう。なお、収穫時期については地方によって異なるため、今回のデータはだいたいの目安となりますので参考までに！収穫後の身近なおいしい食べ方なども一緒にご紹介しつつ、その魅力に岡本流でせまります！

山道



つあぶき
 収穫時期 3月初旬～4月下旬頃
 レシピ・煮物・佃煮・きんぴら・漬物

竹林



たけのこ 収穫時期 4月初旬～5月下旬頃
 レシピ・炊き込みご飯・天ぷら・炒め物・佃煮・ピクルス

山道



ふきのとう 収穫時期 3月下旬～5月下旬頃
 レシピ・天ぷら・味噌汁・炒め物

山道



たらめの芽 収穫時期 4月下旬～6月下旬頃
 レシピ・天ぷら・炒め物・お浸し・パスタ

山道



わらび 収穫時期 3月中旬～6月初旬頃
 レシピ 天ぷら・炊き込みご飯・お浸し・炒め物

タケノコピクルス



つわぶき佃煮



わらび炊き込みご飯



山菜についてどう思われましたか？私自身、山菜を収穫する楽しさをたくさん体験して、その種類や食べ方など知らない事が多いのも事実です。

是非とも皆さん、収穫後の食材の保存方法に何か良い方法があるよ！という方、どうか岡本まで教えて頂けたらと思います！有難く参考にさせて頂きたいと思います(*-*)

山菜はおいしいだけではなく、心と体にフレッシュな活力を与えてくれる自然の食べ物ですので、春の訪れを一杯感じてみてはどうですか？

(△山などに入る時には、不審侵入にならないように所有者の有無には気をつけてくださいね。)

文責：岡本 久美子



みかんの皮むき作業



さいきん しゃかいじょうせい りようしゃ さぎょう へ いっぽう ともな りようしゃ
最近の社会情勢で利用者さんの作業も減る一方で、それに伴い利用者さん
のお給料も少なくなる一方でしたが、5月より新しくみかんの皮むき作業を
することになりました。

しゅう かい まいにちだん はこぶん かわ む さぎょう い
週4回、毎日段ボール2箱分のみかんの皮を剥いていく作業で、みかんの良い
香りを匂いながら取り組んでいます。ただひとつ…みかんの汁が飛びちるので
室内では大変なので、玄関前に常設のテントを設置して多くの利用者さんに入
れ替わり立ち代わり経験して頂いております。

む かわ ふぶん しょうひん
剥いた皮の部分が商品になるそうで
【FLORA LABO】

さんというところから商品になっています。
みかける事があれば手に取って見て下さいね！



保護猫の飼い主探しにつきました

せんじつ えんきんべん ほご ねこ か めし ひげせんいん
先日、すぎな園近辺で保護した猫の飼い主さんが5匹全員
無事決まりました。お問い合わせ頂きました方々やご
心配して暖かいお声を掛けて下さった方々、ご協力あ
りがとうございました。

すずちゃん



6台目の運び屋さん



そうげいしゃ ふ
送迎車が増えました。

げんざい こんねんど ありがた りようしゃ ふ
現在のハイエース、キャラバン2台、ステップワゴン2台に加え、フリードが仲間入りし
ました。今年度は有難いことに利用者さんも増えて、これからどんどん活躍すると思
います。大切に使用したいと思います。尚、ハイブリッド使用となりますので、燃費が、向上し
てくれることを期待しています。

絶賛 職員募集のお知らせ

せんげつ つづ
先月に続きまして…。。

すぎな園では、お仕事をしたい！という方を大募集しております。
げんざい しえんいん はたら くだ かつ つの きょうみ かつ
現在、支援員として働いて下さる方を募っておりますので、興味がある方はご
連絡下さい。資格や経験は問いませんので、お知り合いにも是非お知らせ下さい。

6月の行事予定

- 2日(水) 料理活動(ほし)
- 8日(火) 料理活動(さくら)
- 16日(水) 料理活動(そうさん)
- 22日(火) 料理活動(ミッキー)
- 24日(木) 内科検診
- 29日(火) 避難訓練