

たまご通信 その40

みんな大好き 炊き込みご飯 星野弘子 (女子栄養大学 食生活指導士1級)

長雨と台風で合羽と傘の出番が多かった秋がいつの間にか過ぎてしまった。朝夕の冷たさと日暮れの早くなったことはいささか慌てている。かりん酒とキ...

② 調味料はパターンで覚える (a)塩で調味米3合+塩小さじ1 (b)しょう油で調味米3合+しょう油大さじ3 (c)塩としょう油で調味米3合+塩小さじ1.5+しょう油大さじ1.5...

③ 水加減は炊飯器の目盛り通り ます米を釜に入れ、3合なら3の目盛り通りに合わせる。水分の含まれている具であれば、水は増やさなくてよい...

④ 具は米の重量と同量 おかず兼用の具たくさんにするときは、米3合450gと同量の具材を上限とする。

① 米は3合を基本に

米3合は450gで約6食分になる。米と水の対流が起きて



会場で販った「ごっくんチェッカー」

第5回城南文化祭 会場と開催日決定

今年5回目を迎える『城南文化祭』。今年も池上会館で開催します。出演・出品、大募集です。日頃のサークル活動のひとつの目標として、また宣伝の機会として皆さんの出演、出品をお待ちしています。皆さんのご協力ご応募ください。



- 舞台出演規定 ○ 募集項目：ダンス、楽器演奏、歌(民謡、詩吟、合唱など)、手品(など) ● 展示出展規定 ○ 募集作品：書道、写真、絵画、絵手紙、手芸作品など ○ 軸装、額装等は出品者において行ってください。展示は実行委員会で行います。 ※ 出品料・出展料の徴収、出品・出演の謝礼はありませんのでご了承ください。 お問い合わせは、生協本部まで(3762-10266)。

第43回国際福祉機器展に「ごっくんチェッカー」招待展示

ハンドメイドの自助具から最先端技術を活用した介護ロボットまで、世界の福祉機器が一堂に介する、第43回国際福祉機器展が10月中旬に有明の東京ビッグサイトで開催されました。今回も情報収集とあわせて、大田区介護支援研究会の仲間が出席しているのを訪問してきました。ここ数年の特徴としては、介護用ロボットの開発が進んできたこと、障がい者用の車両が年々増えていることです。車イスのまま乗り込めるミニバンや車イスを畳んで、車の屋根に引

城南福祉医療協会は、無料低額診療事業をしています 医療費のお支払いにお困りの方はご相談ください 無料低額診療事業とは...経済的理由により必要な医療が受けられない方々に、安心して治療を受けていただくための制度です。利用するためには...収入状況等確認・申請による審査のうえ、かかった医療費の保険診療分が無料または低額になります。

《対象となる方》 経済的な理由で治療費の支払いが困難な方 《対象事業所・問い合わせ先》 大田病院 03-3762-8421 (医事課 小林) 大田歯科 03-3762-0418 (小川) 大森中診療所 03-6404-2301 (長澤) \*大田病院医療相談室でもご相談いただけます \*また、お電話の際には「無料低額診療のことで相談したい」とお伝えください

福祉タクシー らくだ タクシー運賃・料金は普通タクシーと同じ初乗運賃730円です。福祉タクシー「らくだ」は、車いすに乗ったまま、安全運転でお送りいたします。付き添いの方も3人までお乗りいただけます。 通常のご利用の場合、運賃のほか迎車回送料(1回300円)と時間指定予約料金(1回につき1,000円)が加算されます。 寝台車両の運賃は国土交通省認可料金です。(営業所へお問い合わせください) 営業時間 午前7時~午後7時 受付 午前9時~午後5時 日曜日定休 本社営業所 TEL 3763-0204 FAX 5762-8569

『薬剤師さんをご紹介ください』 (株)城南医薬保健協働 (URL) http://jyouaniryaku.co.jp 本 部 大田区大森東4-18-3 tel. 3298-2421 大 森 薬 局 大田区大森中1-22-1 tel. 3298-4901 う の き 薬 局 大田区鶴の木2-2-9 tel. 5482-8931 東六郷一丁目薬局 大田区東六郷1-24-16 tel. 5714-4193 み つ ぎ 薬 局 品川区西品川2-6-4 tel. 3493-1493 目黒本町薬局 目黒区目黒本町6-6-5 tel. 5720-5048 介護ショップらくだ 大田区大森東3-9-18 tel. 5762-8568