

みとっばる 便り5月

バルシステム茨城 橋本 みとセンター

発行日:2020年5月4日

発行:みとセンター委員会

発行責任者:センター長 佐藤

問い合わせ先:0800-800-6648

新型コロナウイルス感染症拡大予防における 企画中止のお知らせとお詫び



新型コロナウイルス感染症が拡大している状況を受け、組合員の健康・安全を第一に考慮した結果、拡大防止対策として以下の企画を中止とさせていただきます。お申し込みをいただいた皆様には大変申し訳ございません。何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

- シルバーいきいきサークル
- はっぴいママクラブ
- さつまいも栽培体験（3回シリーズ）
- 6月のパルの会（茨城パルの会・水戸パルの会・城里パルの会）

またセンター広報紙「みとっばる」3月号に予告させていただきました、**6/27(土)「みとセンターまつり」も中止**とさせていただきます。大変申し訳ございません。

今後のセンター委員会企画ならびにセンター広報紙「みとっばる」の発行に関しましては、当面の間休止となります。みなさんが安心して参加できるようになりましたら、改めてセンター広報紙にてご案内させていただきます。

★パルの会って？

「パルの会」は、商品の試食を中心にあれこれおしゃべりをしながら、くらしに役立つ情報を楽しく学び交流できる場です。おひとりでもお友達を誘ってでも参加できます♪

- ・茨城パルの会（みとセンター）
- ・水戸パルの会（福祉ボランティア会館ミオス）
- ・城里パルの会（常北公民館）

※人数に余裕があるため、活動が再開できましたら、改めて募集させていただきます。



【城里パルの会の様子】

親子でできる簡単レシピ

●ワクワクちぎりパン●

＝だいどこログより＝

【材料】直径7cm大6個分

- ・ホットケーキミックス・・・200g
- ・いちご・・・適量
- ・バナナ・・・適量
- ・ゆであずき・・・適量
- ・アーモンドクリームなど好みのペースト
・・・適量
- ・水…大さじ5
- ・油…大さじ2

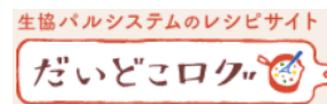


【作り方】

- ① ボウルにホットケーキミックス、油、水を混ぜ合わせてこね、6等分にする。
- ② ①の生地をそれぞれ丸めて手のひらの上で平らにし、好みのペーストを塗り、好みの具をのせ、軽くのばしながら包む。
- ③ 直径約20cmのフライパンにオープン用シートを敷き、②を円形に並べ入れ、ふたをして弱火で約8分焼く。焼き色がついたならシートごと器に取り出し、フライパンをかぶせて裏返してシートをとり、再びふたをして弱火で5～6分、色よく焼く。

※小豆&いちごやみかんでフルーツ大福風に。ほかにアーモンドクリーム&バナナ、チョコ&バナナ、チーズ&ツナ、チーズ&ほうれん草など、お好みの具で楽しんでください♪

ほかにも親子でできるレシピや毎日の食事に役立つレシピがたくさん！！



で検索！！

