

# 訪問看護ステーション ほほえみ

No. 158

2013. 4. 30

電話 (0573) 70-1017

鯉のぼりがおよぎ、新緑が山々に映え綺麗な季節になりました。暖かくなりましたが、まだ雪が降った話も聞きます。気温差が大きいので、体調に気をつけてください。

看護の日のお知らせ

日時.. 5月18日(日)

午前10時~12時

場所.. きりら坂下 駐車場

雨天時 きりら2階

内容.. 身長・体重測定

骨密度測定

AED講習

## 今日の献立 レンジ蒸しパン

材料 4個分

小麦粉：110g 重曹：小さじ1

砂糖：90g (約4/5カップ)

酢：大さじ1 栗の甘露煮：4個

## 作り方

- ① 小麦粉と重曹は合わせてふるう
- ② ボウルに①と砂糖を入れてよく混ぜ、酢と水3/4カップを加えてよく混ぜる
- ③ 栗の甘露煮は1CM角に切り、②に加えて混ぜる
- ④ 湯飲みなどの容器4個に直径5CM位の紙コップを敷き、③を流し電子レンジで5分ほど加熱する

私、林も作ってみました、栗の甘露煮がなかったのでは何も入らない蒸しパンでしたが、何とか作れました。(妻の応援を得て..)