

## ミニデイおとこの台所 八幡山だより

### 6月の料理

321 エリンギの洋風炊き込みご飯  
370 新玉ねぎとカニかまの卵とじ

322 シャキシヤキポテトの青淑肉絲  
追加 玉ねぎと油揚げの味噌汁

エリンギとベーコンだけの具材で優しい味に(321)。3種類の材料を同じ長さ細さで糸のように切るのは難しい、特に肉は苦勞しました。でもポテトのシャキシヤキ感は程良く残せた(322)。玉ねぎが眼に沁みしました(370)。今月の狙いはこの季節でしか味わえない新ジャガと新玉を楽しむこと。結果的には料理がシンプルで調理が早く終わって食事でも会食中の話もゆっくりにできました。3日は10名、17日は8名の参加。



### 多摩地区 歴史散策

21日、京王線南大沢駅で降り整備された遊歩道を通って小山内裏公園へ、園内の緑道尾根から続いて戦車道路を歩く。この道路は旧陸軍が戦車の走行テストと操縦訓練に利用した。隣の長池公園内に出て四谷迎賓館前にあった四谷見附橋を移築した橋を見学。桜並木が続きウグイスの音が絶えないコース。7名の参加。



### 会食中の話題から

「初めての買い物、初めてのLINE」食材購入分担を全会員へと本格化してきたのに伴い食材の種類や重さを間違えたり、中には他の会員に同伴を頼んだりの経験談が披露された。また、通信手段のLINEも回り出し、お互いに教えられたり教えたり。

「6回目のコロナワクチン接種」半数の方が既に接種したか予約済み。5類に移行して対応は自己判断とはいえ、第9波へ突入の声を聞くと高齢者には適時の備えが必要か。

### 7月の予定

1日(土) 台所@ふれあいの家  
15日(土) 台所@ふれあいの家