

ぐれん チーム紅蓮 通信～2019.02～

チーム紅蓮 活動報告



カレンダーリサイクル市



12月29日～30日・1月3日～5日の期間で開催したカレンダーリサイクル市毎年、企業や個人さまから寄付頂き開催しております。今年も初日からたくさんのお客様が来てくださいました。会場横では「チーム紅蓮」制作のぼち袋などの販売をしました(*▽)



ボッチャ体験会in永山



永山住民センターで体験会がありました！初めての方はもちろん、いつもおびつたで一緒に練習している方もいらして下さいました。初めての方に教えてあげたり対戦したり審判員も久しぶりに真剣に対戦したり♪ボッチャにはプレイして初めてわかる楽しさがあるな♪と改めて感じました。もっと19.01.12 たくさんの方に体験して貰って、楽しさを広められたらと思っています。



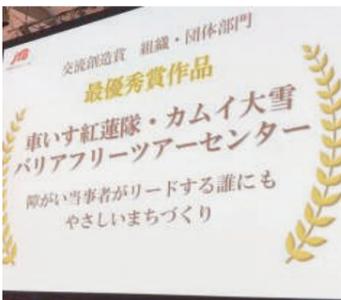
第6回UDレシピ料理会



下田昇兵君が考案したレシピを市民の方たちと一緒に作る「第6回UDレシピ料理会」を行いました。下田昇兵君が考案したレシピをみんなで楽しく試作試食をする料理を作る会ですが、みんなで、ふざけあったり食べながら意見交換をしながら進めたり！参加者の皆さんが個性豊かで、とても楽しい会になっています(*▽)* 笑

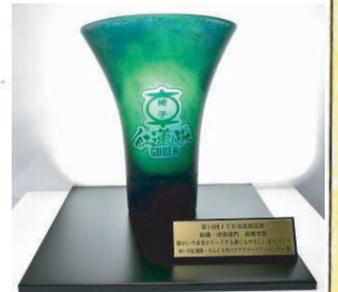


19.01.30



交流創造賞 団体部門 最優秀賞

グッドデザイン賞・文部科学大臣賞に続き、交流創造賞 組織団体部門にて最優秀賞をいただきました。この賞もグッドデザイン賞や文部科学大臣賞と同じで活動を評価いただきました。活動は一人ではできない。と常日頃から感じている私たちは、皆様と一緒にいただいた賞だと、思っています。今年4つの賞を受賞いただき、お手伝いくださる仲間にも感謝、そして、私たちの活動も無駄ではなかったと改めて実感させていただきました☆



UDレシピ ななかまど



UD(ユニバーサルデザインの略)：誰もが簡単に楽しめる

※レシピの加熱時間はあくまでも目安です。ご利用の電子レンジ・炊飯器のメーカーや機種により加熱時間が違う事もありますので、調整してください。

第7回 UD料理会 開催 参加・協力募集

下田昇兵さんが考案したレシピを試作し、レシピとして完成させる料理会を開催いたします。ぜひお手伝いください

2019年2月21日(木) 13:30～
旭川市障害者福祉センターおびつた 調理室
●定員 10名 ●参加費 500円



申込先・・・カムイ大雪
旭川市障害者福祉センター
TEL 0166-38-8200

レンジと炊飯器で作る超かんたん料理

UDレシピ VOL.17 監修 下田昇兵

16歳の時に母と同じ脊髄小脳変性症という難病を発症。料理人の夢を諦めきれず、仲間とレンジで誰もが簡単に作れる料理を考案し、2016年8月に「UDレシピ本」を発行。その後実話をもとに児童書「レシピにたくした料理人の夢」も発売。たくさんの方に支えてもらい現在も新作レシピ考案を進めています

サバ味噌缶でそぼろ丼

※材料 (2人分)※

- ご飯(温かいもの)・・・2杯
- たまねぎ・・・1/4個
- サバ缶(味噌煮)・・・1缶(190g)
- シタケ・・・4個
- にんじん・・・1/3本

※作り方※

- ①にんじん、たまねぎは1cm位の角切りにする。シタケは軸を取ってから1cm位の角切りにする。
- ②耐熱容器に①の野菜を入れて、ふわりとラップをして電子レンジ(600w)で4分加熱する。
- ③②の中にサバ味噌缶を加えて、サバの身を良くほぐし混ぜ合わせる。その後、ラップをしないうで電子レンジ(600w)で3分加熱する。
- ④器に温かいご飯を入れて、その上に乗せて完成！！

★お問い合わせは…電話またはE-mailで / info@dpcmaika-hokkaido.com



〒078-8368 北海道旭川市東旭川町旭正 315-2
Tel : 0166-38-8200 ・ Fax : 0166-38-8211
http://teamguren.kamui-daisetsu.org

