



10月 パレットだより



高く澄んだ空にさわやかな秋風、外に出るのが心地よい季節になりました。

10月15日は「世界手洗いの日」です。「手洗い」は誰もがすぐに出来る衛生の取り組みで、正しい手洗い習慣をつけることは、いろいろな病気から「自分を守ること」に繋がります。《手のひら》《爪》《親指の付け根》《手の甲》《指と指の間》そして忘れがちな《手首》をしっかりと洗い、健康を守りましょうね。ちなみに、すべての部位をしっかりと洗うには約 20 秒かかると言われています。



サツマイモのあれこれ



サツマイモが美味しい季節になりましたね。ひと言でサツマイモといっても、天ぷらや煮物に向いている「ベニアズマ」といったホクホク系、蜜が出るほどの甘味が特徴である「安納いも」をはじめとしたねっとり系など、様々なタイプがあります。さらには焼酎造りに向いている品種もあり、サツマイモにも色々あります。同じ品種でも畑の土が違うだけでも味が変わるそうで、同じ品種でも値段がガラリと違うこともあるようです。

ちなみに焼き芋にするにはホクホク系、ねっとり系どちらでも OK。最近では甘さが特徴のねっとり系が人気ですが、2000 年代に入るまではホクホク系が主流だったそうです。

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
6	7	8	9	10	11
13	14	15	16	17	18
20	21	22	23	24	25
27	28	29	30	31	

今月の活動

4日(土)は、八戸のこどもの国へお出掛けします。雨天時はイオン十和田にてマクドのお買い物体験になります。



9月のパレット



トランポリン跡地に作った畑で育てていたサツマイモが収穫の時期になり、みんなで芋掘りをしました。収穫後すぐに食べても美味しくないの由来月まで寝かせたのですが、味見にちょっとだけ天ぷらにして食べました。まだ甘みは控えめでしたが、美味しくできました。

11月に石焼き芋で美味しくいただく予定です。



HP とインスタグラムは

こちらから↓



HOUDEIPALETTE



パレット HP

令和 7 年 10 月 1 日 発行
株式会社相坂屋
放課後等デイサービス パレット
青森県十和田市東十一番町2-17
0176-51-3121

