



みぬま食ネット



発行
老人保健施設
みぬま 食養部門
このニュースはみぬま
HPIにも掲載されています
<http://rouken-minuma.jp/>

2020年から暮らしは こう変わる

↑ 負担増 ↓ 負担減

社会保障



↑ 診療報酬の診療料など本体の引き上げ負担増

↓ 薬価引き下げで負担減

子育て・教育



↓ 高等教育の無償化

↓ 未就学児の安全確保のため、信号や道路標識の整備

消費税増税対策



↑ 中小小売店でキャッシュレス決済した際のポイント還元制度が20年6月で終了

↓ 2万円のチャージや支払いに対し、5000円分マイナスポイント付与(20年9月から)



2020年、新年度が始まります。昨年の消費税増税を受けて政策が変わります。消費者に負担のかかる増税。現在、そして未来の人たちが暮らしやすい社会を作ってもらいたいですね。



気候が良くもう桜も散ってしまいますが、4月3日はお花見の行事食を行います。チラシ寿司と木の芽やフキを使って、春を感じる献立にしました。どうぞご賞味ください。



食養部門一同

★シイタケのキムマヨ焼き 色々アレンジしてください



★材料

シイタケ
キムチ
マヨネーズ

4個
適量
適量



老健みぬまでは、利用者様の食事についての相談を調理師が承ります。
お気軽にご相談下さい。

★作り方

- ①シイタケはヘタを取る。
- ②キムチを包丁で軽く刻む。
- ③ ②とマヨネーズを混ぜる
(キムチを多くすると辛めに。千切りキャベツを細かく切って和えると辛さ控えめに)
- ④オーブントースターで5分くらいを目安に加熱する。(火が通っていない場合はさらに加熱。)
- ⑤火傷に気を付けながら、シイタケを取り出し器に盛り付ける。

注)シイタケの上にのせる具は、お好みで色々な物を試すと新しい発見にも巡り合えるかもしれません。

注)病態に応じて、使えない食材などもあります。医師との相談の上、お使いください。