

すういーとだより

こんには、大井交番となりの
スウィート・にしおかです。
寒中お見舞い申し上げます。
寒さもいつそう厳しくなってお
ります。皆さまいかがか
お過ごしでしょうか？



子ども達は雪が降ると
喜んで走り廻りますが、
思わず「むっ、むっ」と
思ってしまう。



大人になるってそういつことか
もしれませんね。いやいや次に降
ったときには一緒に走ろうかしら、
童心にもどって……



ところで、今インフルエンザが
猛威をふるっているそうです。
学級閉鎖などもでてい

様なので、皆さんお気を
付けてくださいね！
外から帰ったら、手洗
うがいを忘れないでね。



もう2月になりますか、
皆さん今年の目標は
決まっていますか？



1年の計は元旦にありい
と言いますが……

どうせ決めても……もう元旦
いらないし……なんて思わず少
し期限を延ばして、今からでも
決めてみては、どうでしょうか？

私の目標……ナイショ

一緒に目標達成
目指しましょう！

目指しましょう！



確認しましたか？

お年玉付き年賀はがき、の当選番
号が発表されていますよ？
忘れていたあなた、何か良いもの
が当たっているかも！

ちなみに我が家は、何もなし、娘
は切手シートだとか。当選番号
は、郵便局で確認できますよ。

*えべっさん



今年も行ってきました。
今宮戎神社に十一日の

午前中へ残り福を狙ってじゃなくて
授かりにせずいぶん
寒い日だった為か
思ったほどの混雑
もなく、ゆっくり
とお参りする事ができました。



わこえび



今年こそは……
ワンダフルな年に
成りますように！
(例えば宝くじとかね)

*奥様のマイゲーム

今、はまっていること

圧力なべでシヤムづくり

今までは、お鍋でゆっくり、コト
コトと結構な時間をかけて季節
ごにいちじくシヤム

マーマレード、いちじく
シヤムと作っていました。

その後電子レンジでも作って
みましたが、今では電気圧力なべ
に……時間が大幅に短縮、おま
けに、スイッチポンで見えて無くて
OK！年末には、黒豆を煮たり



| | |
|--------|---|
| りんごシヤム | |
| 材料 | りんご…600g サトウ…200g レモン…1/2個 塩水…適量 |
| 作り方 | ① りんごは4つ切りにして、芯と皮を取り 除き、薄切りにして塩水につける ② レモンを薄切りにする ③ 圧力なべにりんごとレモンを入れ、 高压5分にセットする ④ 圧力表示ピンが下がったら、ふたを 開ける ⑤ 煮込みキープで、火力を合わせ、砂糖 を加えて、混ぜながら煮詰める |

かぼちや
筑前煮など
を作るのに
重宝しまし
た。小魚は
これで煮込
み

おと骨まで柔らかく食べられ
体にいいですよ。パナソニックの
電気圧力なべいかがですか？

