

[お問い合わせ先]
とよみ管理栄養士事務所
ホームページ
<http://www.toyomi-rd.jp>
〒997-0842
鶴岡市井岡字和田327-27
TEL 0235-24-4426
FAX 0235-35-1122



とよみ通信

7月・8月・9月主な活動

- ・県・地区栄養士会活動・多職種(各研修会)
- (各研究発表)(生涯学習研修会)
- (市食育・地産地消推進協議会活動)
- ・ぴよんぴよん飛びうさぎ
- ・e-towns+ コラム掲載
- ・特定保健指導
- ・レシピ掲載(鶴岡ガス様と鶴岡印刷様コラボ)
- ・外来栄養指導・訪問栄養食事指導
- ・書籍寄稿
- ・講演活動
- ・出羽商工会農業部会参加
- ・グループホーム献立作成・調理指導・栄養相談
- ・企業栄養管理
- ・南庄内栄養と食を考える会活動
- ・鶴岡市女性センター講座
- ・健康講和&調理講習会
- ・地域子育て支援事業
- ・保育園献立作成・調理指導・栄養相談

今月の詩

い
 エール・アンダンテ とよみ
 頬をつたう涙
 誰か、この涙を止めおくれ
 天にかざしたこの手を振り払
 進むべき道を示して欲しい
 風を感じて
 愛するあなたへ
 泣き虫うさぎは
 今日も歯をくいしばり
 命と向き合う
 笑いうさぎは
 涙を勇気に変え
 幸せを運んでやってくる
 月見団子をほおぼり
 大きな耳を真っ直ぐに伸ばし
 奏でる速度はアンダンテ
 ぴよん・ぴよん
 明日を生きるあなたの為に
 奏でる音は幸せのハーモニー

気仙沼産海苔を使用



・豚肉に海苔・梅干・チーズをサンドして衣をつけオリーブオイルを適量ふりかけオーブンで焼いただけの簡単レシピです。



ヘルパー講習献立

<鶴岡ガスSさんに依頼してみごとに「はるかのひまわり」が花を咲かせてくれました。思わず涙が止まりませんでした！感謝です。>



炊き込みご飯
トマトのスープ
鮭のホイル蒸し

今を生きる 小川 豊美
 この度、縁があり、先生からの紹介で日本医療企画さんから原稿の依頼をうけました。非常に悩んだのですが、お引き受け致しました。「ヒューマン・ニュース」9月号読書の声に寄稿致しました。色々な思いがあり被災地支援に出向かせていただき、いつも御祈念申し上げます。日常が戻り、尊い命を犠牲にされた皆様には心よりお悔やみ申し上げます。受け入れられず、私でも入れます。皮肉にも、生きています。肉にお腹は空しく、酒を飲みたくありません。細胞分裂は止む事はありません。今を生きて。今度の事業展開「オーブンハウス奏」はなんと、成功させたいです。お待ちしています。親友の為に、また多くの関わりが、さあ、休んでください。