

ほっとカフェは、飲食提供無しで6/22(月)から再開

5/25 にコロナ緊急事態宣言が解除され、6/8 から会場の中川地域ケアプラザが感染防止の条件付きで使用できるようになりました。これを受け、ほっとカフェは、6/22(月)にテスト的に再開し、7月から本格的に再開します。

(当面のカフェ運営)

- ① 開催日は第2金曜日と第4月曜日で変わりません。
- ② 開催時間は感染防止の観点から9時から11時と短くなり、飲食の提供は行いません。
- ③ 3密を避けるため、講座は1回につき2講座に限定します。

感染拡大の第2波を防ぐために、気を緩めずに「新しい生活様式」を実践しつつ、健康、生活、つながりを維持していくことを試行錯誤で進めていきましょう。

ほっとカフェレシピのご紹介

♪ シフォンケーキ(フレン)17cm型 ♪

シフォンケーキ 大好評!

コロナウイルスに負けないで、どのお家のキッチンにもある材料で楽しく作ってみましょう!



材料

【メレンゲ】

- ・卵白 3個分
- ・グラニュー糖 30g
- ・塩 ひとつまみ

【卵黄生地】

- ・卵黄 3個分
- ・グラニュー糖 30g
- ・なたね油 45cc
- ・水 60cc
- ・薄力粉 65g
- ・バニラオイル 少々

作り方

- ① 薄力粉は数回振るっておく
- ② オーブンを170度に温めておく。
- ③ 【メレンゲ】卵白を泡立て器(ハンドミキサー)でよく混ぜ、少し泡立ったところで、塩ひとつまみとグラニュー糖とを2-3回に分けて加えながら、更に泡立てる。角が立つ位まで泡立て、ボウルのまま冷蔵庫で冷やしておく。
- ④ 【卵黄生地】卵黄とグラニュー糖を泡立て器で混ぜながら、なたね油、水、バニラオイルの順番で加えていく。なめらかな生地に薄力粉を振り入れ粉が残らない程度に軽く混ぜる。
- ⑤ 卵黄生地の中にメレンゲの泡をつぶさないように2-3回に分けて混ぜていく。混ぜた生地をシフォン型に流し入れる。
- ⑥ 予熱したオーブンに入れ約45分焼く。(オーブンにより時間は前後します)
- ⑦ 焼き上がったら型を取り出し、逆さまにして冷ます。
- ⑧ 完全に冷めてから パレットナイフで型から取り出す。



イベントスケジュール

開催会場：中川地域ケアプラザ 多目的ホール

講座・サークル	開催日時	内容	申込・お問い合わせ
楽しくウォーキング	7/8(水)9:30～	※ステージ広場ケヤキベンチ(旧パレット前)集合	事前申込不要 ぐるっと緑道 塩入 ☎ 090-7275-1361
生活に活かす心理学	7/10(金) 9:00～11:00	テーマ 「ライフスタイルについて」	松村治 (早稲田大学総合人文科学研究センター) 参加無料 ☎ 080-4165-1003 メール ma2musi@royal.ocn.ne.jp
生花アレンジメント	7/27(月) 9:30～11:00	「夏の花を使った元気アレンジメント」	講師 関根直子 (フラワーアドバイザー) ☎ 090-7831-4210 参加費 1500円
折り紙を楽しむ	① 7/10(金) ② 7/27(月) 9:30～11:00	季節の折り紙や実用折り紙を楽しみます ① は初級の方対象です ② は少し複雑な折り紙も作成します。	大塩桂子(日本折紙協会認定講師) 資料準備のため初めて参加の方は必ずお申込みください ☎ 090-4667-6340 参加費 600円
青女短歌会	8/14日(金) 9:00～11:00	前半は提出した短歌の批評会。後半は秀歌鑑賞で話題の短歌を解説します。	講師 鹿取未放(現代歌人協会会員・「かりん」選者) ☎ 045-912-3433 参加費 1000円
NRP 花壇のお手入れ	7/18(土) 8/15(土) 9:00～11:00	※シンボル花壇前集合。みんなできれいな花壇を維持していきましょう。	ほっとカフェ中川 メール hotcafe.nakagawa@gmail.com
手芸カフェ	8/14(金) 9:00～11:00	皆様それぞれお気に入りの手芸を楽しみませんか?	片山 mihok1767@yahoo.do.jp 参加無料
ほっとカフェサロン	8/24日(月) 9:30～11:00	終戦記念「満蒙開拓青少年義勇軍」 話題提供者 塩入さん	ぐるっと緑道 塩入 ☎ 090-7275-1361 参加無料 様々なテーマを話し合い、親交を深めます

【新型コロナウイルス感染拡大防止のためのお願い】

- ※ イベントに参加ご希望の方は必ず申込をお願いいたします。(3密を避けるため、参加人数制限があります)
- ※ 当日は参加者名簿への記入をお願いいたします。
- ※ ご自宅で検温(37℃以下であることを確認)し、体調を確認の上、入室時はマスク着用し、手のアルコール消毒をお願いいたします。
- ※ 会場は当面の間、飲食禁止となりますので、飲み物代の代わりに運営協力金として100円/人 お支払いください。