



河昌 女将だより

第56号 2016年 夏号

残暑お見舞い 申し上げます。

お盆明け、あんなに暑い日が続いておりますが、お変わりなくお過ごしでしょうか？ 暑のお疲れほど出さずお過ごしでしょうか？ お見舞い申し上げます。

お陰様で私は、元気いっぱい、食欲ももりもり... 毎日と楽しんでおります。

こゝ、夏休みも後半ですが... 身体めといは、学生時代、クラブの仲間15人位の大所帯で、2週間かけて北海道を巡りました。夜行～子で青函連絡船の時代!? 在来線と乗り継ぎ、あとは歩道とシタサイクルユースホテルを泊り歩き... 戻ったからできたのだからと思っております。人数は多し、歩道大まか(人形劇のクラブだったと)大阪弁だったし... ありちで自立して、北海道の風景も珍道中の方が思... 出逢った。

皆様は、どんな思い出がございましたか？

暑く厳しい折ですが、どうぞお体に気をつけて、楽しい思い出をいっぱい作って下さいね～!

夏休み、山だ！海だ！自由研究だ！

第3回 夏休み「自由研究お手伝い」へのお話..

大好評につき、今年もやりましょ！「自由研究お手伝い」

店主の「自由研究だけは本当に困った、まともな研究が... いろいろあるけど何か少しでも手伝ってほしい...」一言から始まったイベント、恒例に決まっておりますが、今年は完成間も、新工場を元々と開催で海苔の話(歴史・栄養・種類・須磨のりなどetc.)～実験や食べ比べなど、1日時間ほどですが、「定」の博士に決まらなくても!! 要予約です!!

日時: 8月21日 日曜日 低学年部(1～3年生) 10:30～ 高学年部(4～6年生) 13:30～ どちらも1時間位

場所: 須磨のりの河昌店舗西隣りの新工場 (松岡町5-1-21)

持物: 筆記用具・スリッパ 定員: 各回々名様(7組の親子さん)

お申し込みとお問い合わせは 0120-733-791 (月～土 10:00～17:30 日、13～15時受付可)



[女将プロフィール]

須磨のりの河昌女将: 藤井潤子 (ふじいじゅんこ) ニックネーム: ちゃばちゃん

うさぎ年4月2日 西宮生まれ 牡羊座 O型

経歴: 親和中学校 親和女子高校 大阪教育大学 3か月だけOL・結婚・出産・主婦歴29年・女将歴12年

家族構成: 夫、長女(大阪で看護師)、長男(東京でサラリーマン)、義母、愛犬良太(柴)、西宮に実母

趣味: 食べること 食べた分だけお肉になるのが困りごと(^^); 海苔グッズ集め アカペラ始めて1年



暑い夏、最近私がハマっている海苔たっぷりサラダをご紹介します。
特製ドレッシングがゴッポリして暑い夏に解消?! 食べ進みますよ。

材料: 時によって変わりますが...
レタス、アボガド、細豆、トマト、モツァレラチーズと海苔。
ドレッシング→しお油1に対して市販の合わせ酢1
オリーブオイル0.5の割合で混ぜる。
サラダの具材はお好みの具材でも入れたら、お好みでわいびもゆか入るとおいしいぞ。

サラダで可から超簡単!! 材料をきれいに盛りつけて、ドレッシングをかけるだけでOK。そのまますべてをパスタと和えても美味しかったぞ。

