

おでかけ情報

「農業」・「手づくり」・「自然浴」
～伊賀の里手作りもくもくファーム～

今回の行き先は??

三重県にある伊賀の里手作りもくもくファームに行ってきました!!伊賀市と名張市を結ぶ大きな道「名張街道」の近くにありま。この道に入るとのんびりとした田園地帯が広がっています。



もくもくファームってどんなところ?

ハム・ウインナー・地ビール、パン、焼菓子などのモノづくりから食べ物と農業のつながりを伝えています。また体験型農業施設ということもあって様々な自然や動物と触れ合うことができました。



どんな体験をしたのでしょうか?

豚まん・ジャージープリン作りです。インストラクターから説明を受けて作っていきます。簡単にですが作り方を紹介しておきますので、是非作ってみて下さい。また他にもたくさんの体験教室を開催しています。常設は、パン作り、ソーセイジ作りの2つ。季節によっては、いちご大福や、わらびもち作り、プリンやアイスクリームと色々あるようなので、スケジュールをしっかりと見て行くと色々な体験が楽しめます。

体験以外にどんな所があるのでしょうか?

ミニ豚ショーも見ることができ、そこら中を歩き回っているミニ豚に実際に触ることもできて楽しいですよ。宿泊施設や、温泉もあるのでゆっくり週末を過ごすのにもぴったりです。



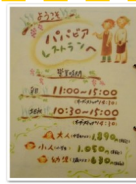
大阪から車で約2時間、春の遠足にいかがでしょうか。

ファーム内に食事のできる施設はいくつかありますが、一番人気はなんと言っても

このPaPaビアレストラン!!

ファーム内で作られた野菜や加工品がすべてここで味わえるのでオススメです。

動物達と触れ合って過ごせる場所がのんびり学習牧場。馬や牛ややぎ、ヒツジにロバ。色んな動物達がいます。1人1回乗馬体験ができるほか、ヤギのミルクあげや、牛の乳搾りが出来ます。一度体験してみたいはかがでしょうか?



人気施設紹介

ご利用案内

<http://www.mokumoku.com/>

所在地 〒518-1392

三重県伊賀市西湯舟3609

最寄駅 JR柘植駅より車約15分

伊賀鉄道上野市駅より車約25分

入園時間 10:00～16:30

(16:00以降は無料)

入園料 一人500円

お問い合わせ

0595-43-1489



◆◆豚まん作り方◆◆

1 まず、皮を作ります。小麦粉・砂糖・ラード・ドライイーストを入れてざっくり混ぜ、ぬるま湯を入れ、粉っぽさがなくなるまで台に出して捏ねます。



2 丸め直して生地をボールに戻して濡れ布巾をかけて30分生地を発酵させます。



3 その間に、具を作ります。みじん切りにしたネギ・しいたけと豚肉を合わせてよく混ぜます。スパイスとタレを混ぜ込んでいきます。



4 30分後膨らんだ生地を適量切り分け麺棒で広げて具を包みます。



5 蒸し器に入れて蒸します。豚まんの完成です!!



◆◆ジャージープリン作り方◆◆

1 卵を黄身と白身がしっかり混ざるよう泡だて器で混ぜます。



2 砂糖を入れて混ぜ合わせます。

3 ジャージー牛乳を入れて泡を立てないように軽く混ぜます。

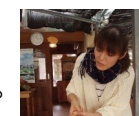


4 こし器でこして器に移します。



5 固まるまで蒸します。

6 固まったら冷やします。



7 カaramelソースを作ります。砂糖を鍋に入れてくるくる鍋を回しながら火にかけます。



8 砂糖が溶けて色が付いたら火を止め、水を入れます。ソースをプリンにかけて完成!!

Team Member ★ Line Up

名前 東 杏奈
出身地 奈良県
星座 水瓶座
血液型 A型
趣味 絵を描く
ピアノの連弾



●●今西歯科医院のチームメンバーを紹介します。●●

こんにちは。歯科助手の東です。普段の診療では、患者様をチェアへご案内し、治療の補助をしています。歯医者さんは怖い・痛いというイメージがあるので、少しでも不安を取り除けるように笑顔と気遣いを心がけて対応しています。また、当院を来院するのが楽しく・安心できるような場所にしていきたいと思っています。今年の私は「常に謙虚でポジティブ思考」をモットーに日々頑張っています。色んなお話したいと思いますので、歯のこと以外でも気軽に話しかけて下さい。



小児矯正について～その2～



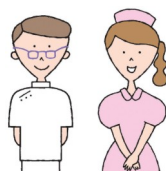
前回の＜小児矯正とは？＞に引き続き、今回は＜小児矯正のメリット・デメリット＞についてお話していきます。
やっておくと永久歯が生えそろう後にメリットがある小児矯正ですが、やはりデメリットもあります。メリットと併せてよく理解し、お子様と相談した上で治療を決めましょう。

小児矯正のメリット

- 大人になってから矯正を行う必要がなくなる場合がある。
- アゴの成長をある程度コントロールできるので、**良い治療結果が得られやすい**。
- 矯正で**歯を抜く確率が低くなる**。
- 大人になってから再度矯正治療が必要となる場合でも、**矯正の治療期間が短くなり、良い治療結果が得られやすくなる**。
- 矯正期間中は定期的に歯科医院へ通う必要があるのですが、同時に虫歯の予防をしてもらえば、非常に**効率的に虫歯予防ができる**。
- 早めに目立つ部分の歯並びを改善する事によって**コンプレックスを解消できる**。

小児矯正のデメリット

- 小児矯正はほとんどの場合、アゴの骨の成長が終わる15歳前後まで経過を観察する必要があるため、**矯正期間が長くなることが多い**。
- 矯正装置が見えたり、一時的に歯並びが悪い状態になる。
- 小児矯正を行っても、**大人になってから再度矯正が必要になることがある**。
- 小児矯正に使用する装置は、家庭で患者様本人に装着してもらうタイプのもので、**着け忘れてしまうと効果が出ない**。
- 歯が磨きにくくなるので、**ケアをしっかりと行わないと虫歯が出来てしまう**。



小児矯正にはこのように、色々なメリット・デメリットがあります。
矯正治療は長い期間の通院が必要ですので、当院では事前に丁寧なカウンセリングを行っております。お子様の歯並びが気になる方は、ぜひご相談ください。

お花見弁当を美味しくポイントは？！

01 ご飯は、**おにぎり**や**おいなりさん**、**巻き寿司**などがおススメです。特に子どもがいる場合には、手でつかんで食べられるものが良いです。おにぎりも、**子どもサイズ**に小さめに作ると食べやすいですよ。大人だけのお花見なら、ちらし寿司も見た目に華やかで、楽しくなりますね。**ちらし寿司**なら、**冷めてもおいしい**のも嬉しいですよ。



02 お花見は、野外なので意外に寒いです。大きめの魔法瓶に**具沢山のスープ**や**豚汁**なんかを入れて持っていきましょう。身体も温まりますし、ホッとしますよ。**ちょっととろみのあるもの**だと冷めにくいし、七味唐辛子・ゆず胡椒やブラックペパーなどの**スパイス**も持参するとおいしくなりますよ！



男性や子どもに人気なのは、**お肉系**です。定番のから揚げや、から揚げを甘酢であえたバージョン、骨の付いたもの(チューリップ型や手羽先)も喜ばれます。お花見は大抵屋外で食べるのお弁当が冷めてしまい味が薄く感じてしまいます。こういう場合は普段の食事より、**濃いめの味付け**を**心掛ける**と良いでしょう。
より美味しく感じられます。

03

04

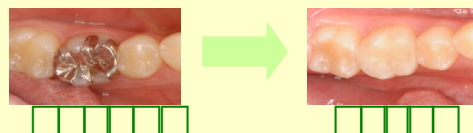
お弁当作りの基本は色あわせです。**赤、緑、黄、黒**これらを頭において後は好きなおかずを入れると食べる時見た目もきれいで**食欲が増すお弁当**ができあがります。また**切り口**を見せるとより色使いもきれいです。普段のお弁当にも使えるワザですね。



美味しい桜茶を作ろう！！

- 1.瓶詰めで売られている桜の塩漬を水で軽く洗って余分な塩を除いて下さい。
- 2.茶碗に2～3輪ほど入れて熱湯を注ぐだけ！
桜を眺めながら、桜茶をいただくなんていうのはおしゃれですね。お酒が好きな方は“桜チューハイ”にしてみてもいかがでしょうか。

●患者様のご感想～セラミック編～●



笑った時、話す時など口を開けると銀歯が目立つので、嫌でセラミックの歯を選びました。銀歯から白い歯に戻る事ができて、気持ちの面で変化があった事が一番大きいと思います。セラミックにしても、硬いものなど特に気にする事なく何でも食べられています。