

# 女性委員会ページ

## 報告



10月21日(日)

- ・ 豚汁応援団報告・・・恒例の長距離縦走葛城山・チェックポイントでの豚汁提供

豚汁担当バッチリ500食完食頂きました・・・今後に伝えるマニュアル作りが課題

10月28日(日)

- ・ 秋の子供冒険学校協力・・・芦屋川～♪ 風吹岩～♪ 横池  
子供7人と保護者4名・・・ゲームなどしながら楽しむ・・・横池で猪と遭遇

## 予定

- ・ 第25回「女性のための登山教室」  
案内どう素案できあがる・・・1月例会には印刷完了配布方向に

### 🍴 ジャがりこサラダ (NO・5) 🍴

材料 (4人分) (☆調味料なしで手軽にポテトサラダ！)

じゃがりこ(サラダ味)60g入 2個、乾燥きゅうり 2本、マヨネーズ 適量

(お好みで、さやいんげん・コーンなど)

お湯 [1個につき半分(150ml)の量] 300ml

<下準備> きゅうりは3～5mmスライスして数時間～1日干す。  
表面がしんなりするまで。

<作り方>

- ① ジャがりこの中に乾燥させたきゅうりを入れ、お湯を半分ぐらい注ぎ入れる。
- ② ジャがりこがふやけたらスプーンでつぶし、マヨネーズを加えて完成。

