



暑中お見舞い
申し上げます

みつばち



やっと！ついに！長〜い梅雨が明けましたね!! 毎年のように災害に見舞われるようになってしまいましたが、こちらへの被害はなく安心してるところであります。暑さへ順応する間もなく、猛暑がやってきます。しっかり水分、しっかり休息！対策をして夏バテすることなく過ごしていきましょう。



備後の里で梅シロップを作りました！！



梅シロップのつくりかた

クエン酸!!

3Lの果実酒びん (熱湯消毒)

梅は

- ① 水洗い
- ② へたを取る
- ③ 水気をよくよくさぼるとかじる

南高梅 1kg

氷砂糖 1kg

交互に入れる

+ お酢 20cc

更にすりつぶす



梅のエキスがどんどん出てます！！



今月の 作品コーナー 三次 俊子様



朝 備後の里へ来て、ふと見た
花は、思ひ下、心軽か、福まさん

