

# おしゃもじ通信

5月

たくさんのおたより  
ありがとうございます

3月号企画

## あなたの リフレッシュ法

～寄せられた投稿の  
一部をご紹介します～



マイシィ室内役  
りこちゃん

▼マイシィを頼むようになって、  
毎日の料理がギムからシュミに変わり、  
毎日の悩みだった料理がリフレッシュになりました。  
(しずおか め.さん)

なんてうれしいお言葉でしょう！  
め.さんの生活に少しでも寄り添うことができて  
とてもうれしいです♪  
たのしい気持ちでお料理していると、きっと食卓も  
より早いのではないのでしょうか♡

▼ズバリ歌です！好きな歌やハマっている歌など、歌詞は正確  
でなくても良いし、鼻歌でも良いし…コロナで自粛しがちだった  
市民合唱団の宿題(パッハの「マタイ受難曲」)で一日浸けに  
なってみたりすると、前日仕事で疲れていても充実して翌日の  
活力にもなります。(かながわ RHさん)

時間や場所も気にせず、特別な準備もいらない  
からお手軽にリフレッシュできそうですね♪  
RHさんのイキイとした姿は、きっと職場の方にも  
元気パワーをおすそ分けしている気がします♪

▼庭の草抜きです。外出制限に加え、花粉もあり出歩くこともまま  
ならぬ中、庭の花を見たり育ち具合を確認しながら元気いっぱい  
の雑草取りをしていると頭がからっぽになり、辛いこと、悲しいこと  
を忘れ体の中が気に満ちてきます。今サクラソウが満開です。(か  
ながわ ネココさん)  
サクラソウがきれいに咲いている光景を想像して  
ほっこりしました♪ 丁寧にお庭のお手入れをしながら  
季節の変化を身近でたのしめるのは素敵ですね♡

▼マイシィのお姉さんとちょっとした会話。散歩  
道で季節を感じる。散歩中ハンサム・  
ダンディなワン君に出会うこと。オシャレして  
得意顔のワン君もかわいい！でも、ホン  
ネ…もういい！という程色々なスイーツを味  
わいたい！！(しずおか おばさりあんさん)

おばさりあんさんの「ホンネ」に、  
りこちゃんも深く共感です😊

▼日曜の夜、翌週(月～金)の予定表を作り、  
できることだけこなす努力をする。土日は家  
族(子どもたち)・友人たちの訪問もありゆっく  
りする。(かながわ ムーチャンさん)

休日をゆっくりたのしむために  
平日は色々がんばるよ  
ムーチャンさんのオンとオフの  
切り替えが素晴らしいです!!

▼古着屋巡り！自分のイメージ通り  
の服を見つけた時、とてもワクワク  
します。毎日いろんな組み合わせ  
の服を着てリフレッシュしていま  
す。(しずおか まみまみさん)

いろいろおしゃも  
じのしんでいるまみまみさん、  
キラキラしていますね♪

### 「桜ごはん」ありがとうございました



2021年4月15日(木)にお届けしました、マイシィ謹製「春菜桜ごはん」は、  
なななんと！1,600食を超えるご注文をいただきました(∇^∇)/  
ええ！甘鯛足りるかな！？と、いつも冷静沈着なミスターMOもうれしい  
悲鳴を上げたとか♪  
年に数回お届けしている季節の”おたのしみ献立”、  
次回もどうぞお楽しみに♪



## ミスターM0の 献立開発雑感★



五月もGW明けの頃、花木の見映えも、とりどりの花色から、目にも眩しい新緑へと次々に移ろいでいるのを感じます。自身「身近にある季節感を愛でる心のゆとり、が持っている様で、昨年あった緊迫感めいたものは薄らいでいるようにも思います。

身の周り、自粛・自製だらけの情勢はあまり変わらないのですが、「良い意味での慣れ、なのでしょうか、ヘタレてられないという心情が強くなってきている様にも感じます。

(Maici)ご利用の皆様は、如何お過ごしなのでしょう。

今年の梅雨の訪れや傾向はどうなのでしょうかね。「じめじめ蒸し暑い、気候期に加え、新コロの蔓延状況如何ではなんとも食がすすみにくい生活環境となっているかもしれません。

この様な時は、楽しんでお食事を召し上がる事が何より肝要です。

折から、(Maici)の食事の中には、温暖期ならではの季節食材を意識的に取り込んでいる献立が少なからずあります。一種毎のおかず、また配合される、一つ一つの食材にも意識を向け、それぞれの滋味を探り・味わう感覚で召し上がってみて下さい。いつも感じていなかった「味覚の意外な初体験、があったりして想いの外、楽しめたりするものです。

ともあれ、非日常は続きそう・・・日々の食事に意識を向けられ、心身共に抵抗力が増す感じになって下されば、嬉しいですね。



マイシィ献立を盛り  
「おしゃもじ通信」  
「ミスターM0(モ-)  
」に載せたい



## ❀ お便りお待ちしております ❀

2021年8月をもちまして、マイシィは10周年を迎えます♪  
もしかしたらマイシィご利用歴10年になるという方や、最近はじめましたという方も、皆さまのマイシィのある日常や今後期待していることなどなど、ぜひ声をお聴かせください(∩∩)/  
この10年を振り返ってみたら・・・  
なんてお便りも大歓迎です！  
おしゃもじ通信8月号にてご紹介させていただきます☆



## ※ つぶやきりこちゃん ※

私事ですが、早いものでマイシィご案内役に着任して一年がたちました☆  
緊急事態宣言発令中に子どもたちと離れることにたくさんの不安とちょっとホッとする気持ちを抱えながら2年ぶりの職場復帰を迎えた一年前。マイシィにたのしく携わりながら、色んな意味で刺激にあふれた濃い一年でした(笑)りこちゃんを支えてくれるたくさんの方々に感謝して、ご案内役2年目もがんばります！皆さま、どうぞよろしくお願ひ致します♡

## ゴールデンウィーク 休業日のお知らせ



ゴールデンウィーク期間中の  
**5/3(月)～5/5(水)**は、  
夕食宅配マイシィのお届けをお休みさせていただきます。  
ご不便をおかけしますが、何卒ご了承くださいませようお願い申し上げます。



ご感想、マイシィでよかったこと、近況など何でもお寄せ下さい。(※献立に関する事は献立表下部カードにご記入ください)

きりとりせん

「おしゃもじ通信」ご感想 & 投稿用紙

宅配センター→配食サービス課行(5月号)

◆「おしゃもじ通信」に掲載してもいいですか(どちらかに○)掲載してよい(ペンネーム)・掲載しないでほしい  
お名前 組合員コード ※どちらにも印がない場合、掲載させていただきます。