



たけのこ村通信

〒759-4102
 山口県長門市西深川 10845-1(御所原大神宮さん横)
 TEL(0837)22-1633 FAX(0837)22-2212

	月	火	水	木	金
日付	2	3	4	5	6
午前	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)
午後	生活応援クラブ	卓球・散歩など	集団活動	竹炭加工	CST
日付	9 スポーツの日	10	11	12	13
午前	休み	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)
午後		卓球・散歩など	集団活動	竹炭加工	CST
日付	16	17	18 たけのこサロン	19	20
午前	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)		活動(畑・竹)	活動(畑・竹)
午後	生活応援クラブ	卓球・散歩など	グラウンドゴルフ	竹炭加工	CST
日付	23	24	25	26	27
午前	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)
午後	生活応援クラブ	卓球・散歩など	集団活動	竹炭加工	CST
日付	30	31	【プログラム】 毎週月曜日午後:生活応援クラブ(ルールやマナーについて) 毎週水曜日午後:集団活動(切手やベルマークの整理など) 毎週金曜日午後:CST(コミュニケーション方法について) 活動などは自由参加です。		
午前	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)			
午後	生活応援クラブ	卓球・散歩など			

グラウンドゴルフとは？

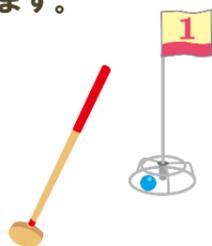
昭和 57 年に鳥取県東伯郡泊村生涯スポーツ活動推進事業の一環として、泊村教育委員会が中心になり考案されました。

専用のクラブ、ボール、ホールポスト、スタートマットを使用し、ゴルフのようにボールをクラブで打ち、ホールポストにホールインするまでの打数を数えます。

ホールインワンすると、自分の各ホールの合計打数から3打をマイナスするという特典が設けられており、プレイヤーの励みとなる工夫がなされています。

グラウンドゴルフの特徴

- ・運動場、河川敷、公園、庭など自由にコースを設定できる。
- ・時間の制限がない。
- ・プレイヤーの数に制限がない。



サンマの竜田揚げ

作り方

サンマは半分に切っておく。

1. 大葉は千切りにする。
2. ボウルに調味料を入れて、混ぜ合わせる。
3. バットにサンマと2を入れて、ラップをぴったりとかけ、冷蔵庫で20分漬ける。
4. 汁気を切り、片栗粉をまんべんなくまぶす。
5. 鍋底から3cmほどの揚げ油を注ぎ、170℃に熱し、4を中に火が通り、きつね色になるまで4分ほど揚げ、油をきる。
6. お皿に盛り付け、1をのせる。

材料(2人前)

サンマ(3枚おろし) 2尾

調味料

酒 大さじ1
 みりん 大さじ1
 しょうゆ 大さじ1
 すりおろし生姜 小さじ1

片栗粉 大さじ3
 揚げ油 適量
 大葉 3枚

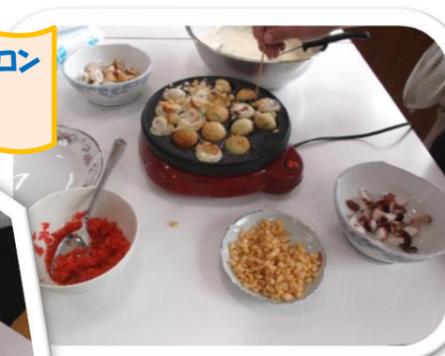
たけのこサロン

10月18日(水)
 13:00~14:30
 「グラウンドゴルフ」

集合場所:たけのこ村
 参加費:100円
 持参物:飲み物・タオル

参加希望される方は
 お知らせください。

9/20(水)たけのこサロン たこ焼き作り



お問い合わせは、たけのこ村まで
 お願いいたします。
 TEL 0837-22-1633

