



# 地域活動支援センター

2023年10月末発行 第97号

# 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
	<b>【プログラム】</b> 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) <b>活動などは自由参加です。</b>		1	2	3 文化の日
			活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	休み
			集団活動	竹炭加工	
日付	6	7	8	9	10
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	13	14	15 たけのこサロン	16	17
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		竹炭加工	CST
日付	20	21	22	23 勤労感謝の日	24
午前	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	休み	活動(畑・竹)
午後	生活応援クラブ	卓球・散歩など	集団活動		CST
日付	27	28	29	30	
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	集団活動	竹炭加工	



11月の誕生花は「シクラメン」です。秋から春にかけて色鮮やかな花を咲かせます。花言葉は「はにかみ」「清纯」「遠慮」などです。

9/30 地域大開放 DAY  
開催しました



遊休品バザー



多くの地域の皆様に来ていただきました。ありがとうございました。



カブと豚バラの  
味噌バター炒め

材料(2人前)  
 カブ(計240g) 4個  
 豚バラ肉 100g  
 ※みそ 大さじ1  
 ※料理酒 小さじ1  
 ※みりん 小さじ1  
 ※砂糖 小さじ1  
 サラダ油 小さじ1  
 バター 10g  
 小ねぎ(小口切り) 適量

### 作り方

1. カブは皮付きのまま6等分のくし切りにする。
2. 豚バラ肉は5cm幅に切る。
3. フライパンを中火で熱し、サラダ油をひき、2を入れて炒める。
4. 色が変わってきたら1を加えて中火で炒める。豚バラ肉に火が通り、カブに薄く焼き色がついたら※を入れて炒め合わせる。
5. 全体に味がなじんだら中火のままバターを加えて絡め、火から下す。器に盛り付け、小ねぎを散らす。

## たけのこサロン

11月15日(水)  
「お菓子作り」

参加費:200円  
持参物:エプロン・三角巾  
マスク

参加希望される方は  
お知らせください。

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

