



# 地域活動支援センター たけのこ村通信

2024年7月末発行 第106号

〒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	【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。			1	2
午前				活動(畑・竹)	活動(畑・竹)
午後				竹炭加工	CST
日付	5	6	7	8	9
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	12 振替休日	13	14	15	16
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	19	20	21 たけのこサロン	22	23
午前	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	そうめん流し	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	26	27	28	29	30
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

## ゴーヤと豚肉の甘辛炒め

### 材料(3~4人分)

- ゴーヤ 1/3本
- 人参 2/3ほん
- 酒 30ml
- 豚肉こま切れ 200g

### タレ

- 酒 大さじ2
- 醤油 大さじ2
- みりん 大さじ2

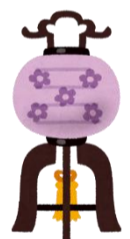


### 作り方

- ※豚肉をタレに付け込んでおく。
- ゴーヤは半分に切り5mm薄切りにする。人参は千切りにする。
  - フライパンにサラダ油を温め、ゴーヤと人参を入れ炒める。
  - 蓋をして、1~2分蒸らす。
  - 酒をからめて、蓋をして1~2分蒸らす。
  - 豚肉を広げて焼く。
  - 蓋をして1~2分蒸らす。
  - 豚肉が白く火が通ったら煮汁が無くなるまで炒める。
  - お皿に盛りつけて出来上がり。

## 8月13~16日【お盆】

- ・8月13日=迎え盆
- ・8月15日=盆中日
- ・8月16日=送り盆



お盆は、先祖の霊を家に迎えて供養しながら、「お陰様で元気に暮らしています」と感謝する行事です。お盆の風習は宗派や地域によってさまざまですが、供物を供え、盆提灯を飾ったり、迎え火や送り火などを行うことが多いです。盆踊りは、お盆に帰ってきた祖霊を慰める霊鎮め(たましずめ)の行事。15日の晩に盆踊りをし、16日に精霊送りをします。

## たけのこサロン

8月21日(水)  
11:30~13:00  
「そうめん流し」

参加費: 200円  
持参物: エプロン・マスク  
三角巾・飲み物

参加希望される方は  
お知らせください。

### 海峡ゆめタワーにて



### 7/17(水)たけのこサロン 下関にドライブ



ゆめシティで食事をした後、海峡ゆめタワーへ。天気も良く、眺めも良かったです。



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