



# 地域活動支援センター

2025年1月末発行 第112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
日付	3	4	5	6	7
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	10	11 建国記念の日	12	13	14
午前	活動(畑・竹)	休日	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)
午後	生活応援クラブ		集団活動	竹炭加工	CST
日付	17	18	19 たけのこサロン	20	21
午前	活動(畑・竹)	活動(畑・竹)	室内ゲーム	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	24 振替休日	25	26	27	28
午前	休日	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				【プログラム】	
午前				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)	
午後				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。	

## さわらと味噌バターのホイル焼き

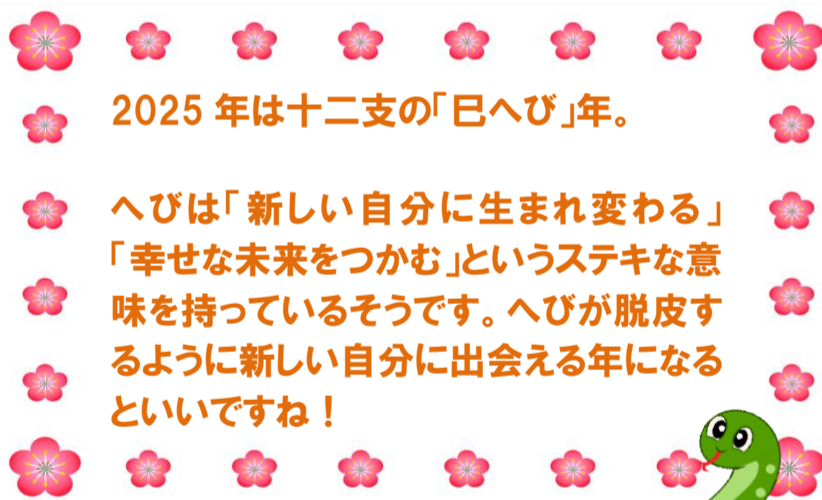


### 材料(2人前)

- さわら 2切れ
- 塩こしょう 小さじ 1/4
- しめじ 60g
- えのき 60g
- ※みりん 大さじ2
- ※みそ 大さじ1
- 有塩バター 20g
- 小ねぎ(小口切り) 適量

### 作り方

1. しめじは石づきを切り落とし、手でほぐす。えのきは石づきを切り落とし半分に切り手でほぐす。
2. さわらは、両面に塩こしょうをふる。
3. ボウルに、※を入れ混ぜる。
4. 天板の上にアルミホイルを広げ1,2,3をのせる。
5. アルミホイルを閉じて包み、オーブントースターで10分ほどさわらに火が通るまで焼く。
6. 器に盛りつけて、有塩バターをのせ小ねぎを散らす。



2025年は十二支の「巳へび」年。

へびは「新しい自分に生まれ変わる」「幸せな未来をつかむ」というステキな意味を持っているそうです。へびが脱皮するように新しい自分に出会える年になるといいですね！

## たけのこサロン

2月19日(水)  
13:00~14:45  
「室内ゲーム」

場所:たけのこ村

参加希望される方は  
お知らせください。

1/15(水)たけのこサロン  
スイートポテト作り



お問合せは、たけのこ村までお願いいたします。  
TEL 0837-22-1633

