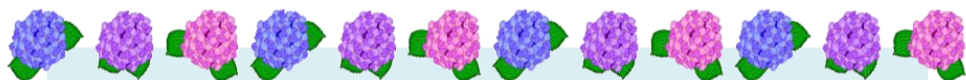




〒759-4102  
山口県長門市西深川 10845-1(御所原大神宮さん横)  
TEL(0837)22-1633 FAX(0837)22-2212

	月	火	水	木	金
日付	1	2	3	4	5
午前	活動	活動	活動	活動	活動
午後	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション	買い物
日付	8	9	10	11	12
午前	活動	活動	活動	活動	活動
午後	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション
日付	15	16	17 たけのこサロン	18	19
午前	活動	活動		活動	活動
午後	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション		活動 レクリエーション	買い物
日付	22	23	24	25	26
午前	活動	活動	活動	活動	活動
午後	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション	活動 レクリエーション
日付	29	30	【プログラム】 活動(竹・畑・牛乳パック作業、ベルマーク・古切手仕分けなど) は自由参加です。 第1・3金曜日午後:買い物 それ以外の午後:活動またはレクリエーション		
午前	活動				
午後	活動 レクリエーション				



## 山口県紫陽花(あじさい)名所

### 向徳寺(長門市)

長門市油谷向津具にある向徳寺は「北浦の紫陽花寺」として知られています。約 3000 株が咲きます。

### 東大寺別院阿弥陀寺(防府市)

防府市にある東大寺別院阿弥陀寺は、「あじさい寺」とも呼ばれ約 4000 株のあじさいが咲きます。見頃は例年6月中旬から7月初旬です。



## オクラとチーズの豚肉巻き

### 作り方

1. オクラは塩を振って板ずりする。水で洗いヘタを切り落とす。
2. スライスチーズは1枚と4等分に切る。
3. 豚バラ肉に1、2をのせて巻く。
4. ボウルに※を入れて混ぜる。
5. フライパンにサラダ油をひいて中火で熱し、3の巻き終わりを下にして並べ、転がしながら焼く。
6. 4を加えて絡めながら中火で熱す。豚バラ肉に火が通り、味がなじんだら火からおろす。

### 材料(2人前)

豚バラ肉(薄切り) 150g  
オクラ 12本  
塩(板ずり用) 小さじ1  
スライスチーズ 3枚  
※ オイスターソース 大さじ1  
※ マヨネーズ 大さじ1  
サラダ油 小さじ1

5/20(水)たけのこサロン  
グラウンドゴルフ



## たけのこサロン

6月17日(水)  
10:30~11:45  
「一品料理」

参加費:200円  
持参物:エプロン・マスク・  
三角巾・ハンカチ・  
飲み物

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