



地域活動支援センター たけのこ村通信

2026 年8月末発行 第 131 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		1	2	3	4
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	7	8	9	10	11
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	14	15	16 たけのこサロン	17	18
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	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24	25
午前	休み	休み	休み	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
日付	28	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	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		

豚バラ肉とまいたけのネギ塩ガーリックペッパー炒め

材料 (2人前)

豚バラ薄切り肉	200g
長ねぎ	1本
まいたけ	1パック
にんにく	ひとかけ
・(A) 酒	小さじ2
・(A) 塩こしょう	少々
・(B) 酒	小さじ1
・(B) 鶏がらスープの素	小さじ1
・(B) ニンニクチューブ	3cm
・(B) 塩	少々
ブラックペッパー	少々
ごま油	小さじ2

作り方

1. 豚バラ薄切り肉は(A)と揉み込む。長ねぎは1cm幅の斜め切りにする。まいたけは食べやすい大きさにほぐす。にんにくは薄切りにする。
2. フライパンにごま油とにんにくスライスを入れて中火にかけ、色が変わったら取り出す。同じフライパンで豚バラ薄切り肉を入れて炒める。
3. 豚バラ薄切り肉の色が変わったら、長ねぎを入れ、しんなりしてきたらまいたけを入れてさっと炒める。
4. 粗熱をとり、1cm幅に切る。
5. (B)を入れ、全体的に混ぜ合わせてにんにくを戻し入れ、ブラックペッパーで味を整える。



たけのこサロン

9月 16 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

参加を希望される方は
お知らせください。

地域大開放DAY 開催!

9月 26 日(土) 10:00~14:00



ご来場、
お待ちしております♪

場 所

たけのこ村施設内

内 容

- ★カレー・焼き鳥・竹製品販売
- ★輪投げ
- ★遊休品バザー
- ★お菓子のつかみ取り (小学生までは1回無料!)

カレーライス
1杯 200 円



～たけのこ村の活動の様子～



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

