



地域活動支援センター たけのこ村通信

2026 年9月末発行 第 132 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】 活動(竹・畑・牛乳パック作業、ヘルマーク・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			1	2
午前				活動	活動
午後				活動 レクリエーション	買い物
日付	5	6	7	8	9
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	12	13	14	15	16
午前	休み	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	19	20	21 たけのこサロン 「パター-de ビンゴ」	22	23
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	活動 レクリエーション
日付	26	27	28	29	30
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

鮭ときのこのバター醤油

材料(2人前)

鮭の切り身 2切れ
しめじ 1パック
小麦粉 大さじ1
サラダ油 大さじ1/2
(A)しょうゆ 大さじ1
(A)バター 10g

作り方

1. 鮭は骨を取ったあと一口大に切り、小麦粉をまぶす。しめじは手で小さくほぐす。
2. フライパンにサラダ油を熱し鮭を焼く。
3. しめじを加え、炒める。
4. (A)の調味料を加え、混ぜ合わせる。



香りで秋を告げる、 金木犀の知られざる性質

甘い香りで10月の訪れを知らせてくれる**金木犀(キンモクセイ)**。実は日本にある木はすべて「雄株(オス)」のため、花は咲きますが実がならないのが特徴です。あの香りに包まれると、忙しい日々の中でもふっと心が和みますね。

8/26(水) たけのこサロン
【そうめん流し】



9/16(水) たけのこサロン
【一品料理(中華丼)】

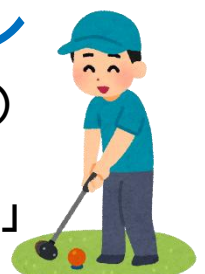


参加を希望される方は
お知らせください。

たけのこサロン

10月21日(水)
13:00~14:45
「パター-de ビンゴ」

参加費:無料
持参物:昼食・タオル・飲み物



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