

前段通信

前段談話室

NO. 15(6月号)

随時発行

晴れて暖かい日は、気分もいいし体を動かしたくなりますね(^^♪
梅雨前のこの時期は、家の仕事やお出かけ、散歩など天気の良い日を有効に使いたいですね(^u^)



～ イベント紹介～

お茶っこ会



5月20日(月)

社協のお茶っこ会がありました。

参加人数は少なめだったのですが、カーリングみたいなゲームをして童心にかえったみたいに、けっこう夢中になれて面白かったです(*^_^*)

簡単おいしいレシピ

すぐできる☆きゅうりの中華和え

きゅうりしか残ってなくても、これでおかず1品完成です♪



材料(きゅうり1本)

きゅうり 1本
ごま油 大さじ2
酢 大さじ2
醤油 大さじ2
白ごま 適量

- ① きゅうりはあらかじめたいておきます。割れ目ができたら手でちぎれます。
- ② 全ての調味料を混ぜ合わせたら叩いたきゅうりと和えます。30分くらい冷蔵庫で冷やしてからの方が美味しいと思います。



の行事予定



- 3日(月) お茶っこ&キーホルダー作り
対象：大槌8、10仮設
場所：和野っこハウス **(※送迎有り)**
13:10出発
カラオケも出来ます(^^♪
- 4日(火) お茶っこ(チームケア)
10:30 ~ 12:00
- 5日(水) 草刈り清掃および懇親会(自治会)
9:00 ~
- 6日(木) 楽しく体操(地域包括支援センター)
13:30 ~ 15:00
- 8日(土) 健康のツボ(社協)
10:00 ~ 12:00
- 12日(水) 味の素料理教室(役場福祉課)
※予約要 10:00 ~ 13:00
えほんカー(図書)
13:30 ~ 14:00
- 16日(日) 炊き出し(株)タカヤ
巖と前段の合同開催
場所：巖 第9仮設団地
10:00 ~ 14:00
- 17日(月) 健康相談(予防医学協会)
11:00 ~ 12:00
- 19日(水) ひだまり広場(社協)
13:30 ~ 15:00
- 26日(水) えほんカー(図書)
13:30 ~ 14:00
- 29日(土) ひだまり広場(社協)
10:00 ~ 11:30