かんらん通信

令和3年 5月号

銚子市地域活動支援センター かんらん

〒288-0048 銚子市双葉町6-12

TEL • FAX : 0479-24-7730

HP:http://npo-new.org/



新緑が眩しく、心地が良い風が吹く5月は気持ち がいいですね。かんらんも入口に花を飾っていま す。男性スタッフお手製の木製飾り台に(すごい!)

季節の花が並んでいます。

[WELCOME | ♪ ♪

雨の日もありますが、 お出かけ下さいませ♪

R3年5月の活動報告



パフェ風のサラダ を作りました。 新玉・人参・豆 腐・かぼちゃサラ ダにきゅうりとゆ で卵と盛沢山!ノ ンオイルドレッシ ングでヘルシー!

銚子狛犬 ぶらり散歩







メンバーさんより要望いただき、「銚子の五郎蔵」がねむる 圓福寺にぶらり散歩。知らない銚子の一面を共有できまし



「圓福寺」にある龍神堂を守 護する狛犬がとても可愛 い!!表情が豊かで釘付けで

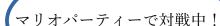


新生町にある 濱口吉兵衛銅像前で 記念写真。



昭和レトロな手作り作品に感動!











R3年5月のカレ

- 野菜のソテー添えカレー
- <u>・豆腐と新玉ねぎワカ</u>メサラ



人数限定・予約制・分散するため、食べる時間を4部から5部に さらに分け、食べる場所を指定して黙食しました。「カレーは飲 み物だ」という人もいますが、ゆっくり味わって食べて下さいね ♪新玉ねぎは、スタッフが家庭菜園で作ったものです!



作品展



O様の作品↑緻密なグラデーションが 真似できないくらい繊細!

今月の創作活動の紹介





第1回目料理研究会テーマ 「大阪王将の天津飯を再現」



研究の結果としては、 もう一度チャレンジが 必要!あんかけの味が再現 出来なかったため、 他のレシピで リベンジします!

餃子も作りました。 不揃いな形が愛おしいです。 具だくさん味噌汁と酢の物 デザートは寒天白玉きなこ。





5月ピアサポ学習会

食生活について 管理栄養士さんが 指導してくれました。 食事は大切ですね。



かんらんで ディズニー気分を 味わいました! トッピングは自由 に。夕飯は軽くし ましょう!





