

# かんらん通信



銚子市地域活動支援センターかんらん  
〒288-0043 千葉県銚子市東芝町5-1  
TEL:0479-24-7730 R7年  
開所時間:9:00~16:30  
日・月・祝日休み(月曜が祝日の場合は翌日休み)



あけまして  
おめでとう  
ございます

今年「巳年」ですね。巳年は、「再生」と「変革」を象徴する年とされてきました。古い皮を脱ぎ捨て、新しい姿へと生まれ変わる「蛇」心身ともに生まれ変わるチャンス的一年！「かんらん」をご利用の皆様、今年初めてお会いできる皆様、一緒に新たなエネルギーな巳年を「かんらん」で過ごしませんか？お待ちしております！

かんらん神社  
絵馬たくさん



## 簡単中華まんランチ



ホットケーキミックスと豆腐で作るかんたんお手軽生地。味はとっても美味しくて大満足！



うまい!!



韓国発!!

## インジョルミトースト



フライパンで食パンを焼いて、茹でたお餅をのせ、きな粉たっぷりシロップとナッツをかけて栄養満点!!

おいしい



ブタの形の中華まんみんな表情が遠くキュートでした!

## おもちランチの日



おもちの変化球レシピ! ライスパーパーお餅入りオムレツ&雑煮



## かんらんカフェ



ミニチョコアイスパフェ★ねじりパイを上! ドン!



やっぱり美味しいよね! タピオカミルク♡



さつまいも焼きプリンケーキプリンの下にスポンジケーキ



いちごパナコッタパフェ一番人気でした★

## おにぎりランチの日



震災を忘れないようにと制定された1月17日「おにぎりの日」に、おにぎり2種(おかかとそぼろ)、かき揚げと各自で作った玉子焼き、具沢山スープでお昼にしました。



「9」が付く日に開催中

## 自分クレープの日

今回のクレープはココア生地。具材も、手作りカスタードクリームにサクサク?パイ&梨★



火がきたて!!



中入れるパイ生地をサクサクに焼きました!

## 自分オムライス作り



生春巻きの具材を皆で一心不乱に切りました。



