

平成30年11月号

おとこの台所・砧

発行担当：増木

11月

第99号

おとこの台所・砧 お勝手だより

※おとこの台所ホームページ [おとこの台所](#) 検索 グループニュース・各台所だより・活動の歴史 etc

お寒むうございます。あの猛暑をもう忘れた？
歳のせいではないと思いますが？冬支度です。
実りの秋、食欲の秋、あれも旨いこれも食べたい
なんて思いつつ「まんぷく」気分で
「トウラッタッタ♪」



99 おやじが頑張った**



おとこの料理

10月のランチ



- 豆もやしと牛肉の炊込みご飯
- 鮭の味噌チーズ焼き
- パナナのベーコン巻き
- イカと胡瓜のサラダ



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 たぬきおやじのお勝手
4	5	6	7	8	9	10 もみじまつり
11	12	13 おとこの台所砧	14 せたぜミ	15	16	17
18	19	20	21	22	23 勤労感謝の日	24
25	26	27 おとこの台所砧	28	29	30	

今後の予定

- 11/3(土) たぬきおやじのお勝手
- 11/10(土) もみじまつり
- 11/13(火) おとこの台所・砧 龍さんのレシピ
- 11/14(水) せたぜミ(食育の手伝い)
- 11/27(火) おとこの台所・砧 龍さんのレシピ

銀の吹朗開催予定日

せたぜミ No.24
★キノコの炊き込みご飯
★サイコロステーキ
★デザート
(バナナヨーグルト)



10月の定食

★力芋煮 (お餅入り)
★お新香



☆ケーキセット

第四火曜日はミュージシャンの「デイサロ水城さんと友人の女性「斉藤さん」がゲスト参加で、食後はいつもの通り歌を歌って腹ごなしです。いいね!



至誠会の研修生が参加した10月の台所は、料理に何故か？熱が入りました。会話も盛り上がり、楽しい会食でした。

会食談議

「アートクラブ 11 作品展」

絵と写真の愛好グループの作品展が10/2~7まで開催されました。自慢の絵画や写真をずらっと約90点展示。沢山の来館者で賑わいました5回目の開催ともなるとどの作品も自信作



素敵な絵画をバックに記念撮影！
素敵な作品に癒されました。
鑑賞会後は感想会？
作品展の話題を肴にお酒が美味しい！！



たぬきおやじの山形芋煮



本場山形の芋煮会を担当する方から教示頂いたレシピを忠実に再現？

(メンバーの中島さんの差入れです)←

♪頭の体操???

- ①川柳クイズ
A クラス会
食後は□の説明会。
B 中身より
□の大きさで選ぶ本
(公益社団法人全国有料老人ホーム協会主催「シルバー川柳」より)
- ②歳の差クイズ
早く□□□になりたいのが一八歳、出来れば□□□に戻りたいのが八一歳(ネットの投稿より)
- ★空白部分を考えましょう
答えは最下段にあります。