

令和元年12月号

おとこの台所・砧

発行担当：増木

12月

第112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

令和元年も残すところあと1ヶ月になりました。

「月日が経つのが速い！」口癖ですね。

初旬には流行語大賞が発表されますが、勝手に予想しますと本命は「One team」対抗は「後悔などあろうはずがない」(イチロー) 穴は「免許返納」さてさてベスト10に入るかな？ お勝手大賞は「自我ジイサン」!?☆☆☆☆☆

おやじが頑張った**

おとこの料理

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7 たぬきおやじのお勝手
8	9	10 おとこの台所・砧	11 せたぜミ	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24 おとこの台所・砧	25	26	27	28
29	30	31				



銀の吹朗開催予定日

11月のランチ

- ▶ ジャガイモのお焼き
- ▶ 白身魚のアルミホイル焼き
- ▶ 手羽先と大根のスープ
- ▶ デザートに柿



今後の予定

- 12/7(土) たぬきおやじのお勝手
- 12/10(火) おとこの台所・砧(龍さんのレシピ)
- 12/11(水) せたぜミ(食育の手伝い)
- 12/24(火) おとこの台所・砧(龍さんのレシピ)

せたぜミ <No.37>

- ★ タコ飯
- ★ 芋煮汁
- ★ 柿のコンポート



11月の定食

たぬきおやじのお勝手

- ☆ タコ飯
- ☆ 具沢山芋煮
- ☆ 柿のコンポート



大根に旨く味が浸みこむか！「手羽先と大根のスープ」の課題でした。3cm厚にイチヨウ切りにした大根の面に十字に包丁を入れて真ん中に竹串を1cmほど刺して煮込むと短時間で美味しく出来上がり！「銀だら」はアルミホイルに包んでガスオーブン←お焼きは円筒に入れて丸く形よく焼きました♪何事も工夫ですね！



会食談議

箸休め

サロン銀の吹朗主催新春「健康吹矢・吹き初め会」企画中止！開催日：1月初旬 ◆道具不要でどなたでも参加できます。 ◆ゲーム用的を使い4m以上の距離から矢を5本吹いた結果で*パーフェクト賞、2ピンゴ賞、1ピンゴ賞等豪華賞品用意！

矢を吹けば福来たるなSUNO期待！

↑ファイブターゲット的



砧くちなしふれあいの家

「もみじまつり」

11月9日恒例の「もみじまつり」が開催されました。講演(日本文化とフランス文化)出前講座(あなたを狙う悪質商法)在宅介護



の話等プログラム盛沢山。昼は豚汁、おにぎり、コーヒー、ケーキにクッキーetc 最後に皆で歌って楽しく締めました。関係者の皆様お疲れ様!!

(4415)要休[.]@ 第10 280の16

♪頭の体操??!!

- ① 川柳クイズ 少ないが満額払う □□代 (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 流行にすぐ反応するのが一八歳、 □□にすぐ反応するのが八一歳 (ネットの投稿より)

★空白部分□を考えましょう 答えは左下段にあります。