

3月

第115号

おとこの台所・砧 お勝手だよ

令和2年3月号

おとこの台所・砧

発行担当：増木

※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・活動の歴史 etc

早くも春一番！3月は去って行くと言われますが、花見の季節です！しかし、世の中は新型コロナウイルスで自粛ムード、さてさてどうしたものか？砧くちなしふれあいの家の庭園では紅梅、白梅が満開！しだれ桜が次の主役を待ち兼ねています。料理して会食、楽しい笑いが健康の源です♪♪見えない敵を防御！

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 土 休 休 たぬき お勝手
8	9	10 休 お台所・砧	11 休 せたぜミ	12	13	14
15	16	17	18	19	20 春分の日	21
22	23	24 休 お台所・砧	25	26	27	28
29	30	31				

3月

銀の吹朗開催予定日

2月のランチ

- 蓮根のシュウマイ
- 牡蠣と白菜と蕪のミルク煮
- 春菊とお揚げの煮びたし



★3月は諸般の事情により
砧の台所は「春休み」です。
ご了承ください。
時節柄、健康に御留意願います。

せたぜミ <No.40>

- ★豆ご飯
- ★五目卵焼き
- ★春雨スープ
- ★チョコレートバナナ



2月の定食

たぬきおじのお勝手

- ☆恵方巻
- ☆具沢山豚汁
- ☆タピオカミルクティー



巻きに踊らされているよう
な？丸かじりして満腹！
豚汁はホッコリ温まる一杯。



恵方巻は自己責任で各自
が巻きました。慣れた？手
付きで交代で巻いて出来栄
えは自己満足！納得？

簡単なお料理

会食談議



で難しい！
どこかのコ
ンビニが仕
掛けた恵方
巻

「チョコバナナ」
「チョコバナナ」
「チョコバナナ」

「チョコバナナ」
「チョコバナナ」
「チョコバナナ」

「チョコバナナ」
「チョコバナナ」
「チョコバナナ」

おとこの台所 KINUYA TOPICS

悩みのお花見会一足早く

「桜(の写真)を見るかい？」
左の写真は2016年
4月2日に撮影。さて
何処の桜でしょう？



これがお分かりの方
はお花見博士です？!

右の写真は2017年 4月4日に撮影。(仙川)



この日はグループ交
流会が開催されまし
た。下段は昨年撮影。
砧公園の源平桃と桜
です。今年の悩みは
開花日と新型コロナ？

おとこの台所

♪頭の体操??!!

- ①川柳クイズ
この頃は
も入れ歯も
噛み合わせず
(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
知識を沢山吸収する
のが一八歳、
を沢山吸収する
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。