

令和3年11月号

おとこの台所・砧

発行担当：増木

11月

第135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

HPPS://seta-odk.com/odk

グループの活動、会報 etc

北風小僧の寒太郎がやってきました♪。
そろそろ冬支度、もう11月です。自粛生活からは少し解放され、おとこの台所・砧も1年ぶりに再開です！お待たせしました？



辛抱する木に花が咲く——
桜のシーズンも到来！！
行楽の秋、食欲の秋？11月の砧の台所は、11/6(土)、11/9(火) 11/23(火) ワイワイ料理して、ガヤガヤ駄弁りしましょう！程々に！？



プレイバック
2018年11月10日もみじまつい

「水城さん」をゲストに迎え皆で歌おう！



1	月
2	火
3	水
4	木
5	金
6	土
7	日
8	月
9	火
10	水
11	木
12	金
13	土
14	日
15	月
16	火
17	水
18	木
19	金
20	土
21	日
22	月
23	火
24	水
25	木
26	金
27	土
28	日
29	月
30	火



プレイバック 2015年11月7日
ゲストを迎えて「料理発表会」

第四回顔合わせ会開催。今回は十二名のメンバーが参加されました。話題は台所再開に向けた開催予定日と料理内容について意見交換。結論、開催日は従来通り第一土曜日(家庭料理)第二・第四火曜日(龍さん料理)で暫く継続することに決定しましたが、高齢化が進む中で現行のやり方を再考すべきとの声も？話し合い終了後、ロッカーの調味料等を「断捨離」しました。新鮮調味料で新たなスタート！書物によりますと、そもそも断捨離は、不必要な物を取り込まず手放していく事、物に限らず時間や関係性、考え方など様々な事柄に対する執着を捨てる事を推奨する考え方との事です。因みに「ドンシャリ」は低音と高音を強調したサウンド？「お呼びでない？こりやまた失礼」

「たぬきのお勝手」当日のメニューです



写真をご覧になり思いだして下さい。
メインは旬の〇を使ったほっくり美味しい〇ご飯
〇肉と〇〇の煮物
〇のスープ
そして、即席漬け
記憶が蘇ればまだまだ大丈夫でしょう？
(栗・鶏・牛蒡・葱)

砧ふれあいの家レーンリニューアル



「砧くちなしふれあいの家の」の的を吹く方向を反対側にして吹く位置に余裕を持たせました。これにより、5mから10mまで周りの障害物を気にせず練習できます。飲食も解禁になりましたのでモグモグタイムで歓談しながら楽しく練習しましょう。段級位試験も余裕をもって受けられます。毎月第一金曜日開催！



★銀吹ニュース★

砧の台所開催日
銀の吹朗練習日

♪頭の体操？？!!

①川柳クイズ
三時間
待つて病名
「□□です」
(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
知らない事が多いのが一八歳、
□れた事が多いのが八一歳
(ネットの投稿より)

◆無料で遊べる賢くなるパズル！ <https://newdoku.com> より

縦横とマスの中に1~9の数字をダブらないように埋めるゲーム？初級編
マーカー部は9が入ります

		4			7			2
	1							
	9					8		
1	5		3	8	2	6	7	4
4	6	2			5		9	
8	3	7						
6	4	3	7	2	1		8	5
9	7		8	5		4	2	6
5			6	9		1	3	

毎口脳トレ数独？
縦横とマスの中に1~9の数字をダブらないように埋めるゲーム？初級編
マーカー部は9が入ります

3	8	4	9	1	7	5	6	2
2	1	6	5	3	8	7	4	9
7	9	5	2	4	6	8	1	3
1	5	9	3	8	2	6	7	4
4	6	2	1	7	5	3	9	8
8	3	7	4	6	9	2	5	1
6	4	3	7	2	1	9	8	5
9	7	1	8	5	3	4	2	6
5	2	8	6	9	4	1	3	7