

2022年

5月

第141号

おとこの台所・砧 お勝手だより

令和4年5月号

おとこの台所・砧

発行担当：増木

☆笑って健康!笑顔が集う台所!☆

風薫る5月、マスクを外して深呼吸！
新緑に癒される爽やかな季節到来。
八十八夜は新茶、端午の節句で柏餅、花なら菖蒲、ツツジ、カーネーションにつゆ草
一気に華やいできます。

今月の台所は、5月7日(土)・10日(火)・
24日(火)です。皆様のご参加をお
待ち申し上げます。



マスク、手洗い、うがい…
美味しい料理で免疫力アップ！



2013年5月21日 薫風浴の会…砧公園



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

たぬきおやじのお勝手2022年4月2日

- ☆春の炊込みご飯(筍)
- ☆ウィンナー、新じゃが、アスパラのバター炒め
- ☆菜の花の辛子和え
- ☆新玉ねぎのポン酢漬け



禁止！
部屋で会食。
今回は弁当作りに「ちむどんどん」？庭のしだれ桜がチョト寂しい…

春の行楽弁当作りにわくわくした4月2日のお勝手は14名参加。炊飯器2台使って準備をしたものの1台の調子が悪く急遽ガスレンジにフライパンで対応！思いのほか美味しく炊けました。洒落たパックに綺麗に折詰して、さあ出掛けよう！
残念？公園はコロナ禍で飲食

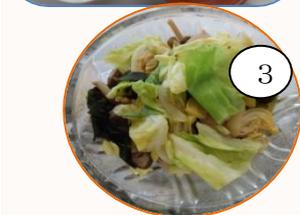
「定例料理」2022年4月12日&26日

♪4月のランチ！

- ①ホタルイカと筍のバター炒め
 - ②鰯と油揚げの煮物
 - ③春キャベツとシメジのレンジ蒸しサラダ
 - ④蕪とアスパラの味噌汁
- 写真(上)は4月12日11名参加で料理しました。4月26日は参加7名の料理写真(下)です。(女性ゲスト1名)



器の数が多く、懐石料理の様？どちらも旨い！
家庭料理は手軽で美味しい！いいね♪♪♪



5周年記念Tシャツ&記念大会!!

★鶴沢さん2級合格！早い！

②4月19日
記念大会開催
3ラウンドで
4名が83点
ルールにより
郡司さん優勝



①記念Tシャツお披露目！
サロン「銀の吹朗」
5周年記念企画

砧の台所予定日
銀の吹朗練習日
状況により変更あり

♪頭の体操???

- ◆歳の差クイズ
- ①道路を暴走するのが 一八歳、
 - するのが 八一歳
 - ②心がもろいのが 一八歳、
 - がもろいのが 八一歳
 - 新歳の差編
 - ③スマホをいじる一七歳
 - をいじる七一歳
 - ④華麗に生きる一七歳
 - に生きる七一歳
- (ネットの投稿より)

♪久しぶりに復活しました。

1/1の答え ①逆走 ②骨 ③嫁 ④加齢臭