

令和6年度 9月 「ふれあい昼食交流会」

“今月のメニュー”

1. 豚肉の梅しそ巻き
2. 茄子の生姜醤油かけ
3. 月見汁
4. 赤飯
5. 抹茶ケーキ



令和6年 9/17日(火) 12:00～13:00
(熊西市民センター・多目的ホール) 晴れ

参加者: 男性: 8名、女性: 25名、合計: 33名



熊西校区食生活改善推進協議会(ヘルスマイト)
中村会長ご挨拶



岡本さんの献立説明

★料理の詳しいレシピは市民センターに
メニュー表をご用意しています。

<次回の開催予定>

10/15(火) 12:00～13:00

イベント: (株)明治食育セミナー「チーズのお話し」

- ・食塩相当量: 2.4g
- ・野菜の量: 131g
- ・総カロリー: 599kcal

★ バランスの良い食事をとりましょう！

私のところに

あなたの座る席を用意しました。

いつでもどうぞ。

昼食会イベント「銭太鼓」演奏 泉ヶ浦銭太鼓同好会



泉ヶ浦銭太鼓同好会の皆さんの演技と勝本さまの説明

銭太鼓(ぜにだいこ)とは、日本各地の芸能にみられる銭(硬貨)が触れ合う音を利用した楽器。筒を紅白に分けて装飾し、それぞれ両手に持って2本1組で使う。左手に持つ白色の銭太鼓は大地、右手に持つ紅色の銭太鼓は天を表しているとされます。

この同好会は平成19年秋に、団地の中の楽しいことが大好きな主婦の集まりで、雑談の中から誕生したそうです。今回の衣装も道具も手作りで、キラキラと華やかに装飾が施され、おばあちゃんパワーと謙遜されていましたが、会場の皆さんは演技される姿、動きに眩しく、圧倒されていました。