

# あけほの 3月の使用予定

上段：午前 中段：午後 下段：夜間

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
						若葉会 健康サロン
					Sアンサンブル	
3	4	5	6	7	8	9
	休館日	健康体操	スマイル+・料理	セルフリンパ	PC・スマホ	音露里
島田フィル			しまだっ子	パーチェ	健康サロン	パン習字・音露里
		チューリップ	ドルチェ	チューリップ	藤サークル	
10	11	12	13	14	15	16
藤サークル	休館日	野ばら	スマイル+	台湾料理	障害者福祉会 更生保護女性会	若葉会
フェルマータ			大正琴	英語サークル	絵手紙	健康サロン
		チューリップ・REC	ドルチェ	チューリップ	藤サークル	
17	18	19	20 春分の日	21	22	23
藤サークル	休館日	健康体操	休館日			
フェルマータ				パーチェ		健康サロン
		チューリップ・町内会		チューリップ	Sアンサンブル	町内会・ソフトボール
24	25	26	27	28 年度末事務	29 年度末事務	30 年度末事務
紫翠会	休館日		スマイル+	貸館中止	貸館中止	貸館中止
31 年度末事務			しまだっ子			
貸館中止		チューリップ・REC	ドルチェ			町内会

黒字:会議室 青字:教養娯楽室 緑字:和室 紫字:講座 \*下線付きは調理室も使用 2/27現在

## お手軽レシピ紹介

## 《 大根スープ 》

(材 料)	4人分
大根	250g
カニかまぼこ	100g
大根の葉	2本
鶏がらスープの素	大1
醤油	大1
塩コショウ	小1
ごま油	小1

- ① 大根は太めのせん切り、大根の葉は湯通しをしてからみじん切りにする。
- ② 鍋に茶碗4杯分の水を入れ、沸騰させたら①の大根を加え、柔らかくなるまで煮る。
- ③ ②にカニかまぼこ、①の大根の葉、鶏がらスープの素、醤油を加え、3分程煮る。

