

そんなり通信 vol.115



地域活動支援センターMネット 広報誌 H31年4月号
発行者：社会福祉法人Mネット東遠 地域活動支援センターMネット
菊川会場：菊川市本所 1407-4 TEL0537-28-9716
小笠会場：菊川市赤土 1660-1 TEL 0537-73-1020 FAX0537-73-1034

3月のサロン活動

☆3月12日（火）【鶏のからあげを作って食べよう】

からあげは100円食堂で人気メニュー。なぜか毎回参加者が多いんです。鶏肉を一口サイズに切るところから始まり、下味をつけ、片栗粉をまぶし、まるでからあげ屋さんのように慣れた手つきで調理をしていました。難しかったのは油の温度調節で、良い揚げ色になっても中まで火が通っていなかったり、中まで火を通そうと思って焦げてしまったりと失敗作もありました。味噌汁、サラダやフルーツを添えて栄養バランスを考えたメニューが完成♪参加者がたくさんいると作っている方も作り甲斐があるそうです\（・▽・）／



☆3月26日（火）【家山の桜トンネルを散策しよう】

サロン前日「明日桜咲いているかな？」と不安を抱えながら家山まで出発！今年は例年より開花が遅く、家山の桜はまだ一部咲き程度でした。桜祭りの会場も閑散としていましたが、タイミングよく桜仕様のSLを間近でみることができました。「桜は残念だったけど、SLの写真がうまく撮れたよ。」と、撮り鉄に混ざって必死に写真撮影をし、いい思い出になりました。



4月のぴあぴあサロンのお知らせ



内 容：100円食堂【焼きそばを作ってみよう】

日 に ち：4月9日（火）

時 間：9：30～11：30調理 11：30～12：30食事・片付け

会 場：プラザけやき2階栄養指導室

持 ち 物：材料費100円、エプロン、帽子、バンダナ等髪を隠せるもの。

※グループに分かれ調理をします！皆様のご参加をお待ちしております。

内 容：外出サロン【ツツジのお花見をしよう♪ in 勝間田公園：牧之原市】

日 に ち：4月19日（金）

時 間：9：30 プラザけやき出発 10：00～11：00 勝間田公園を散策

11：30 プラザけやき到着予定

持 ち 物：歩きやすい靴



なにができるでしょうか？

菊川市赤土にある工房オアシスでメンバーが『ラダーシェルフ』をつくり始めました。

下準備としてネットで作り方を調べ、設計図を書き、木材を購入。

長さを測り、ノコギリを使って木材をカット。ここは体力勝負だったようです。

その後、木材に色を塗り始めました。

メンバーが選んだ色は『サンドグリーン』春らしい色です♪

塗料を乾かす時に重ねて木材をおいてしまったために塗料が剥がれ、もう一度塗りなおしたりしながら次の組み立て工程へ。

棚板が平行になるように側板の位置を決めるのに苦労しながら

ビスで固定していき、側板にはMネットのロゴマークを描きました。

作業の空いた時間を利用してながら6週間程かけて完成♪

オアシスへ立ち寄った際にはぜひご覧になってください♪

