

4月4日（木）

## 昼食会【トマトチーズ焼き】



くり抜いたトマトの中身と市販のハンバーグを煮詰めたものをトマトの皮の器に詰めて、チーズをのせてオーブンで焼き色をつけると完成！



4月19日（金）

## 昼食会【春のちらし寿司】



ちらし寿司にはタケノコと沢ぶきを入れ、白和えは明日葉を使い、味噌汁の具はタケノコで旬の味を楽しみました。



### 6月の昼食会

5日（水）ピーマンの肉詰め

27日（木）水餃子 **皮作りにも挑戦！**



4月23日（火）

## 簡単ランチ【テリヤキチキンバーガー】



照り焼きにしたチキンに新玉ねぎたっぷりの手作りタルタルソースとレタスをはさんで食べごたえのあるチキンバーガーの昼食が140円ナリ。簡単で安くできるのが簡単ランチの日の魅力です。

18日は「簡単ピビンバ」を作ります。

参加費は割り勘

### お知らせ

## 初夏を感じる行事あれこれ・・・



要予約

### ずんだもちを作ります

19日の午後からはお菓子作りをします。参加費は200円です。



### 夏物衣類バザー

7日 12時50分～13時30分  
バザーを行います。

要予約

### ハーバリウム作り

10日 10時30分～

ハーバリウム作りを行います。  
材料費は瓶の形や大きさによって  
150円～250円になります。



年金を受け取っている方には6月に年金機構から年金振込通知書が送られてきます。去年届いた分と合わせて各自で保管しておいて下さい。



そろそろ梅雨入りの時期です。蒸し暑かったり、梅雨寒で急に冷えることもありますので衣類の調節や体調には気をつけて過ごしましょう。

# 令和元年6月 支援センターふれあい 予定表

日	月	火	水	木	金	土
						7 卓球  下田送迎(要予約)
2 お休み	3 音楽の日	4	5 昼食会 (ピーマンの肉詰) & 予定決め 昼食会費 300円 要予約	6 ウォーキング (下田)  要予約	7 パソコン	8 カラオケ 会費 100円  下田送迎(要予約)
9 お休み	10 ハーバリウム作り 瓶の種類によって 材料費150円~250円 要予約	11 将棋 ゲームの日	12 カレーの日 会費 割り勘 要予約 河津送迎(要予約)	13 卓球	14 午後カラ 会費 100円 13時~15時	15 上映会 午前・午後で2本上映 西伊豆送迎(要予約)
16 お休み	17 音楽の日	18 簡単ランチ (ビビンバ) 会費 割り勘 要予約	19 つるし雑 & お菓子作り つるし雑材料費 10円 お菓子参加費 200円 要予約	20 カラオケ 会費 100円 東伊豆送迎(要予約)	21 カレーの日 会費 割り勘 要予約	22  下田送迎(要予約)
23 お休み	24 カラオケ 会費 100円	25 将棋 ゲームの日	26 ウォーキング (東伊豆)  要予約	27 昼食会 (手作り皮の餃子) 会費 300円 要予約	28 パソコン	29 卓球  下田送迎(要予約)
30 お休み	<ul style="list-style-type: none"> <li>★ 施設利用料 100円 (プログラム参加費は別途)</li> <li>★ 行事参加予約は当日でもOKです</li> <li>★ 送迎の予約はできるだけ前日までにお願いします (人数により乗れない場合もあります)</li> </ul> <p style="text-align: right;">予約・お問合わせ(9時~17時) <b>(0558) 62-2911</b></p>					