



まちの駅大泉学園通信 9月号

だれでも「困ったこと」「助けてほしいこと」があります

OMNセミナーワークショップで木原勇講師が出された50種類の「助けてほしい」カード。各自5枚ずつニーズを選び、グループ内でそれならできますよという方が応じます。「庭の草取り」「買い物の付き添い」「室内の清掃」「食事準備」など様々です。地域で助け、助けられの関係づくりもまず発信することから、それをできる人が応じるという関係を体験する学びでした。誰にでも「やってほしい」ことを抱えている、それを誰かがヘルプしたらおつきあいのきっかけとなり、風通しのいいまちへ変わっていくことでしょう。(S)

練馬福祉園



みのり祭のお知らせです。

日時：10月28日（土曜日）10時30分から15時00分まで開催します。

雨天時は規模を縮小して開催します。

場所：練馬福祉園 くすのき広場

内容：活動体験、製品販売、アトラクション（サンバ等）、模擬店、ゲームコーナー等を予定しています。

施設公開、及び地域交流の一環として、地域の方や、福祉施設の皆様にも、ご参加頂けるよう企画しております。どうぞお気軽にご来園ください。

問い合わせ先：練馬福祉園 大泉学園町9-4-1

TEL 03-3978-5141

ショップ店長より

以前寄付して頂いた手作りのお雛様、欲しいという方がいらっしゃったので、大泉ボランティアコーナーに置いてあったお雛様を譲っていただきました。時期が来ましたら出しますので楽しみにしててください。



NPO まちの駅大泉学園
ショップ*学園通り 練馬区大泉学園町5-6-17 ☎ 3978-0207
Facebook 始めました 『まちの駅大泉学園』

9月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1 11:00~ 食サロ	2 お休み
3 お休み	4	5 10:30~ 古典文学	6 13:00~ 大泉障害者 支援ホーム	7	8 11:00~ 食サロ	9 子ども食堂
10 お休み	11	12 10:30~ 手作り教室	13 10:30~ 古典文学	14	15 11:00~ 食サロ	16 お休み
17 お休み	18 敬老の日	19 13:00~ ジョブサポート	20	21 13:00~ べるはうす	22 11:00~ 食サロ	23 秋分の日
24 お休み	25 10:30~ すくすく広場	26 10:30~ 手作り教室 13:00~ つくりっこの 家	27 13:00~ つくりっこの 家	28 10:30~ ママサロン	29 10:00~ ガレージセール 11:00~ 食サロ	30

都合により変更をする場合がありますので確認をお願い致します。

古典文学を楽しむ会

毎月 2回 実施

参加費 300円

※日時は予定表で確認を

手作り教室

第2・4火曜日

10:30~14:30

参加費 500円

すくすく広場

第4月曜

10:30~14:00

参加費 無料

レシピ

『豚肉ロール巻き』

豚肉には、**ビタミンB1**別名「疲労回復ビタミン」とも呼ばれる栄養素が、牛肉の約10倍も含まれています。

野菜（今回はオクラ）などを巻いて、食べましょう〜

《材料》豚うす切り肉6枚・オクラ6本・小麦粉・酒・塩

《作り方》①オクラはヘタとガクをとり、塩をまぶす。

②豚肉は、1枚ずつ広げ、薄く小麦粉をふりオクラを巻く。

③フライパンを熱し、②の巻き終わりを下にして焼き、時々返しながらかき色を付け、酒を入れ蒸し焼きにする。

※ 野菜を巻く時に梅肉・大葉・チーズ等をお好みで一緒に巻いて頂いても味に変化が出ます。

練馬ねりあるきラリー

8/28に行ったねりあるきラリーには、沢山の方が、手作り・輪投げを楽しんで下さいました。

