

Living Life Club とは『いきいきとした楽しいクラブ』です



〈社会行事〉・3日 ひな祭り・11日 東日本大震災の日 ・20日 春分の日

〈風物詩〉 3日の桃の節句(ひな祭り)には、ちらし寿司やハマグリのお吸い物を。 啓蟄(5日)の頃から少しずつ暖かくなり始め、冬眠していた生き物もそろそろ目を覚ます。 春分(20日)を境に徐々に日が長くなる。



◆ 2月例会 * 参加者: 45名

- * 2月誕生者(7名)に祝い品お届け。
- * 新入会員 (9-1106)飯田さん
- * 健康講座で「認知症」の話を岸田理事から、健康体操を市川理事の下で行いました。 またお楽しみでは鈴木さんのハーモニカ演奏を、下平さん、山口さんのウクレレ、フラダンスの披露を、ビンゴゲームでは好きな景品をゲットして大いに楽しみました。



会員数	男	女	合計
当月	34	67	101

3月予定表	日	曜	時間	場所
役員会	17	火	10:30~	資料室
月例会	19	木	13:00~	第1AB資室
グラウンドゴルフ	毎週	月水木	8:15~	第1公園
スポーツ吹矢	6.27	金	13:00~	第1AB室
写経の会	10	火	14:00~	第1B室
カラオケ	1.2.3.4 1.2.4週	水金	13:00~	第2洋室
清掃	1	日	8:00~	第1公園

エル・エル俳句

いつまでも眺めていたい春の海 (すだち)
 水温む鯉はゆるりと泥の中 (いずみ)
 暁に三日月光る春近し (あい)
 薬犬の小道の奥の初音かな (まこ)
 馬酔木咲く朗読会は乱歩かな (のこ)



3がつ

生まれの方々です

小野 こう (喜寿)
 田畑 倍男 清水 一雄 柳沢 恒忠
 島崎 共子 海藤 勇 根本世紀子
 神原 信行 浦野 香代 中里由美子

≪ 会員投稿 ≫ 「電子レンジでの海苔餅の作り方」

お餅は私達にとって朝食に昼食に、そして間食にと便利な食材です。 そうしたお餅の簡単な作り方について紹介します。

=電子レンジで海苔餅の作り方=

- ① 耐熱皿に海苔を乗せ、その上に切り餅を乗せます。 餅が海苔からはみ出さない事で耐熱皿に餅が付着するのを防ぎます。
- ② 電子レンジ600Wで30秒、その後300Wで20~30秒加熱し 餅の膨らみ状況を確認します。
- ③ 餅に醤油等を付けて海苔を巻き、ゆっくり噛んで お召し上り下さい。 (5-1108 清水一雄)

