

西郷公民館だより

【発行所】登米市西郷公民館
西郷地区コミュニティ推進協議会
登米市南方町堤田38

【TEL】0220-58-4556 【FAX】0220-58-4581

【QRコード】



【ホームページ】



完成
しました！

【Facebook】



秋の交通安全

西郷小学校では9月21日（火）に、交通安全教室が行われました。

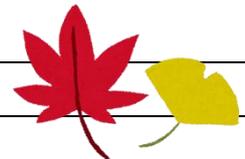
毎年高石駐在所、子ども安全見守り隊、交通指導隊の方々にご協力いただいています。子どもたちは真剣な眼差しで取り組んでいました。一人一人が交通ルール、交通マナーを守り、事故のない町づくりに努めましょう！



10月の予定



10月1日（金）	神楽着付け教室	紅葉狩り
4日（金）	パンフラワー教室① 英語であそぼう！①	
5日（火）	神楽教室③	14日 鉄道の日
6日（水）	健康教室①	
8日（金）	神楽教室④	
11日（月）	パンフラワー教室② 神楽教室⑤	31日 ハロウィン
13日（水）	神楽教室⑥	
14日（木）	写経教室②	裏面もご覧ください
15日（金）	西郷南寿大学移動研修	
20日（水）	料理教室③	
24日（日）	ふれあいグラウンドゴルフ大会	
27日（水）	老人クラブ共催事業 健康教室	



読書の秋

すっかり秋を感じられるようになりましたね。秋といえば、食欲の秋、スポーツの秋、そして読書の秋！公民館には図書スペースがあり、小説や趣味の本（料理、手芸、DIY、収納、園芸）子ども向けなど、様々なジャンルの本を取り揃えています。本の新刊も入荷いたしました。貸し出しもしていますので、気軽に足を運んでみてください。ちなみに！10月27日から11月9日までは読書週間です！

先日、公民館内で消火訓練をしました。実際の現場を目の前にしたら慌ててしまうかもしれません。定期的に訓練をし、手順を確認しあうことで、流れを身につけスムーズな消火活動に繋がりたいです。火事が起きない、起こさないことが1番ですけどね！



館長の簡単 おすすめレシピ



◆ポイント◆

- ①冷ましている間に余熱で柔らかくなるので、茹ですぎないように注意！
- ②キャベツの水気を両手でしっかり絞れば失敗しない！
- ③キャベツは茹でると量が減るので、多いと思うくらいで大丈夫！

キャベツのニンニクごま味噌あえ

【材料:2人分】

・キャベツ（大）	5枚
・白ごま	大1
・味噌	大1
・すりおろしニンニク	1かけ分
・ごま油	小1
・醤油	小1/2

【作り方】

- 1、キャベツは一口大のざく切りにし、大きめの鍋に沸かした湯で1~2分茹でる。
- 2、ザルに上げ、冷水をかけずそのまま冷やす。
- 3、ボウルに白ごまを入れ、指の腹で半分くらい摺りつぶす。
- 4、3のボウルに味噌など調味料を加えて混ぜ合わせる。
- 5、冷めたキャベツを絞って水気をしっかり切り、4に加えて菜箸であえて完成。

特製味噌が香ばしく甘いキャベツにからみ、ニンニクの風味が食欲をそそります