



# 友の家 だより

特定非営利活動法人

福祉発信基地友の家

〒451-0054

名古屋市西区南堀越 2-3-1

TEL 052(523)8202

✉ npo\_tomonoie@ybb.ne.jp

第 237 号 2017 年 11 月

友の家ブログ

で検索

## 寒い日には鍋ものが一番！

### \* 塩こうじを使ったお鍋

・材料 (4 人分)



鶏もも肉	400 g
水菜	1 袋
しいたけ	10 こ
もやし	2 袋
ごま油	大 2
塩こうじ	大 6
麺つゆ (3 倍濃縮)	大 2



- ・作り方
- ① 土鍋にごま油を入れて鶏もも肉を炒める。
  - ② ①に水 1,000 cc と野菜を入れて煮込む。
  - ③ 塩こうじと麺つゆを入れて味を調える。

\* 野菜は上記以外のものでも美味しくできます。

一度、お試し  
下さい。

## 愛知県民集会のおわびと訂正

10 月号でお知らせした「愛知県民集会」ですが、選挙と重なったため、変更になりました。

11 月 12 日 (日) 若宮ひろば

10 時～集会

11 時～パレード



\* 「愛知県民集会」とは、愛知県予算の単独補助金カットに反対のために始まったもので、福祉予算の削減に反対、「福祉は権利」を掲げています。

## 西区自立協議会・西区役所主催 西区役所から脱出せよ ～“F”からの挑戦状～

謎や暗号をときながらサンタクロースを探し、小中学生対象の参加型のイベント。家族みんな楽しもう!!

12 月 9 日 (土)

11 時～15 時

西区役所

オフィシャル Twitter アカウント

@kyogikai

📍ここをチェック

OS☆U の  
高橋萌ちゃん  
も来るよ



## 西区民祭りの報告

10 月 8 日の区民祭りには、ご来場ありがとうございました。友の家は、子供向けの「射的」「魚釣り」で盛り上がりました。お祭りの様子は「友の家のブログ」をご覧ください！