

おじゃまします！ ～『フレンズ』です～

社交ダンスと一緒に踊ってみませんか！

多くの方に社交ダンスを知っていただきたくて、初めての方の初心者入門クラスを始めました。年齢問わず、各自にあったレッスンを親切丁寧におこないます。

毎回わかりやすく、ステップは繰り返し練習していきますので、気楽に楽しく練習できます。ルンバ・チャチャ・ワルツ・タンゴなどが踊れると楽しいですよ！

楽しいダンスパーティーも企画していますので、ぜひレッスンにいらしてください。

練習場所：ウェルカムセンター原・2階

時 間：毎週土曜日 午前10時～11時45分

月 会 費：2,000円

連 絡 先：090 - 8007 - 2165 （大津）

（フレンズ講師 大津 記）



豆知識 すいとん

「すいとん」の歴史は古く、平安時代までさかのぼると言われます。現代でも各地の郷土料理と深いつながりがあります。また、戦時中から戦後にかけて食糧難の時代には米の代用食として作られました。しかし、具や調味料やだしの材料が不足している時代だったので、この時代のすいとんは、水でゆるく溶いた小麦粉を汁または味の無い湯に落として食べられていました。小麦粉の品質の悪さもあってとてもまずかったといひます。

しかし、今の時代にはとても美味しく作ることができます。残り物の野菜や肉を加え、簡単に栄養たっぷりなすいとんを作ってみませんか？

作り方（4人分）小麦粉2カップに塩小さじ1を混ぜ、水（またはぬるま湯）約1/2カップを少しずつ入れて手で練ります。好みの硬さになったら一つにまとめ、少しの時間ラップにくるんで寝かせます。その間にお好みの野菜や肉を切り、だしを入れた汁で煮込みます。寝かせた小麦粉の固まりを手でのばして一口大にちぎり汁に入れ、約10分煮て味噌、醤油、または塩などで味付けをすればできあがり。（依田 記）

大井第三地区委員会からのお知らせ

「すいとんをつくって食べよう」

日時：2月6日（日）午前10時～午後1時

場所：ウェルカムセンター原・グラウンド

ぜひご参加ください！



しなQ

キュー

銭湯の下駄箱などで見かける木札の鍵、実は品川の町工場生まれなのですが、この鍵の名前は何でしょう？

松竹錠 海老錠 エジプト錠 正解は次号で（倉田 記）



前号の正解 きゅりあんの語源は ラテン語

☆近隣施設ご案内☆		平成23年2月
伊藤幼稚園 3775-8028 西大井5-22-8	未就園児交流会：16日（水）、23日（水） 詳細等は伊藤幼稚園にお問い合わせください	
滝王子児童センター 3771-3885 大井5-19-14	リユースマーケット：22日（火）午前11時～12時 はいはいクラブ：毎週水曜日 午前11時15分～12時 よちよちクラブ：毎週火曜日 午前11時15分～12時 のびのびクラブ：毎週木曜日 午前11時30分～11時30分 ぐんぐんクラブ：毎週金曜日 午前11時30分～11時30分 詳細等は滝王子児童センターにお問い合わせください	
キッズ館いとう 3771-1311 西大井6-13-1	*行事予定については、キッズ館いとうのおしらせをご覧ください	
大井図書館 3777-7151 大井5-19-14	1. 定例休館日：7日（月）21日（月） 2. 館内整理日：10日（木） 3. おはなし会：毎週水曜日 午後3時～ 4. 雑誌リサイクル：12日（土） 午前9時～ 5. 開館時間：火曜日～土曜日 午前9時～午後8時 日曜日・月曜日・祝日 午前9時～午後5時	
ウェルカムセンター原・交流施設 5742-4660 西大井2-5-21	1. 申請受付時間：午前9時～午後4時 施設のご利用には団体登録が必要です。 2. 休館日：16日（水）毎月第3水曜日 3. 開館時間：午前9時～午後9時 （夜間の利用がない場合は午後6時に閉館します） 4. 施設案内：多目的室（2室）、講習室（2室）、スポーツ室、グラウンド、交流サロン	
西大井いきいきセンター 5718-1330 西大井2-5-21	《ご利用案内》 1. ご利用できる方 区内在住の60歳以上で利用券をお持ちの方。 初めてご利用される方は住所と生年月日が確認できるものをお持ちください。利用券をお作りします。 2. 休館日：日曜日および祝祭日 3. 入浴サービス：毎週水曜日および金曜日 正午～午後4時 《マッサージサービス》 1. 日 時：24日（木） 2. 抽選日：17日（木） 《グループ活動》 活動内容 ・カラオケ ・舞踊 ・詩吟 ・民謡 ・ウクレレ ・囲碁 ・ダンス ・書道 ・墨絵 ・体操 ・俳句 ・民謡 ・三味線 ・グラウンドゴルフ	

古紙を配合した紙を使用しています