

どんぐりの家だより

3世代ふれあい うた広場

毎月第1金曜日

10時～11時半頃

来月は12月6日開催

赤ちゃんからおじいちゃんおばあちゃんまで、誰でも

予約不要

年会費500円 子ども無料

ぐるっと筋力アップ教室

毎月第2・4水曜日13時半～

11月13日

11月27日開催

タオルを使い椅子に座って体を伸ばしたり、片足で立ってバランスを取ったり、誰でも気軽に参加出来る体操です。

無料 予約不要

65歳以上の方を主としますが、体操したい方は誰でも。

持ってくるもの タオル、飲み物

※他の水曜日にも脳トレや手遊びなど同じ時間でちょっとしたイベントを行うようになりました。ご参加ください。

わくわくお楽しみ会

毎月第~~6~~金曜日10時30分～

11月 9日(土)開催

無料 予約不要

駐車場は第二駐車場（旧ナッティプラント近く）にお願いします

備えあれば憂い無し

日没が早くなりました。

夜間に外出するときは「夜光反射材」を活用しましょう。

運転免許の更新時などでもらった、夜光反射材がおうちに眠っていませんか。早く日が暮れるこの時期が活躍するシーズンです。

秋の日のつるべ落とし、とはいいませんが、予想以上に暗くなるのが早いのはこの頃ですよ。

靴や上着など、反射材のついたものを役立てましょう。

ご本人が思っているよりも目立っていません、道具を有効活用しましょう。

移動販売車かわら版
**ど
ん
ど
ん
市
場**

No.5

R1. 11 発行



一般社団法人「よしの」どんだん市場店舗

勝央町豊久田394-2

電話 0868-38-0111

定休日 火曜日

水曜～月曜 10時～18時営業

ちょっと出かけてみませんか

旧勝田郡役所、旧勝央町役場、旧郷土美術館どの呼び名があなたの記憶には印象が強く残っているでしょうか？

11月11日から15日まで入場無料で内部公開されます。

病院、買い物のついでなど、久しぶりに足を踏み入れて見ませんか？普段は入れません、ひと時、昔の気分を味わってみては？

移動販売車売上ベスト5 (10月分)

- 第1位 きずなのしいたけ
- 第2位 もっこのとうふ(きぬ)
- 第3位 アルムの玉子
- 第4位 卵卵ぼうろ
- 第5位 バウムクーヘン

プレミアム付き商品券、使えます
どんだん市場
もご利用ください

勝央町
プレミアム付商品券

取扱店



精米機ご利用のお願い

新米のシーズンです。他出家族、知人にお米を送るとき、**どんどん市場**近くの精米機、24時間使用可！是非ご利用願います。

どんどん市場西側道向かいにあります

もち米モードもあります
お正月前、自分のおうちの精米機を清掃するのが面倒な方はご利用ください



心のコもったお弁当、お惣菜も大人気です。出来るだけ午後便にも惣菜を載せる様になりました。ご賞味ください。

スタッフの都合でお惣菜のない日はごめんなさい

千変万化の大豆

大豆を煮ると「煮豆」、ゆでて絞ると「おから」と「豆乳」、豆乳ににがりを加えると「豆腐」、豆腐を揚げると「厚揚げ」、「油揚げ」に大豆を炒ってミルすると「きな粉」にちょっと亜流で、絞った豆は「家畜の飼料」に、その油で「印刷インク」や「サラダ油」にそれぞれ化けます。
大豆はいろいろな用途に使えるので、世界で広く栽培されています。



寒くなってきました。石油ストーブ、ファンヒーターの灯油には**どんどん市場**の灯油をご利用ください。

申し訳有りませんが、**配達**は行っておりません。