

ここてらつ～しん

10月22日
月号

秋のここてら菜園

つ～しん

サツマイモもこんなに
伸びました！



実りの秋！収穫の秋！ということで、
ここてら菜園のバケツ田んぼでも稲
刈りをしました(^o^)

お米は美味しいからか、カラスに
つままれてしまいました、
1束分の収穫をすることが
できました！もうそろそろ
サツマイモも頃合いかな？わくわくの
秋です(o^ー^o)



出張居場所 in南三陸町

エクササイズ系の
ゲームで
盛り上がってます
(NOA)



おなじみの看板が
お出迎え



月2回、南三陸町でこ
こてらすを開催してい
ます！当日は、石巻の
ここてらすはお休みに
なります。よろしくお
願いします。

担当：I

10月と言えば、いも煮！
皆さん味付けは、味噌派、
しょうゆ派、どちらですか？
わたしは、牛肉ならしょうゆ
派、豚肉なら味噌派です
(^▽^)/

出張居場所 in南三陸町のおしらせ

10月も14日、28日の金曜日に開催します！

場所:志津川公民館

時間:10:30～15:00

参加費用は無料です。見学だけでもOK♪

詳しくは、お気軽にお問合せください♪

マイスペースここてらす石巻

毎週月・水・金曜日の週3回/10:00～15:00

〒986-0831 石巻市羽黒町2丁目6-51

☎ 0225-25-7609

✉ coco-ishinomaki@personal-support.org



アクセス：JR東北本線「石巻」駅 徒歩10分