

みほ'sキッチン

簡単ミートソース (約10人前・冷凍保存もできます)

- 材料:
- しょうが 1かけ
 - にんにく 1かけ
 - 玉ねぎ 1個
 - ニンジン 1本
 - 合いびき肉 200g
 - オリーブ油 大さじ2
 - 小麦粉 1カップ
 - 牛乳 1カップ
 - 水 5カップ
 - ケチャップ 1本
 - コンソメ 4個
 - しょう油 50cc

- ①しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじんは各みじん切り
 - ②大きい鍋にオリーブ油を入れ、しょうが・にんにくを入れ炒める
香りが出たら玉ねぎとニンジンに火が通るまで炒める
 - ③合いびき肉を入れて火が通るまで炒める (あれば+バジル・+オレガノ)
 - ④一度火を止めて小麦粉を入れて具に馴染むまでまぜる ※まだ火はつけなくて
 - ⑤水・コンソメ・ケチャップ・牛乳を入れる。全体をよく混ぜて、ここで火をつけます
(あれば赤ワイン 50~100cc・ローリエ 1~2枚)
 - ⑥15~20分程煮込んでとろとろになれば、仕上げにしょう油を入れて出来上がり
- アレンジ料理: なすを縦長にスライスしたものをフライパンで炒めて、ミートソースと交互に
 ミルフィーユ状に並べてチーズを散らして焼いたらラザニアに。
 その他: ピザソースの代わりに・オムライスの具として・グラタンソースとして



9/3(木)まで

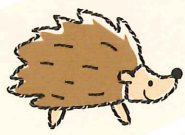
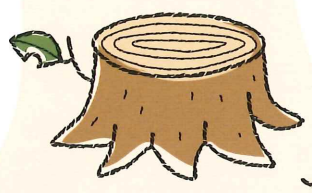
横浜シーサイドから、北東風(コチ)に
 乗り佐賀へ上陸! ハワイアン・アジアンの
 服飾雑貨、革製品・レザークラフトのお店



【問合せ】 080-3961-7660
 (杉崎 美光)



9月5日(土) 11:00~18:00
 9月6日(日) 11:00~17:00



「えん connect」を手を取っ
 てくださってありがとうございます。
 ●先月8月号から雰囲気とタイトルがガラリと
 変わり「え?なんか違う!」と思われた方も多い
 のではないでしょうか。今回からはロゴも載せた完璧
 バージョンですよ~! タイトルはみほさんと一緒に、
 頭を抱えて考えました。いい名前でしょ。

【縁】のあるみんなと【円】を描くように【connect(繋がる)】
 =【えん connect】(通称: えんごね)

世の中嫌なことも多いけど、手を取り合い、
 みんなで繋がって乗り越えていきましょう!!!
 みたいな。そんな想いを込めて。

来月号からは、コンテナに関わってくださっている方が
 コラムを繋いでいく「コンテナ談」が始まります。
 コンテナで起きたことや、コンテナについて、コンテナで
 出会った人...など、どんなお話が飛び出すか楽しみ!
 私たちの似顔絵イラストや、コンテナ談に記事を書きたい
 方はご連絡ください。新しくなった「えんごね」を
 通して、今までよりも、もっと皆さんと繋がって
 いたらいいな♪と思いながら、この文章を書いています。
 これからもよろしく願います。

スタッフえり



アクセサリ

sanpomichi
 レンタル棚



アクセサリ

Rei²
 レンタル棚



布小物
 ・布マスク

WhiteLeafMoon
 レンタル棚

Special thanks
 ロゴ: こがさん(ユマニテ)
 似顔絵イラスト: 美結ちゃん
 編集: まえださん(ユマニテ)



コンテナのある呉
 服元町はとっても
 あたたかな町。
 隣からは塩や器を
 借ります。靴が壊
 れたら駆け込むところがあり、おまんじゅう屋さん
 は私を「親分」と呼ぶ(笑)「コンテナがここにあって良
 かった」そう言ってもらえるように、楽しむ毎日。



釘を抜こうとして
 いて床に埋め込ん
 でしまったり、植
 えようとした種を
 ウッドデッキの隙
 間に落としたり、いつの間にか常連さんから「だって
 みほさんだからね~!」と言われる様に、
 先月紹介欄に掲載した ログ「だってみほだもん」
 はそんな中から生まれました。



わいわい!! コンテナ2



開館：午前10時～午後6時
 住所：佐賀市呉服元町2番地内
 電話：090-9586-9445(直通)
 主催：佐賀市街なか再生会議
 事務局：NPO法人まちづくり機構ユマテさが
<http://www.waiwai-saga.jp/>
<https://www.facebook.com/waiwaikontena/>

交流コンテナ 子どもからお年寄りまで、天気を気にせずいつでも集い、憩えるコンテナです。床はマット敷きなので、靴を脱いでのびのびと過ごす事ができます。コンテナ内には、絵本もたくさん置いてあり、自由に読むことができます。サークル活動の場としても利用できますので、お気軽にご相談ください。

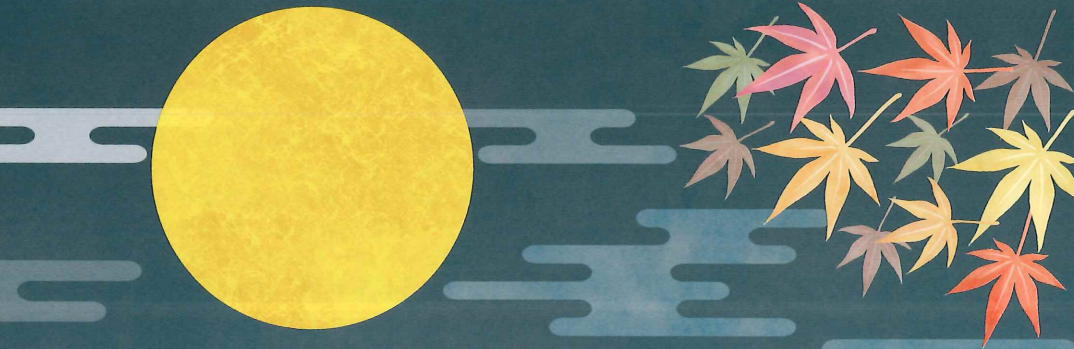
チャレンジコンテナ 市民の皆さんのアイデアと工夫で様々な使い方ができるチャレンジコンテナは、「街なかでお店を出したいけどまだちょっと自信がない…」 「作品を展示して、たくさんの人に見て欲しい！」 そんな方にも気軽にご利用頂けるコンテナです。

読書コンテナ 国内外から厳選して集めた雑誌や、絵本、マンガがあるコンテナです。窓の外のクレーク(水路)を眺めながらゆっくりと読書を楽しめます。

WCコンテナ 誰でも自由に使える男女兼用トイレです。おむつの交換ができるベビーベッドも併設しています。

9月 SCHEDULE

- 1日(火)
- 2日(水) 園芸サークル
- 3日(木) コンテナヨガ
- 4日(金)
- 5日(土)
- 6日(日) おもちゃ病院・0円均一市
- 7日(月) 休館日
- 8日(火)
- 9日(水)
- 10日(木) コンテナヨガ
- 11日(金)
- 12日(土)
- 13日(日) chichiスリール体操
- 14日(月) 休館日
- 15日(火) 時短家事
- 16日(水)
- 17日(木) コンテナヨガ
- 18日(金)
- 19日(土)
- 20日(日) 絵本の時間
- 21日(月)
- 22日(火) クロッキーの会
- 23日(水) 休館日
- 24日(木) コンテナヨガ
- 25日(金)
- 26日(土)
- 27日(日) コンテナ古本市
- 28日(月) 休館日
- 29日(火)
- 30日(水)



園芸サークル

毎月第1水曜日 13:00-15:00
 持ち物：汚れていい格好、手袋
 ガーデニングが好きな方、お花が好きな方どなたでも参加可能。一緒に素敵なガーデンを作りましょう♪

おもちゃ病院

要予約
 毎月第1日曜日 11:00-15:00
 診察料1件100円
 (おもちゃの状態により実費の場合あり)
 病気がかって泣いているおもちゃ、懐かしい思い出のおもちゃはいませんか?
【問合せ】
 エコプラザ 0952-33-0520

0円均一市

毎月第1日曜日 11:00-15:00
 要らなくなったものを欲しい人に譲る新しいリユースのカたち
 近隣店舗でも同時開催
0円でゆずり合う、新しいリユースのカたち!

絵本の時間

毎月第3日曜日 11:00-11:30
 手遊びうたも歌って、その時々のお子様の年齢に合わせた絵本を読んでいます。赤ちゃんからどなたでもどうぞ♪

コンテナ古本市

毎月第4日曜日 11:00-15:00
 コンテナに入庫している雑誌(昨年度以前のものを)を1冊100円で販売♪
 お気に入りの1冊が見つかるかも♪

コンテナヨガ

毎週木曜日 10:30-11:30
 参加費：1,100円/回
 ※ヨガマットまたはバスタオル持参
 大人の方も、ママさんもお子さまと一緒にどうぞ♪快適に過ごせる身体づくりを応援します。
【問合せ】
 090-7531-9392
 (SAGA YOGAありとみ)

クロッキーの会

9月22日(火) 13:30-14:30
 持ち物：クロッキー帳、鉛筆、各自使うもの
 月に1回集まってみんなで楽しく絵を描く会です。お気軽にどなたでもどうぞ!
問合せ：070-5659-5404
 (クロッキーの会)

時短家事

9月15日(火) 10:30-12:00
 参加費：500円(お子様連れOK)
 朝の決まった動きを見直してムダを発見! 目指せ時短
要予約
問合せ：090-5092-2951
 (時短家事コーディネーター岩本安美)

Chichiスリール体操

9月13日(日) 11:00-12:00
 参加費：1000円/ 定員：3名
 1日5分で肩こり解消セルフケア!
要予約
【問合せ】
 090-1510-1418
 (蒲池深雪)

※8/12時点の情報です。予定が変更される場合がありますのでご了承ください

