

東根いこいの家の利用案内

東根住区センター内にある「いこいの家」のコミュニティルームも団体活動等にご利用できます。
ご予約は[目黒区施設予約](#)あるいは[東根住区HP](#)から。

午前	9:00 ～ 12:00
午後①	12:30 ～ 15:00
午後②	15:30 ～ 18:00
夜間	18:30 ～ 21:00

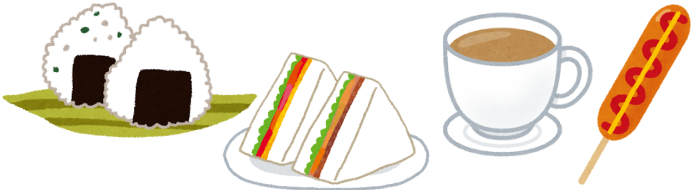
コミュニティルーム		団体登録区分	午前	午後①	午後②	夜間
105 (旧：松、竹)		登録団体	900	1,000	1,000	1,000
		一般団体	1,900	1,900	1,900	1,900
		その他団体	3,700	3,800	3,800	3,800
106 (旧：梅、桜)		登録団体	400	600	600	600
		一般団体	1,000	1,000	1,000	1,000
		その他団体	2,000	2,000	2,000	2,000



東根住区まつり 2025.10.19



今年も東根住区まつりが10月19日（日）に東根住区センターにて開催されます。1階では地域で活動している団体の展示、地下のホールでは音楽や踊りなど楽しめます。軽食や飲み物もご用意していますので、お気軽にご来場ください。

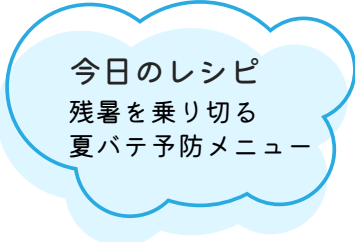


毎年ご好評いただいております「苗木の配布」を今年も予定しています。
また同日、東根小学校で「東根フェスタ」も開催予定です。



オクラと納豆のねばねば和え

- 下準備
- ・オクラ → 小口切り
 - ・大根 → おろし
 - ・みょうが → 千切り



- 作り方
1. ボウルに納豆・醤油・わさびを入れ混ぜ合わせる。
 2. 器に納豆・オクラ・大根・みょうがをせ、レモン果汁を回しかける。



- 材料（1人分）
- 納豆 : 1パック
 - オクラ : 2～3本
 - 大根 : 2cm幅
 - みょうが : 1本
 - 醤油 : 小2
 - わさび : 適量
 - レモン汁 : 大1

編集後記

毎年毎年、本当に暑い夏が続きます。その猛暑の中、当住区住民会議の広報誌の配布をご協力いただく目黒区シルバー人材センター東根班には厚く御礼申し上げる次第です。そして暑い夏が過ぎると、いよいよ東根住区まつりです。多くの方々のご来館をお待ちしております。
(東根住区住民会議会長 出川利郎)

広報誌ひがしね No.132

発行：東根住区住民会議 広報部
配布：目黒区シルバー人材センター
住所：東根住区センター
〒152-0021
東京都目黒区東が丘1-7-14
電話：03-3795-4445
HP：<https://higasine19.net/>

