

『自然』『恵み』『食の大切さ』を  
障がいのある人と一緒に学んでいます♪

## むもん<sup>こども</sup>農業便り



### こどもが自然に触れながら、食を楽しく学べる農業体験

4月の子ども農業体験は、レタスの苗植えと枝豆の種まき、スナップエンドウの収穫を行いました。

レタスは、3月の〇〇マルシェの農業体験で種まきをしてもらったものです。そこに参加して下さったご家族の方々が、植え付けをしに来てくれました!「こんなに大きくなったんだね!」と喜んで貰えてとても嬉しかったです♪

枝豆の種を配ると「これって大豆?」とびっくりする子もいました。夏に枝豆として収穫しますが、夏にも種をまいて秋に大豆として収穫しようと思っています。枝豆から大豆へ、加工するときな粉になるなど、色々な変化を知ってもらえたらと思います。

スナップエンドウの収穫は大盛況!びっくりした美味しそうなエンドウをとることができました◎

5月の農業体験は、さつまいもの苗植えと、夏野菜の植え付けを行う予定です。

ぜひ皆さんお越しください!

### 野菜プレゼント

レインボーニュースを見た方に、「スナップエンドウ」をプレゼント!  
農業体験の受付で「レインボーニュースを見た」といってね。(先着10名)

毎月の体験内容は以下になります。

開催日	開催時間	体験内容	参加人数
毎月 第2土曜日	10:00~12:00 (内30分程度)	野菜の種まきや 収穫など	10名

**持ち物** 農作業できる格好・長靴・軍手・タオルなど  
※長靴・軍手がなければ、数に限りはございますが、貸し出しもできます。

**参加申込方法** 参加される方は、お問合せ先までご連絡ください。



## 山で! 海で! お家で! Let's BBQ! Let's キャンプ!

内藤精肉店さんの

1名様

商品券3,000円分プレゼント



家族で美味しいお肉を  
食入って楽しもう♪

〈抽選応募締め切り〉2023年5月末日

応募方法: 「レインボーニュース5月号プレゼント希望」と明記し、  
下記電話番号、FAX、メールアドレスまでご連絡ください。

TEL: 0565-45-0129 FAX: 0565-45-1989

Mail: kumazawa@imaishoji.co.jp

〈ご注意事項〉抽選結果は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

賞品発送時期: 2023年6月初旬頃



内藤精肉店様の  
HPはこちら↓



内藤精肉店

豊田市伊保町向山20-1  
TEL 0120-2526-44  
営業時間/9:45~18:30  
定休日/日・水曜日



## Pick up イマイが 応援する 健康どぴっ

最近、憂鬱だなと感じたら、  
それはセロトニン不足かも

セロトニンは動物性タンパク質に多く含まれる「トリプトファン」を原料に作られます♪

〈トリプトファンを含む食材〉  
肉、魚、大豆、大豆製品、牛乳、卵、バナナ、はちみつ、ナッツ類

おすすめ料理は、  
鶏肉や野菜を牛乳で煮込んだ  
クリームシチュー♪



セロトニンとは幸せホルモンと呼ばれていて、セロトニンが増えると気持ち安定するようです。不規則な食生活や、偏った食事は脳内の栄養が不足して、とりわけ感情をコントロールする神経伝達物質「セロトニン」が不足しがちになります。メンタルを強くするためにも、毎日の食事のバランスを整えていきましょう。

## ワタシにおまかせ

新築の給排水工事・  
下水切替工事の管理を  
担当しています!

我々、技術部は個人のお客様からご依頼いただいた下水切替工事などを営業スタッフと連携して行います。また、ハウスメーカー様や工務店様からのご依頼で、新築の給排水工事や下水切替工事の管理しております。その中で、市とも連携して取り組んでいます。

めとがき

深見園子



先日かかりつけの消化器内科で、胃カメラを使った検査を受けてきました。鼻からカメラを入れていくんですが、痛い!! 鼻から喉にかけて麻酔をしますが、やっぱり痛かったです(>\_<) 検査結果は、特に異常はなかったので、ホッとしました♪

イマイ商事株式会社に  
撮影しました!

