

『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♪

2024年度のテーマ

旬な野菜

効能やおススメレシピ、
豆知識などをみなさまに
お届けします!

地域に
密着!
むもん
スタイル

むもんの
旬な野菜

むもんこども 農業便り

落花生の実はどこにできるでしょう?



今月の
旬な野菜
【落花生】

答えは②地中。大豆や小豆などのほとんどの豆類は、地上に実をつけますが、落花生は実をつける部分が光に当たらないことで育つので、土の中で実になります。ちなみに「落花生」の名前の由来は、「落」ちた「花」から実が「生」えるからきています。名前の由来を知るのもおもしろいですよね。おもんでは、煎りピーナッツやバターピーナッツとして販売しています♪ぜひ、食べてみてください★

参加
申し込みは
こちら!

12月の
農業体験の
お知らせ

はんじんの
収穫

※毎月、野菜の
種まきや収穫など

開催日	開催時間	開催場所	参加人数
12/14 (毎月第2土曜日)	10:00~12:00 (内30分程度)	おもんカンパニー青い空 豊田市四郷町天道1-14	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。

次回の農業体験は1/11(土)です♪
(春に向けた畑の準備)

お問い合わせ先
無門福祉会

〒470-0376
豊田市高町東山7-43
☎ 0565-45-7883

冬こそ
注意!

かくれ脱水

冬は空気が乾燥しているため、知らないうちに肌表面や呼吸から、体の水分が失われていきます。夏のようにのどの渇きを感じにくくなるため、水分の摂取量が減ってしまいます。水分を携帯してこまめに水分補給を!かくれ脱水を防ぎましょう!

〈抽選応募締め切り〉 2024年12月末日

応募方法:「レインボーニュース12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: 2025年1月初旬頃



メール応募用 QR

omit
マグボトル 500ml

5名様

プレゼント!!

※カラーは選べません



Pick up
イマイが
応援する
健康とぴく

冬の不安や
イライラはどうして?

セロトニンを補える食材
「トリプトファン」と「ビタミンB6」の合成



卵・乳製品・大豆製品・ほうれん草・
赤身肉・鶏肉・牛レバー・バナナなど

日光を浴びましょう♪
朝の散歩やストレッチも
Good!



寒い季節になると日照時間が短くなります。すると、『幸せホルモン』と呼ばれるセロトニンの分泌量が少なくなり気分の落ち込みや、過眠、だるさが現れやすくなります。セロトニンは脳内にある化学物質です。不安やイライラを減らし、意欲を向上させ、集中力を高める働きがあります♪

ワタシに
おまかせ

チラシ制作業務を
私が担当しています!

「梶川 博史」と申します。レインボーニュースやチラシの制作、HP投稿を担当させて頂いております。スタッフが考えたイベントや様々なご案内などを皆様に見やすくわかりやすくお伝えすることを心がけ、これからもどんどん発信してまいります!補助金などのお得な情報やお子様も楽しめるイベントなどお見逃しのないようお願いします♪

あとがき



今年も「秋の大感謝祭」で子供コーナーを担当しました。お子様がご家族と水風船を楽しく釣り上げている様子を見たり、写真入りキーホルダーを「成長の軌跡がすぐ手元で見られるのが嬉しくて毎年作っている」と喜んで話してくれたのが嬉しかったです。これからも続けていきたいです。

イマイ商事様で
撮影しました!

