

地域に  
密着!

むもん  
スタイル

むもんの  
旬

『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♪

むもんこども 農業便り

さつまいもはどこを食べている?

2025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!



参加  
申し込みは  
こちら!

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

今月の  
旬な野菜  
【さつまいも】

①



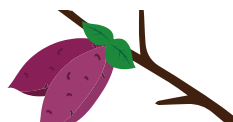
根っこ

②



茎の一部

③



実

答えは、②茎の一部。

私たちが食べているさつまいもは、実は「根」ではなくて、茎がふくらんだ「塊根(かいこん)」という部分。見た目は根っこみたいですが、正しくは茎の仲間。ちょっと意外ですね。さらに、さつまいもは収穫したばかりだとまだ甘みが少なく、しばらく保存することで、でんぷんが糖に変わって甘さが増します。昔から“寝かせておいしくなる野菜”として親しまれてきました。秋のさつまいもは、ホクホク甘くて栄養もたっぷり。焼きいもやふかしいもにして、旬の味を楽しみましょう!

10月の  
農業体験の  
お知らせ

さつまいもの収穫

※毎月、野菜の  
種まきや収穫など

開催日

10/11  
(毎月 第2土曜日)

開催時間

10:00~12:00  
(内30分程度)

開催場所

むもんカンパニー青い空  
豊田市四郷町天道1-14

参加人数

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。

今回の農業体験は11/8(土)です♪  
(稲刈り)



むもんさんのさつまいも

紅はるか3kgプレゼント

5名様

むもんさんが、豊田の子どもたちや企業の皆さんと一緒に作っている愛情いっぱい  
のさつまいもです♪(上記農業体験ではさつまいもの収穫ができます。ぜひご参加下さい!)

〈抽選応募締め切り〉 2025 年 10 月 末 日

応募方法:「**レインボーニュース10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。メール応募用QR

お渡し時期: 2025 年 11 月中旬ごろ



ねっとり  
あま〜い食感

Pick up  
イマイが  
応援する  
健康とぴっ

旬の美肌食材を食べたら  
綺麗になれる!?

食べて綺麗に!  
秋の旬食材

美味しく、キレイに♪



栄養満点♪

ビタミン類や女性に不足しがちな鉄分を多く含んでいる「サンマ」や、紫外線による肌のしわ、シミを防ぐ働きがある「サケ」。低カロリーで食物繊維が豊富なので、胃腸をきれいにし、便秘の予防にもなる「キノコ」。代謝アップ、デトックス、便秘解消、肌荒れ防止など、美容にうれしい栄養素が豊富に含まれている「サツマイモ」など他にもまだまだ!美容効果のある秋の食材で綺麗に!

イマイが  
おすすめ



今月のレインボーニュースに感謝祭の招待状を挟み込みさせていただきました!ぜひ封筒の中をご覧ください♪楽しい催しや展示物をご用意しています。たくさんのお客様にご参加いただけるのをお待ちしております。リンナイのガス機器キャンペーンも10月から始まっておりますので、寒くなる前にガス機器のお取り換えをご検討くださいませ!

あとかき

深見園子



今年も9月になっても35度を下回る日がなかなか来なくて、いつまで続くのか...と思っていましたが、やっと秋らしくなってきましたね!そして来月には秋の大感謝祭の開催です!昨年は大雨だったので、今年は雨が降らずに開催ができることを願っています!