

地域に
密着!

むもん
スタイル

むもんの
旬な野菜

『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

れんこんの穴は何のためにあいている?

2025年度のテーマ

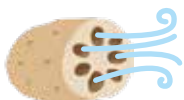
「旬な野菜」

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!



今月の
旬な野菜
【れんこん】

1



空気を通すため

2



栄養を送るため

3



虫が通るため

答えは①空気を通すため。れんこんは泥の中で育つ野菜なので、穴から空気を取り込んで呼吸をしています。この穴のおかげで、しっかりと土の中でも育つことができるんですね。また、れんこんは「先が見通せる」ことから、縁起のよい食べ物としておせち料理にもよく使われます。きんぴらや天ぷら、煮物など、シャキシャキ食感を楽しむ料理がおすすめです。シャキッとしたれんこんを味わって、元気いっぱい的一年をスタートさせましょう!



1月の
農業体験の
お知らせ

人参の
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
1/10 (毎月 第2土曜日)	10:00~12:00 (内30分程度)	む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2/14(土)です!
(いちごの植え付け)



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



今年1年
年(うま)く
いきますように!

2026お年玉
プレゼント

〈抽選応募締め切り〉 2026年1月末日

応募方法:「レインボーニュース1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: 2026年2月初旬ごろ



1
名様

お年玉

amazon
ギフトカード
3,000円分

1
名様

お年玉

amazon
ギフトカード
1,500円分

3
名様

お年玉

イマイ商事
オリジナル
QUOカード
500円分

Pick up

イマイが
応援する

健康とびっ

睡眠やストレス発散を
して自律神経を整える
と「腸」にいいですよ!

腸内環境を
意識しましょう!

「善玉菌」のエサになる
「食物繊維」を摂りましょう!



「きのこ」は
多くの種類の食物繊維を
含んでいます!

腸には免疫細胞の約7割が集まっており、「腸管免疫」というシステムが働いています。病原体が口や鼻から入ってくると腸内で有害なものだと判断され、腸内で分泌される抗体によって病原体が退治されます。腸内細菌は多種多様な腸内細菌がいることで、腸は病原体を見分けて退治することができるのです!

イマイが
おすすめ



「リフォーム・リノベーション」

昨年の11月に新しい看板を立てました。ガス屋として地域の皆様によく知られているイマイ商事ですが、「リフォーム・リノベーション」の看板を掲げ、これまでの経験や実績を糧に、リフォーム業へさらに力を入れてまいります!お客様のご相談やお悩みをお気軽にお聞かせください。イベントを随時開催しておりますので、ぜひご利用くださいませ。

あとかき



深見
園子

2026年がスタートしましたね!
今年も熊澤・梶川・私の3人で、毎月のレイ
ンボーニュースを作っていきますので、皆
さまよろしく願いいたします☺
今年もケガや病気にならず、事故や災害など
なく、毎日を平穏に過ごすことができるとい
いと思います。