



「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♪

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!

むもんの旬

むもんこども農業便り

春キャベツの特徴はどれでしょう?

今月の旬な野菜
【春キャベツ】

1



2



3



答えは②葉がふんわりやわらかく巻いている!
冬キャベツは寒さに負けないように、葉がぎゅっと固く巻いています。そのため、葉が厚く、煮込み料理に向いています。一方、春キャベツはあたたかい季節にのびのび育つため、葉がやわらかく、ふんわりと巻いているのが特徴です。みずみずしく甘みがあり、サラダや炒めもの、おみそ汁などで、春の味を味わってみてください。

3月の農業体験のお知らせ

じゃがいも植え付け
※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
3/14 (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4/11(土)です♪
(タケノコ掘り)

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

新生活応援プレゼント

tower タワー(山崎実業) カタログギフト

カードタイプ webカタログギフト(5,000円相当)

キッチンからバスルーム、リビングや玄関まわりの幅広いタワーの最新商品からお好きな商品が選べます!

<抽選応募締め切り> 2026年3月末日
応募方法:「レインボーニュース3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4月初旬ごろ



2名様



Pick up イマイが応援する健康どぴっ

最適な睡眠時間は6~8時間です♪

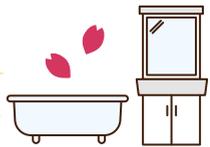
自律神経の乱れを整えよう!

リラックス方法



1日のうちでリラックスできる時間を持つように心がけましょう。例えば、「ゆっくりと腹式呼吸をする」「お茶を飲む」「遠くの景色を眺める」「39~40度のぬるめのお風呂に入る」「ストレッチ」「音楽を聴く」「快適な睡眠」など、気軽にできることから始めてみるといいかもですね♪

イマイがおすすめ



タカラスタANDARD 豊田ショールームで合同のリフォーム相談会を開催いたしました!ご予約のお客様、新聞折込チラシを見たお客様にご来店いただき、じっくりお話することができました。3月のリフォーム相談会はイマイ商事で開催しますのでご相談にきていただくと嬉しいです♪キッチン、お風呂、トイレ、家の周りまで住まいのリフォームはすべてお任せください!

あとかぎ

もうすぐ春ですね♪
わが家は息子が大学の卒業式を迎えます。息子も4月からは親元を離れて新生活に。親としてもうれしいような寂しいような。社会人として元気に頑張ってくださいね!

