

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

2026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!



ズッキーニは何の仲間でしょうか?

今月の
旬な野菜
【ズッキーニ】

1  きゅうり	2  かぼちゃ	3  なす
---	---	---

答えは②かぼちゃ。ズッキーニは見た目がきゅうりに似ていますが、実はかぼちゃの仲間です。大きく育つ前のやわらかい実を収穫して食べる野菜なんです。クセが少なく、皮ごと食べられるのも特徴です。炒めものやチーズ焼き、夏野菜たっぷりのラタトゥイユにもぴったりです。旬のズッキーニを食べて、初夏の味を楽しんでみてください。

毎月
第2土曜日
開催

農業体験の
お知らせ
※毎月、野菜の
種まきや収穫など

7/11 (土) 田んぼの草取り、ナス・トマトの収穫
8/8 (土) オクラ・モロヘイヤの収穫

開催時間 10:00~12:00 (内30分程度)

開催時間 むもんカンパニー青い空
豊田市四郷町天道1-14

持ち物 農業作業できる格好・
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。

参加人数
10名

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

熱中症対策!

飲み物を持ち歩こう

アトラス ペットボトルホルダー Present

(500ml・650ml/真空断熱/折りたたみ取っ手付)

〈抽選応募締め切り〉2026年6月末日
応募方法:「**レインボーニュース6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。
お渡し時期: 2026年7月初旬ごろ

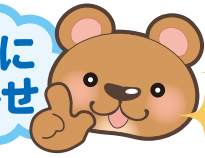


冷たさ長持ち!
ボトルインボトル



- 炭酸・スポーツ飲料もOK
- 毎日のお手入れが不要
- 保冷保温でおいしきキープ

5名様



イマイにおまかせ



LPガスには4年に1度の法定点検がございます。ガスを安全に供給ができていないことを確認と、お客様に安全にご使用いただいていることを確認する定期点検・消費調査になります。お客様にはこの法定点検を受ける義務がございます。安全、安心にガスをご使用になるためにも何卒ご協力いただきますようお願い申し上げます。点検期日が近くなったお客様には事前にご連絡しております。

あとかぎ



5月の世界卓球から始まり、6月からはサッカーやバレーボールの大会が始まりますね。日本人が世界の強豪相手に戦っている姿をがんばれっ!て叫びながら、見ているこちらも力が入ってしまいます。選手たちの諦めない姿に本当に感動して心打たれます。この夏もたくさん応援したいと思います。

Pick up イマイが 応援する 健康どぴっ

睡眠を
しっかりとることは
熱中症予防に
なります!



エアコンを使って ぐっすり快眠

「深部体温」がカギ

- 設定温度は26~28℃、朝までつけっぱなしに
- エアコンは寝室に入る30分前にオン
- 湿度は60%以下に保つ
- 扇風機との併用

人の体には、皮膚表面の体温と、それよりも少し高い「深部体温」と呼ばれる脳を含めた内臓の体温があります。夜になると手や足の表面から放熱して体温が下がりますが、自然と眠気が高まります。ですが、寝室の温度や湿度が高いと、この体温が下がりがづらく眠りにくくなってしまいます。