

# あす\*たね通信 つうしん vol 11・むつき



2017.1.31

年末年始、皆さんはいかがお過ごしでしたか？  
新年らしく過ごした方、旅行に行かれた方、はたまた寝正月だった方・・・  
それぞれのお正月の思い出とともに、新しい年が皆様にとって良い年になりますように。



## 【豆まきの起源】

～まめまきの由来～

まめまき、は昔の中国から伝わった風習といわれています。

日本では、平安時代のお正月の厄払いの儀式が、室町時代に豆をまく儀式に発展しました。

ちなみに「まめ」は「魔の目」や「魔を滅する」に通じると言われています。

みなさんもいろんな「魔」を豆でやっつけて、一年元気に楽しく暮らそうね。

## 【次回は2月21日(火)】

バレンタインデーとホワイトデーの間、ってことで、お菓子の企画ができたらいいな、と思います。

厚揚げの照り焼き  
豚汁・白菜の浅漬け

下の説明を参考に  
して、  
とれがとれだかあててみてね↓

本日のメニュー  
新米三種食べ比べ(い・ろ・は)

1月31日(火)  
日直  
じゅんじ  
しゅうじ



## 【三種のお米の特徴】

### 「青天の霹靂」 青森県

やや強めの粘り、噛むと口の中に華やかな香りとしっかりした甘みが広がります。冷めてもモチモチ。おにぎり向き。

### 「銀河のしずく」 岩手県

炊きあがりの白さはピカイチ☆炊き上がりはツヤツヤ。粘りや香りのバランスが良く、冷めても変わらない。

### 「さがびより」 佐賀県

粒が大きくツヤがあり、強い噛みごたえと適度なモチモチ感。後味あっさりしていて、どんなおかずにも合います。

「い」「ろ」「は」のどれがどれかわかるかな？※正解は食べたあとで

## 【本日のメニューの栄養価】

エネルギー 583kcal  
たんぱく質 17.1g  
脂質 25.0g  
炭水化物 68.6g  
カルシウム 214mg

～ご協力・ご協賛いただいた皆様～

今回はお米の相馬屋さんの粋な計らいにより三種のお米を頂戴しました。佐藤守利様ありがとうございます。

平の佐藤広尚様より、お茶とお菓子をいただきました。

好間の農家さんより、大根、白菜、ねぎなどの野菜の寄付をいただきました。(放射能検査済)

【ご寄付・ご協賛・ご協力】

安養寺様(平)、I様(平)、佐藤恵子様(平)、小幡様(平)、I女性会議様他数名

平第一区親和会様、同青年会様、同長寿会様、新町・長橋子供会様、長久保製麺所様、いわきフェニックス様、

カノウ機械設計、いわき市「まち・みらい創造支援補助金」・福島県共同募金会「赤い羽根・ポラサポ2助成金」

※こども食堂\*みらいのたねでは、ご寄付、食材のご提供を引き続きお願いしています。食材については開催日や産地など、一定の規定を設けておりますので、事前にご連絡いただいてから受取いたしますのでご了承ください。

## 【こども食堂に参加される方へのお願い】

貴重品はご自身で管理願います。活動の様子は運営側でネットにアップいたします。写真NGの方は事前にお申し出ください。活動中のケガや食中毒は24時間以内にお申し出ください。(イベント保険加入のため)※公式カメラマン以外は、個人の特定できる写真撮影を原則禁止しています。

当日と翌日の緊急連絡先 080-3323-5988(吉田・平日13時以降)

## 【申込方法についてのご注意】

・参加申し込みのためのメールフォームを配信しますので、申込開始したらアクセスしてください。(毎月10日ごろ～)

・保護者の方の年齢記入漏れが目立ちます。ご一緒に食事する場合は必ず保護者の年齢なども記入してください。

※申し込み方法など詳しくは、次月のチラシをごらんください。

## 【ホームページ・LINEページご案内】

ホームページ <http://key-force.com/asutane> LINEページ登録はQRコードを読み取ってください⇒

※ホームページには活動報告も載っています。

