

桃や桜などの木々の先端が赤く染まり、あちこちの果樹園では剪定作業も始まりました。高い山の頂に残る雪を眺め、畑で農作業をする方々の姿を見ると、人は自然の営みの中の一部なんだと感じます。医療従事者のコロナウィルスワクチン接種が始まりました。気兼ねなく外出できる日はもう少し先になりそうですが、春探しの散歩などは、ストレス解消になるかもしれませんね。

簡単おこひるクッキング

美味しくてなつかしい 黒糖牛乳ゼリー

材料：

牛乳 200cc
湯（80℃以上） 50cc
粉ゼラチン 5グラム
黒糖 10グラム
塩 ひとつまみ



作り方：

- ① お湯に粉ゼラチンを溶かしておく。
- ② 牛乳を電子レンジで人肌くらいに温める。
- ③ ②に黒糖を入れて溶かす。
- ④ ③に①を入れて良く混ぜる。
- ⑤ 型に流し入れ冷蔵庫で冷やし固める。

3月 March



3月の異名は「弥生」。

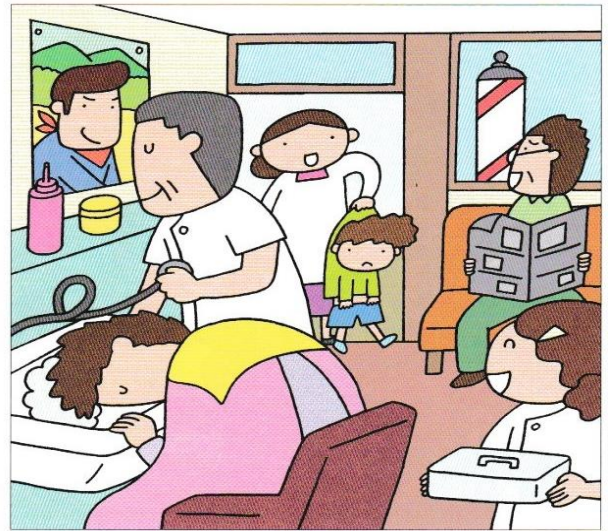
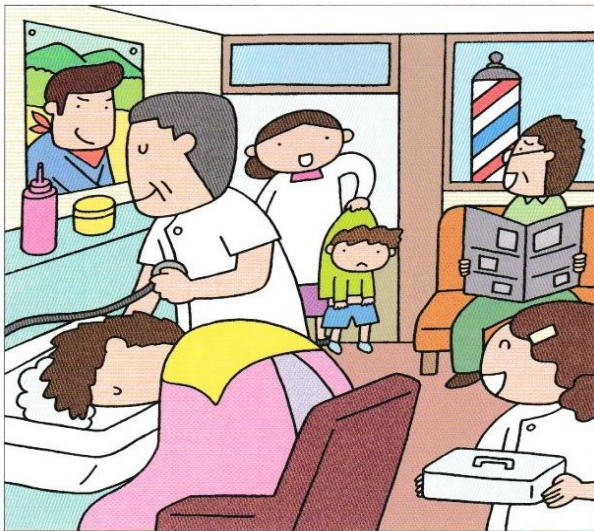
草木がいよいよ生い茂る月「木草弥や生ひ月（きくさいやおひづき）」が短くなり「やよひ」となったという説が有力です。

「弥（いや）」にはますます・いよいよ

の意義があり、「生（おい）」は草木が芽吹くことを意味するそうです。

ちょっと脳トレ 間違い探し

2つの絵を見比べて8個の違いを見つけてください。



宝島社『もっと昭和レトロな間違い探し』より

前回のクイズの解答

～お菓子編～

ういろう ● 京都府
カステラ ● 愛知県
赤福餅 ● 北海道
おたべ ● 長崎県
白い恋人 ● 三重県

～農・海産物編～

こんにゃく ● 岐阜県
近江牛 ● 滋賀県
ホタルイカ ● 千葉県
富有柿 ● 群馬県
落花生 ● 富山県

お困りのことがありましたらご連絡ください



ホームヘルパーステーション
いちいの里

すばる (0263) -87-8754
塩原携帯 090-4442-584