



長女とフェリーにて

新年あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。昨年は、二〇一八年「今年の漢字」が「災」という字に決まるくらい災害が多い年でしたね。十二月中旬に南海電鉄で和歌山県を通過する時、ほとんどの家の屋根が台風の影響でブルーシートがかけられた状態でした。復旧には時間がまだまだかかりそうですが、岡山や長崎の水害、北海道の地震など、その他の地域にも甚

どげんき通信

第 90 号
平成 31 年
(2019 年)
1 月 1 日発行

☆ 1 月の行事 ☆

～ 1 月 11 日は鏡開き～

鏡開きとは、お正月に神様、仏様に備えていた鏡餅を下げ、それを食べることによって無病息災を祈願する、という風習です。

2019 年では、関東では 1 月 11 日に、関西では 1 月 15 日または 1 月 20 日に鏡開きをすることが多いようです。



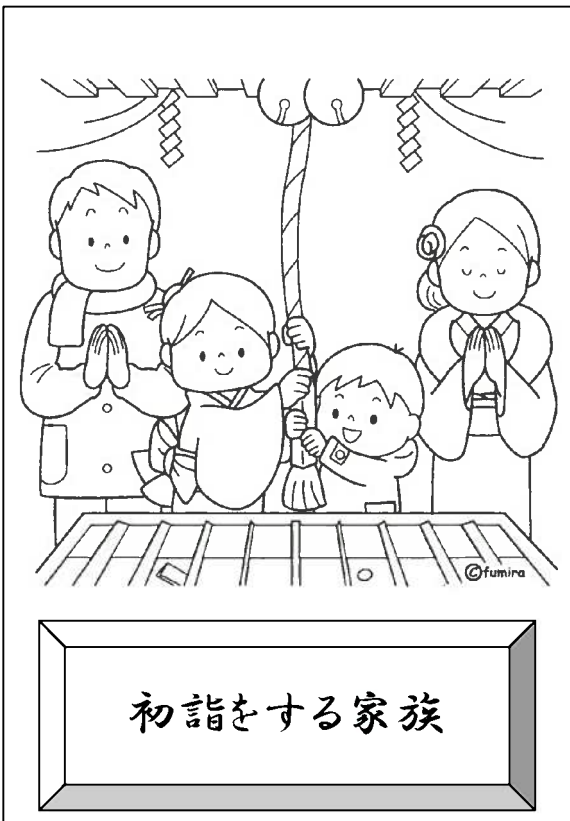
大なる被害がありましたので多少まだ影響が残っているのではないかと思います。古典に「災い転じて福となす」という言葉があります。さらに、今年も年号が五月に新天皇即位とともに代わります。被災された地域の方もそうですが、皆さまに

とっても、今年が「福となす」良い年になる気がしてなりません！ 私たちも、今年が良い年だったといえるようがんばるぞー！

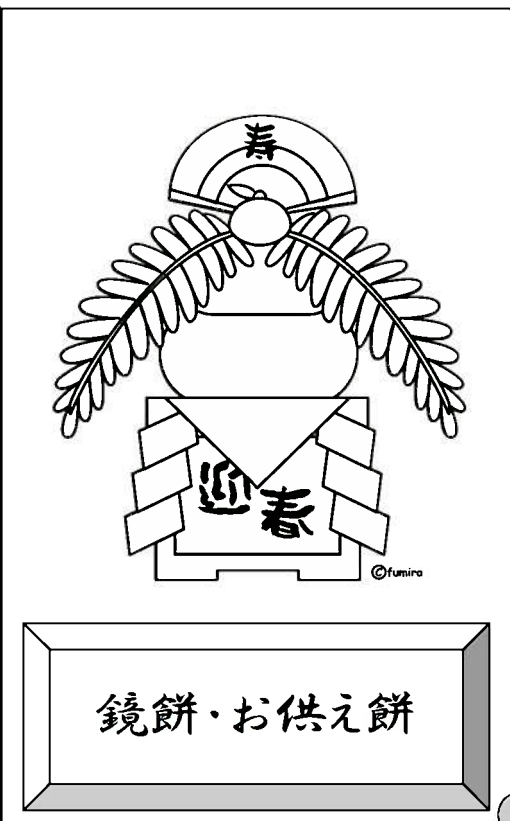
日	月	火	水	木	金	土
30 仏滅	31 大安	1 赤口 元日	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅
6 赤口 小寒	7 先勝	8 友引	9 先負	10 仏滅	11 大安	12 赤口
13 先勝	14 友引 成人の日	15 先負	16 仏滅	17 大安 冬の土用入り	18 赤口	19 先勝
20 友引 大寒	21 先負	22 仏滅	23 行事食 大安 (夕食)	24 赤口	25 先勝	26 友引
27 先負	28 仏滅	29 大安	30 赤口	31 先勝	1 友引	2 先負

1 月カレンダー





初詣をする家族



鏡餅・お供え餅

ぬり絵でマンキエイジング!
 ぬり絵をするとき、脳が活性化され、
 認知症等の予防に効果があるそうです。
 シットトライ!

☆今月の行事食☆

「**123** の日特別弁当」
 ワン・ツウ・スリー

1月23日(水) 夕食

1月23日の夕食は、「123の日 特別弁当」をお届け致します。今年の「123の日 特別弁当」は「銀ダラ煮付」をご用意いたしました。

銀ダラは身質が非常にやわらかく、しっかりと脂の乗ったものを使用し、醤油・みりん・砂糖で自然な味付けに仕立てました。

皆様に笑顔になって頂けるよう、日頃の感謝の気持ちを込めてお届けします。

◇おしながき◇

- 銀ダラ煮付け・花形人参・筑前煮
- 123の出汁巻き玉子・オクラのおかか和え
- 黒豆・大根としその実の漬物

追加や曜日変更でのご注文も承ります。店舗までご連絡ください!

<発行・お問い合わせ>

宅配クック123
豊川店



TEL:0533-56-3005

FAX:0533-56-3006

営業時間 9:00~17:00



～1月7日は七草粥～

1月7日に食べるといわれる七草粥は、さまざまな意味が込められた古くからの日本の行事食です。

セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロにはそれぞれ体に良い効能もあり、色鮮やかなお粥にすることで、胃にも優しい料理となっています。

1月7日は、ぜひ家族みんなで新年の無病息災を願いながら七草粥をじっくり味わってみてはいかがでしょうか。