



工事中の清水寺にて  
勉強仲間と

皆さんお元気ですか！店長の鏡です。新型コロナウイルスが世界で蔓延しています。マスクや手洗いがいをしっかりと予防しましょう！

コロナウイルスの影響で、人が集まるイベントやプロスポーツの試合も延期や中止がでています。東京オリンピックは五月に開催するのかどうか判断するといわれています。

昨年十二月に中国の武漢市で発症し急速に

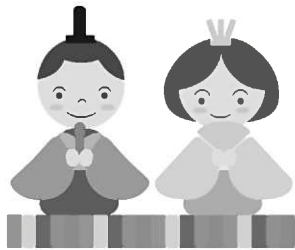
# どげんき通信

第 104 号  
令和 2 年  
(2020 年)  
3 月 1 日発行

## ☆3月の行事☆

### ～ひなまつり～

3月3日は女の子の誕生と健やかな成長を願う「ひな祭り」です。雛人形を飾ったり、ちらし寿司などを食べたりしてお祝いしましょう。



全世界に広がっています。二月中頃に京都へ勉強に行ってきた。LINEの執行役員のお話しを聞きました。が、LINEのサービ

又は東日本大震災の未曾有の出来事の時に生まれたサービスで電話がつながらないところ

をネット回線でコミュニケーションをとれることで急速に広がり、今では生活必需サービスになっています。

いま、まさに未曾有の出来事の真っ最中なので、LINEのように生活でなくてはならない新しいものやサービスが生まれるかも！

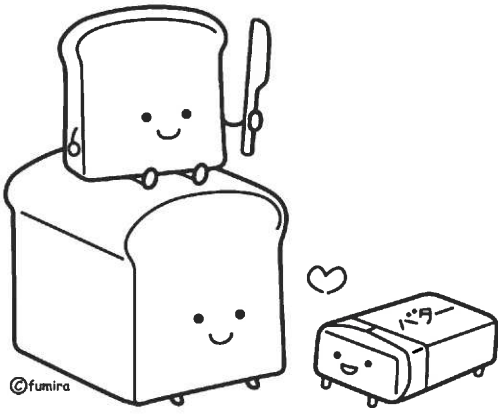
日	月	火	水	木	金	土
1 友引	2 先負	3 仏滅	4 大安	5 赤口 啓蟄	6 先勝	7 友引
8 先負	9 仏滅	10 大安	11 赤口	12 先勝	13 友引	14 先負
15 仏滅	16 大安	17 赤口 彼岸	18 先勝	19 友引	20 先負 春分の日 春分	21 仏滅
22 大安	23 赤口 行事食 (夕食)	24 先負	25 仏滅	26 大安	27 赤口	28 先勝
29 友引	30 先負	31 仏滅	1 大安	2 赤口	3 先勝	4 友引 清明

## 3月カレンダー



ぬり絵でマンチエイジング！

ぬり絵をすることで、脳が活性化され、認知症等の予防に効果があるそうです。レッツトライ！



パンとバター



スキーをする家族

☆今月の行事食☆

3月23日(月)夕食

◎土井勝の肉じゃが弁当◎

関西の家庭料理研究の第一人者として、昭和30年代からNHK総合テレビの『きょうの料理』や、テレビ朝日の『土井勝の紀文おかずのクッキング』などで活躍された土井勝先生のレシピで「肉じゃが」「さつま芋のレモン煮」「ひじきの煮物」の3品を再現し、原材料にもこだわってご用意しました。「肉じゃが」は、香川県産『讃岐牛』と北海道産『メークイン』を使用し、牛肉の脂の旨味を味わっていただけるように仕立てました。「さつま芋のレモン煮」は、徳島県産『鳴門金時芋』と香川県産レモン果汁を使用し、甘酸っぱく仕立て、さつま芋のホクホク感を楽しんでいただけるように仕上げました。「ひじき煮」は、愛媛県産の『芽ひじき』を使用し、やわらかなひじきの旨味を味わえるやさしい味付けに仕立てました。

❖おしながき❖

讃岐牛の肉じゃが・かぶの湯葉あん  
かけ・鳴門金時のレモン煮・蒸し鶏  
胡麻和え・愛媛県産ひじきの煮物・  
桜でんぶ

<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



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！