

おいしく・楽しく・すこやかに 食育支援室です！

季節を感じる

生活の中には代々受け継がれてきた食文化があります。

しかし、核家族化などから家庭や地域の特色ある料理や食文化が失われつつあります。

忙しく暮らす毎日の中では、季節を感じて生きることなかなか出来なくなっています。

3月は、「桃の節句」「春のお彼岸」と、季節を彩る行事があります。全国的には、3月3日を「桃の節句」と言いますが、南部町では旧暦の4月3日頃に祝う場合があります。

春のお彼岸では、「ぼたもち」を食べる習慣がありますが、春は牡丹の花が咲くから「牡丹餅」秋は萩の花が咲くから「お萩」と呼ぶという説があります。

お彼岸に「ぼたもち」を作ってみましょう♪

材料 (約12個分) もち米 1カップ
水 1カップ
粒あん 300g

作り方

- ① もち米をとぎ、水につけて、5～6時間おく。
- ② ①に水を加えて炊き、15分程蒸らしたら、すりこぎでつぶす。
- ③ 熱いうちに手水をつけながらたわら型にする。
- ④ あん1個分をラップに広げて③を1個ずつのせて包む。

食の安全が話題になる昨今、手作りや地域の産物を使った郷土の宝となる料理を伝え、四季の移り変わりや、行事の持つ楽しさを食を通じて実感してみませんか？



4月	
月 / Mon	火 / Tue
	ノーテレビデー
☒ 3/31	1
狂犬病予防注射	狂犬病予防注射
☒ 7	8
	ノーテレビデー
☒ 14	15
	健康講座 西伯病院 13:30～
☒ 21	22
☒ 28	☒ 29

※日程は変更となる場合があります。				
水 / Wed	木 / Thu	金 / Fri	土 / Sat	日 / Sun
人権・行政なんでも相談 しあわせ 9:00～12:00 保育園入園式 すみれ・つくし・さくら・ひまわり 10:00～		狂犬病予防注射		菜の花祭り 福成地内 9:00～17:00
2	㊦ 3	4	5	6
専門・なんでも相談 しあわせ 9:00～12:00 狂犬病予防注射	乳児健診 すこやか 受付9:00～10:00	かきっこクラブ いこい荘 9:30～ 人権・行政相談 交流会館13:30～16:00 童謡はときを超えて 図書館 20日まで 公民館さくらまつり 公民館さいはく分館	一式飾り 法勝寺宿内 公民館さくらまつり 公民館さいはく分館	一式飾り 法勝寺宿内 公民館さくらまつり 公民館さいはく分館
9	㊦ 10	11	12	13
なんでも相談 しあわせ 9:00～12:00 すこやか乳幼児相談 すこやか 受付9:00～10:00		にじいろポケット すこやか10:00～	ねこぶんじやったコンサート 図書館14:00～	
16	㊦ 17	18	19	20
なんでも相談 しあわせ 9:00～12:00	1歳6ヶ月児健診 すこやか 受付9:00～10:00	かきっこクラブ いこい荘 9:30～		
23	㊦ 24	25	26	27
なんでも相談 しあわせ 9:00～12:00				
☒ 30	㊦ 5/1	2	3	4

☒…町立図書館休館日、㊦…総合福祉センターしあわせ休館日

国民健康保険税 第10期

3月の税金は

男 人口12,205(-16)人 世帯数3,964(-11)戸
5,743(-7)人 女 6,462(-9)人

わたしたちの町

3月1日現在(前月比)

※ 届け出時に広報への掲載を同意された方のみ載せています。

渡邊 愛子	坪内 寛	宮倉 利文	齊藤 壽雄	西村 孝司	市原 岡	堂園 正一	新井 鹿一	持田 恵佳	天野 佳季	野口 昌昌	成瀬 昌名
96歳	86歳	76歳	70歳	78歳	77歳	76歳	86歳	82歳	83歳	84歳	91歳
阿賀	原	境	浅井	大木	東屋	宮前	宮前	掛相	福成	福成	法勝寺

ごめい福を祈ります

岡田 侑大	岡田 直大	氏名
涼亮	由美子	保護者
田住	高姫	住所

人の動き

2月届出分(敬称略)