



かわらばん



携帯HP / 子育て応援メールを配信します(無料)登録お願いします ↑

たみお 民生君のつぶやき

2011年に起こった3.11東日本大震災から5年がたちます。津波の怖い映像を何度も見たこと、四日市の電気屋でも店頭から乾電池が無くなったこと、思い出されます。また、さまざまな形で日本中・世界中からの支援があり、いつ発生するかわからない予期せぬ自然災害に対して、危機管理・自己管理を改めて教訓として学びました。大震災から5年の節目にして、改めて災害に備えて家庭での防災用品の見直し、災害時の家族内での連絡方法、避難所の確認など改めて自分でできることはまず平常時に行動しておきたいものですね。



地域の学校だより

今年の橋北小学校・
中学校の卒業生は…



橋北小学校卒業式 3月18日(金) 卒業生 40名
橋北中学校卒業式 3月8日(火) 卒業生 40名

卒業おめでとうございます。
新たな道に向かって、未来を担う
若者の幸運をお祈りいたします。



はなごよみ

3月の花と花言葉

れんげそう
蓮華草の花言葉…

心が和らぐ・私の苦しみを和らげる・感化

- ・開花時期は4/1～5/10頃。
- ・中国原産。日本にはかなり古くに渡来した。
- ・「蓮の花に似た草」というのが名の由来。
- ・中華料理などで、お汁などをすくうときに使う「れんげ」の名は、その形が「蓮」の花びらに似ており、また、「蓮」の花は「蓮華草」に似ているとの連想で、「れんげ」と名付けられたらしい。
- ・蓮華草の根にはバクテリアが付いていて、これが稲にとって良い肥料になるため、稲を植える前の水田に植えておき、花のあとで鋤きこんで肥料にすることがある。

橋北「おとなの小学校」

卒業コンサートのお知らせ

橋北「おとなの小学校」卒業式の公開コンサートを開催します。一般の方も自由に参加できますので、皆さまのお越しをお待ちしています。

3月6日(日)「卒業コンサート」

時間 10:00～11:15

場所 ロワレ21四日市

出演 ・橋北中学校音楽部

・橋北綾合唱団

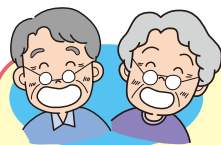
・ハイビスカス・滝川(フラダンス)

・オカリナクラブ



塗り絵を
楽しんで下さい。

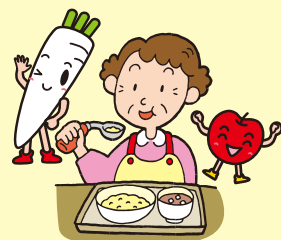
問合せ先 ☎ 059-331-3787



みんなの健康ライフ

野菜の力! 酵素でいきいき!!

人間の体内にはもともと潜在消化酵素が存在しており、食べたものを分解したり、栄養をエネルギーに変えたりしております。新鮮な野菜には食物酵素が多く含まれていますが、加熱することで酵素は壊れてしまいます。一番効率の良い摂り方は、野菜をすりおろしてすぐに食べるのだそうです。すりおろすことで酵素が活性化して二倍以上に増えるそうです。身近な食材でダイコンおろしとか、リンゴのすりおろしたものを食べて、体の中にいつも酵素を満たしておけば新陳代謝も良くなり、いつも元気で楽しい生活を過ごすことができます。普段から気を付けて生野菜を摂るように心がけたいものですね。



スマイルカフェ開催

Smile Cafeで楽しみませんか?

3月20日(日)・午起集会所(子育て支援センター)

4月17日(日)・ばんこの里会館で開催します。

スマイルカフェは、みんなの居場所です。ワイワイ・ガヤガヤ、年齢関係なく楽しい時間をすごしましょう!!



◎参加されるには、ニコニコ共和国の正会員か賛助会員にご入会ください。(随時入会できます。)

◎事前予約が必要になります。

毎回、時間は10:00~12:00開催です。



問合せ先

NPO法人 ニコニコ共和国
理事長:高井俊夫
☎080-3640-7978

落語会の案内

一姫二太郎 落語会

落語会も第3回となりました。よちよち歩きではございますが、皆様のご要望に添うような落語会にしていきたいと思います。なにとぞよろしくお育て下さいませよう、よろしくお願い申し上げます。さて、今回はトリを可愛家ばいるが務めます。どうぞご期待ください。声援が励みでございますので、満々堂となりますようお運びくださいませ。



日時 3月19日(土) 13:30開場 14:00開演
場所 ばんこの里会館3階(入場無料)
演目 新作落語「夢科」:ねむ亭安楽
「道具屋」・「代書屋」2題:切磋亭琢磨
「天神山」:可愛家ばいる

ちがったところ

みぞれ、あられ、ひょうの違いはどういったものなのですか?



これらはその直径によって判別するそうです。直径5ミリ以上の氷の粒を「雹」、5ミリ以下のものを「霰」と言います。「霰」は雪が融けかけて雨まじりに降るものです。

今月のごっつお

ちょっと重いけど、保温力抜群!
土鍋料理

土鍋でおでん



材料 (4人分)

水・1ℓ 塩・小さじ1
オイスターソース・大さじ1~2
和風だしの素・少々
おでん種・お好みで



作り方

- ①お湯を沸かす。
- ②調味料を入れ、おでん種を入れて煮る。

注意: 沸騰させるとスープが濁るので気を付けて!

この言葉の始まりは

こぶ 鼓舞

人をはげまし、元気づけること。気持ちを奮い立たせること。元は、鼓を打って舞うという意味。鼓を打って笛を吹くさまを表す「鼓吹」という言葉も、同じ意味で使う。

