

まちさぽ

新たな一歩
旅立ち・出会いの季節

令和四年
4月



赤津智恵子さん



佐川節子さん

原真理子さん

斉藤美幸さん

小林裕明さん



コミュニティ食堂
ALL STARS
ことしも頑張ります



阿部富枝さん



数量限定！斎藤さんの手作りおにぎり



増子浩子さん

高萩 芳さん

増子裕昭さん

川崎葉子さん

高萩英美さん

えー。私は…



朝はパン派
ご飯派？



4月。入学・就職など

新しい生活のスタートを迎える方も多いと思います。生活環境の変化で知らず知らずのうちに体や心にストレスを抱えることもあります。まずは朝ごはんをしっかりと食べることで生活リズムが整い、ストレスに負けない身体を作ることができます。

コミュニティ食堂は忙しくて食事の準備が大変な方にも、季節の野菜や魚・肉など栄養バランスの取れたメニューをご用意します。

コミュニティ食堂 4月19日～テイクアウト再開します！

平第14区公民館(久保町) (火)(水) 6:30~8:00

大人300円高校生100円中学以下50円 前日までにお申し込みください。

献立や最新情報は Facebook 等でお知らせします。

【ご予約・お問い合わせ】090-6251-5814 増子 hmashiko0@icloud.com

ネットワーク通信 3月21日(月) いわきラトブにて「衣」「食」を通して福島の復興を考えるイベントが開催されました。ザ・ピープルさんが古着リサイクルやフードドライブの紹介、共創のまちサポートからはコミュニティ食堂を通じた地域再生の取り組みなどを紹介しました。

📍く 📍ーど 📍くしま 📍っこう





3月 ご支援いただいた皆様

いわき小名浜菜園(株)様 ファミリーマート様
 イオンモール小名浜様 (有)内山産業様
 荒川ゴルフクラブ様 ヨークベニマル様
 坂本光正様 いわき信用組合様 佐久間静子様
 渡邊崇様 木村清様 丹野勇雄様 永山幾男様
 東邦銀行(光友様)様 斎藤美幸様

★いつもありがとうございます★



Cheeze さんの SeeTheWorld!#7

毎年行われるのに、日にちが決まっていないお祭り キリスト教で最も重要な復活祭 イースター



水仙が一斉に花開き、一面の菜の花畑が黄色に染まるイギリスの春。日本の春が桜色なら、イギリスの春は黄色です。この時期、たまごにペイントしたり、ウサギに扮して庭に隠したたまごをさがしたり、たまごをスプーンにのせてレースをしたりする可愛らしいイベントがあります。イースターです。アメリカのホワイトハウスでも毎年

Easter Egg Roll という“たまご転がしレース”が開催されますが、なんと100年以上の伝統があります。

イースター（復活祭）とは、十字架にかけられて処刑されたイエス・キリストが、その3日後に復活したことを祝うお祭りで、春分の日の後の最初の満月の次の日曜日（！？）に行われます。一定ではなく、今年は4月17日です。

宗教的な意味合いが重要ながら、春を迎えた喜びにあふれたお祭りという印象です。登場キャラクターは、イースターバニーとシェイプ会の女王、たまご🥚です。多産のウサギは豊穰と繁栄の象徴であり、たまごは生命の始まりを意味しています。ヒナの誕生がキリストの復活を連想させることから、シンボルとなりました。今は、世界の平和な日常の復活を、ただ願うばかりです。



4月はイギリスの誇る劇作家シェイクスピアの誕生月でもあります。『シェイクスピア別人説』があるのをご存知ですか。彼の戯曲は、医学、法律、外国語、近代科学、貴族社会など、多岐にわたる超一流の知識と教養を必要とする作品ばかりです。『家族が文盲な上、大学教育を受けていない田舎人には不可能だ。直筆の原稿が一つもないことも不可解である。正体は同時期に実在した上流階級の作家ではないか？または、シェイクスピアという共有のペンネームを使用した作家集団があったのではないか？』という疑惑が18世紀以来の論争となっています。（作家候補の中にはエリザベス1世の名前も、...）没後400年を越え、謎は深まりそうです。

春の山菜の代表 **ふき**。爽やかな風味で季節を実感できます。春先に出るつぼみが**ふきのとう**です。天ぷらはこの時期だけのご馳走ですね。よく似た植物に**つわぶき**があります。主に海岸部で育ち、葉の緑がふきより鮮やかで夏に黄色い可憐な花が咲きます。いわき海浜自然の家につわぶきの花壇があります。



ふき
蒨



ふき
とう
蒨の
臺



つわぶき
石蒨



新鮮な食材をお届けします

市場直送の新鮮な青果をはじめ食品一般の卸売を承っております。配達・品揃えなどお気軽にご相談ください。

有限会社 内山産業

いわき市小名浜字林の上19-3

0246-92-3892

8:30~16:30 定休日(水)(日)(祝)



あすか社会保険労務士法人
 ASUKA *Hikuchi Office*
 コロナ禍を乗り切る働き方改革をサポートします
 お問い合わせ 24時間受付 0246-38-9001
 電話受付：平日 9:00~17:30
<https://www.asuka-sr.com/contact/>
 福島県いわき市平谷川瀬二丁目10-19 グランSATOU

まちさぼはサントリーHD(株)様の**みらいチャレンジプログラム**助成金を活用し発行しております