無料の安否確認サービス　新聞で安心!!
離れて暮らす高齢者や一人暮らしの方を見守ります
み・まも～る　安心ね!
登録は簡単!
ポストに残った新聞で異常を察知し、読者の安否を確認するサービスです。
「み・まも～る」のお申し込み、お問い合わせは青山新聞店まで

地域情報交換誌　vol.110

ふれあい

FUREAI NET WORK

発行／中日新聞 一宮東部専売店
〒491-0866一宮市城崎通7-32
TEL.73-5459　FAX.72-6441
URL：http://www.cs-aoyama.co.jp/
E-mail：info@cs-aoyama.co.jp

古紙回収予定日　1月9日（土）

謹んで新春のごあいさつを申し上げます

旧年中は大変お世話になり、ありがとうございました。

さて、コロナに始まりコロナに終わった2020年でしたが、迎えた2021年は明るい話題に満ちた一年にしたいものですね。中日新聞は、今年も世界の情勢から国内各地のニュース、地元の話題まで、多彩な情報をきめ細やかにお届けしてまいります。引き続きご愛読いただきますよう、よろしくお願いいたします。

また、当店もさらに読者の皆様のご信頼をいただくため、新聞専売店としての業務の質の向上を図ると共に〝町の情報屋〟として、ホームページ、ふれあいの充実、プレゼント、Cチケットの販売をはじめ、皆様のご要望にお応えできますよう努めてまいります。

本年も中日新聞ともどもよろしくお願い申し上げます。

中日新聞一宮東部専売店　青山　富士子
スタッフ一同

1月〈睦月〉の暮らし
〈初春月（はつはるづき）、太郎月（たろうづき）ともいいます〉

神社の参拝は正式な作法で

三が日に初詣で神社に出かける方も多いことでしょう。では正式な参拝の作法をご存じですか？

まずは鳥居をくぐる前に軽く会釈をします。手水舎に向かい右手で柄杓（ひしゃく）を持ち、水をくんで左手にかけ清めます。次に左手に持ち替えて、同じように右手を清めます。再び右手に持ち、左の手のひらに水を受けて口に含みすすぎます。口をすすぎ終えたら、もう一度水を左手に流します。最後に水の入った柄杓を立て、柄に水を流してから伏せて置きます（新型コロナ感染予防のため、手水舎の使用を制限している神社もあります）。

手を清めたら神前へ。鈴を鳴らしてから賽銭（さいせん）を入れ、二拝（にはい）二拍手（にはくしゅ）一拝（いっぱい）（2回お辞儀をし、2回かしわ手を打ち、手を合わせお祈りし、最後に1回お辞儀をする）が参拝の基本的な作法です。

島根県の出雲大社では二拝四拍手一拝が正式な参拝とされていて、地方や神社によって作法が異なることもあります。いずれにしても穏やかで健やかな一年になるようにお願いしたいですね。

疲れた胃腸に春の七草がゆ

7日の朝は、春の七草（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）を入れた七草がゆを食べて一年の無病息災を願う風習があります。お正月のお祝い料理やお酒で疲れた胃腸を休めるという効果もあります。

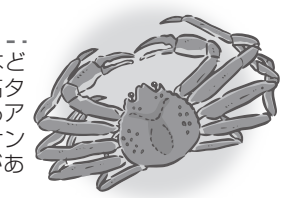
作り方は七草をさっと湯がき、水にさらしてから固く絞って細かく刻みます。おかゆが炊き上がり火を止める直前に刻んだ七草を入れ、塩で味を調えたら出来上がりです。

1月 地域行事カレンダー

※当カレンダーは日程が確定しないなどのケースもあり、学校そのもの、または個々の行事が未掲載・中止となる場合がございますのでご了承ください。

旬の食材〔ズワイガニ〕

旬は11月～3月ごろ。越前ガニ、松葉ガニなど地域ごとにブランド化された別名があります。高タンパク低カロリーで、カニ独特の旨味成分となるアミノ酸が豊富。カニの身の赤い色素「アスタキサンチン」には、抗酸化作用や免疫力を高める効果があるとされています。



1日（金） 仏滅 元日	**2日（土）** 大安 ●新聞休刊日	**3日（日）** 赤口	**4日（月）** 先勝	**5日（火）** 友引 小寒	**6日（水）** 先負	**7日（木）** 仏滅 ●市小中学校始業式 ●大志小やまびこの日 ●富士小下校指導 ●赤見小なかよしアンケート ●南部中避難訓練
8日（金） 大安 ●大志小避難訓練 ●貴船小避難訓練 ●富士小避難訓練	**9日（土）** 赤口 ●南部中第3回PTA役員会 古紙回収予定日	**10日（日）** 先勝 ●新成人の集い	**11日（月）** 友引 成人の日	**12日（火）** 先負 ●宮西小避難訓練、アルミ缶回収（13日）	**13日（水）** 赤口 ●神山小CRT学力テスト ●大志小なわとび大会 ●赤見小CRT学力検査	**14日（木）** 先勝 ●神山小班長会
15日（金） 友引 ●宮西小CRT学力検査 ●大志小学力検査（国語・算数）、PTA文庫 ●貴船小CRT学力テスト	**16日（土）** 先負	**17日（日）** 仏滅	**18日（月）** 大安 ●神山小イタリア国際交流（～20日） ●貴船小登校指導日 ●浅野小授業参観（地区別） ●南部中1･2年3学期中間テスト（19日）、3年学年末テスト（19日）	**19日（火）** 赤口 ●神山小2年いのちの授業 ●宮西小1～3年、ひまわり読み聞かせ ●貴船小ひだまり読み聞かせ ●浅野小避難訓練	**20日（水）** 先勝 ●宮西小4～6年読み聞かせ ●浅野小6年租税教室 大寒	**21日（木）** 友引 ●貴船小学校公開日（門別時間帯分散公開予定） ●赤見小ほたる号
22日（金） 先負	**23日（土）** 仏滅 ●富士小学習発表会、学校運営協議会 ●浅野小なわとび大会（学年別）	**24日（日）** 大安	**25日（月）** 赤口 ●富士小代休日 ●浅野小代休日 ●赤見小なかよしアンケート、廊下歩行週間（～29日）	**26日（火）** 先勝 ●神山小NZ国際交流（～28日） ●大志小低学年持久走大会 ●南部中1･2年iテスト	**27日（水）** 友引 ●大志小中学年持久走大会 ●貴船小1･3年、たんぽぽ国際交流イタリア ●南部中3年保護者会（～29日）	**28日（木）** 先負 ●大志小高学年持久走大会
29日（金） 仏滅 ●宮西小公開授業（地区別） ●手をつなぐ子らの教育展（～2月2日）	**30日（土）** 大安	**31日（日）** 赤口				

高齢者にも優しい安心サービス！安心価格！のお店です
あなたの街の小さなエディオン　EDION
家電のファミリーショップ
エディオン 名岐電器
http://www.meigi.tv
一宮市大江 3-12-8
☎0586-72-3460
LINEでお見積り致します
＃直営大型エディオンと＃同じ価格＃同じ保証＃共通ポイント

葬儀式典 のいり
〒491-0859　一宮市本町3-7-4
0120-24-0948

宝石・時計
エンジェリー いのこ
http://www.a-inoko.co.jp
本店/一宮市大江3丁目1-21　TEL(0586)71-7474
営業時間AM10:00-PM7:00 火曜日定休

CITY FASHION（シティ ファッション）
いちご大福
御菓子司
野田屋菓子舗
一宮市今伊勢町馬寄字呑光寺
電話73-7280番

食品容器・折箱・包装資材・衛生商品
― 国産 消毒用アルコール各種販売しています ―
折久商店（おりきゅう）
TEL0586-72-2780・FAX73-8941
一宮市音羽1丁目12-14●定休日／日曜日・祝日●営業時間／AM10:00~PM6:00