

くろちゃんだより



こんにちは! 家庭用灯油と川柳担当の三浦です。

春の訪れを感じる今日この頃、桜のつぼみも膨らみ始め、お花見が待ち遠しいですね。皆様はいかがお過ごしでしょうか? 私は花粉症になってからは、お花見の機会が減ってしまい、とても残念です。そんな中、心の中で桜の舞う光景を思い浮かべながら一句詠んでみました。

「桜舞う 青空の下 涙ぐむ」

さて、今月の川柳のお題は、「花」です。お花にまつわるエピソードや心温まる素敵な思い出を川柳にしてどんどんお寄せください。ご応募、お待ちしております。



2025年
オススメ

東濃地方の桜の名所開花予想

□恵那峡 恵那市大井町奥戸 ソメイヨシノ 400 本
開花予想日 4/2 満開 4/7

□奥矢作湖桜並木 恵那市串原大野地内
ソメイヨシノ 2,000 本
開花予想日 4/1 満開 4/5

□笠置峡 恵那市笠置町河合
開花予想日 4/1 満開 4/6

□新田の桜 恵那市本郷
樹齢 500 年エドヒガンサクラ
開花予想日 4/5 満開 4/8

□苗木公園 中津川市苗木 ソメイヨシノ 700 本
開花予想日 4/3 満開 4/9

□本町公園 中津川市本町 3-6
開花予想日 4/2 満開 4/7

□虎溪公園 多治見市弁天町 3 丁目
ソメイヨシノ、シダレザクラ 400 本
開花予想日 3/30 満開 4/5

□みたけの森 可児郡御嵩町中宇南山 2777-1
ソメイヨシノ、ヤエザクラ 400 本
開花予想日 3/29 満開 4/4

参考サイト:ウェザーニュース
<https://weathernews.jp/sakura/area/gifu>



春の陶器まつり 4 月開催

□第82回たじみ陶器まつり

開催場所:本町オリベストリート

(岐阜県多治見市本町) 周辺

開催日時:4/19(土)20(日)9:00~17:00

問合せ:多治見陶磁器卸商業協同組合

TEL:0572-25-5588(代)

□土岐市美濃焼大陶器市2025春

開催場所:イオンモール土岐

(土岐市土岐津町土岐口1372-1)

開催日時:4/19(土)20(日)10:00~17:00

問合せ:土岐市陶磁器卸商業協同組合

TEL:0572-53-0005



こども専門リサイクルショップ

EcoCloset エコクローゼット

オープン2周年感謝セール!!

★3/29日(土)~4/2日(水)までの期間に
1,000円以上同時購入で割引券入りの
ガチャガチャができます!
ドキドキ運試し!最大50%OFFの割引券
が入っています!!(他の割引特典と併用できません。)

住所:土岐市土岐津町土岐口 2150-10

きらめきプラザイシグロ 1F

TEL:0572-26-8561

定休日:毎週木曜日、第2、第4日曜日

営業時間:10:00~18:00

買取受付:10:00~17:00



石黒商事(株) 東濃エネルギーセンター

〒509-5122 土岐市土岐津町土岐口705-4 TEL:0572-55-2169 FAX:0572-55-2173





ももちちゃんの暮らしきらめく豆知識！

春の食養生

食養生とは、普段の食事で健康を維持する方法です。季節の食材を使い、バランスの良い食事をとることが基本です。



◆菜の花で、環境の変化に立ち向かう

学校、職場、住環境など、春はなにかと新しいことに直面し、ストレスがかかる季節です。そんなときは、自律神経系や自律神経を介した運動機能の調整、情緒の安定などにかかわっている肝に負担がかかります。春にイライラしたり不安になったり落ち込んだりするのはそのためです。



そうならないために、春はとくに肝を労わってあげることが必要です。

肝を養うには、青(緑)の食材がよいとされているので、この時期ならば、ちょうど旬を迎える菜の花を食べましょう。

菜の花にはそのほかに、体を温め、血流を改善する働きもあります。また、たまった不要物を排出したり、炎症をしずめたりする力もあります。この時期に起こりやすい肌荒れにもとてもおすすめです。また、産後の回復にもぜひとってほしい食材です。

※青い食べものは、菜の花以外に、ほうれん草、小松菜、ズッキーニ、さやえんどう、緑茶などもよいですよ。

・参考レシピ

【菜の花と鶏肉のあえもの】

ー材料(2人分)ー

菜の花・・・1束

鶏ささみ・・・1本

A | 酒・・・大さじ1

| 塩、こしょう各少々

しょうゆ、練りからし・・・各少々



ー作り方ー

- ①菜の花はゆでて食べやすい長さに切る。
- ②ささみはAで下味をつけ、ラップをかぶせて電子レンジで1分20秒加熱し、冷ます。
- ③ささみを食べやすくさき、菜の花と合わせて器に盛り、しょうゆで練りからしを溶いてかける。

※レシピ補足説明

肝が働きすぎて、その影響が脾胃(消化系)にも及ぶので、肝とともに脾の調子を整えることも大事です。鶏肉は脾胃を養い、弱った体を回復させるので、菜の花との組み合わせは、春の養生におすすめです。

●東洋医学でいう五臓は、西洋医学でいう臓器の具体的な機能だけでなく、精神的・身体的な健康バランスを保つための役割も含まれています。

そのため「肝」「心」「脾」「肺」「腎」という言葉は、単なる臓器以上の意味を持っています。



参考：まいにち漢方食材帖 櫻井大典著(株)ナツメ社



くろちゃん川柳倶楽部からのお知らせ

「花」をテーマにした川柳を募集中!!

川柳を詠んで春の暮らしを楽しみましょう!心のゆとりが生まれます。桜、チューリップ、カーネーション、バラなど春の花が次々と咲いてきます。お花にまつわる話やエピソードを川柳で表現してみましょう!皆様の作品をお待ちしております。



<応募先> 葉書又はFAXをお願いします。

「氏名・住所・年齢・電話番号」をご記入の上

〒509-5122 土岐市土岐津町土岐口705-4

石黒商事 東濃エネルギーセンター

くろちゃん川柳倶楽部 担当 三浦・井戸

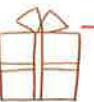
TEL:0572-55-2169

FAX:0572-55-2173



●「花」をテーマにした川柳応募締切
2025年5月末日(当日消印有効)

「贈り物」がテーマの川柳作品紹介



- ・年賀状 今年も贈れて うれしいね KUさん
- ・箱根山 笑顔と襷が 贈り物 龍に燕さん
- ・誕生日 仕事帰りの ジェームスディーン ケイさん
- ・こだわりの 包装紙にて 贈り物 美恵子さん
- ・貴方を想う しあわせよ 旅の者 SKさん



春を告げる鮮やかな黄色い花

ミモザ



ミモザはマメ科アカシア属の植物の総称で、オーストラリアが原産です。

春先に黄色い小さな花をたくさん咲かせ、ふわふわとした見た目が特徴です。葉は銀色がかかった緑色で、一年を通して楽しめます。

・開花時期

一般的に3月から4月頃に開花します。



・花言葉

「友情」「秘密の恋」「豊かな感受性」などがあります。

・ミモザの日

3月8日は「ミモザの日」として知られています。

イタリアでは、この日に男性から女性へ感謝の気持ちを込めてミモザの花を贈る習慣があります。

・ミモザの楽しみ方

切り花やブーケ、リース、ドライフラワーなど、様々な形で楽しめます。

リースやドライフラワーを作るときは、花が咲いてモフモフの状態で作してください。

・庭木としミモザを育てる上での注意点

陽当たりと風通しの良い場所を好みます。水おけの良い土壌で育てましょう。成長が早く、剪定が必要になる場合があります。