

ありがとう

29th

皆様と共に

社会福祉法人伊賀市社会事業協会

ときめきニュース

かしの木ひろば



第 353 号

今年は暖冬と言われ、天気の良い日の日中は暖かく感じられる程ですね。先月末には雪予報もあり心配しておりましたが、伊賀地方は雪が積もることもなく一安心でした。そんな雪予報のなかでも、かしの木ひろばの玄関では、お正月から飾っている梅の枝に蕾がほころびはじめました。梅は春一番！すぐそこまで春が来ている事を教えてくれています。まだまだ寒い日が続くと思いますが、みんな元気にこの冬をのりきりましょう。



「2月の予定」

2日(金) 音楽療法 ♪ 藤森裕子先生
♪ 前田美佐先生

(未定) 避難訓練

ヘルパーより

「うるう年はなぜ4年に一度なの？」

2月は28日までですが、4年に一度だけ「29日」まである年があります。その「29日」まである年のことを「うるう年」と言います。2024年の今年は「うるう年」です。

地球は太陽の周りを365日かけてまわっています。一周するのにかかる期間を「公転周期」といい、その公転周期にもとづいて暦が作られています。しかし、正確には365日ではなく365.24219日かけて、地球は太陽の周りをまわるため、4年の間に1日分だけズレが起きてしまいます。そこで4年に一度「うるう日」を設けてズレを修正しているのです。

では、うるう年がないと、どのような問題が起きてしまうのでしょうか？
うるう年がないと公転周期と暦のズレが積み重なり、数年後には季節が大きくずれます。季節がずれると作物の植えつけや収穫のタイミングもずれてしまい、収穫量や品質に影響が出る可能性があります。季節のズレにより、衣服の選び方や生活リズムといった日常生活に影響が出る可能性もあります。さまざまな文化や伝統の日程も変わってしまうでしょう。

このように私たちの生活にかなり影響が出てしまうため、「うるう年」は非常に大切な役割を担っています。

うるう年は太陽がプレゼントしてくれた一日です。特別な一日を大切にお過ごしください。

「今月のヘルパーレシピ」

「ご飯のお供にぴったり味噌じゃこ大豆」

【材料】(2人分)

- 大豆の水煮・・・100g
- しらす干し・・・30g

調味料

- 味噌・・・大さじ2
- 砂糖・・・大さじ2
- みりん・・・大さじ1
- しょうゆ・・・小さじ1/2
- 白煎りごま・・・小さじ2
- サラダ油・・・小さじ2

【作り方】

- ① 中火で熱したフライパンにサラダ油をひき、大豆の水煮としらす干しを炒めます。
- ② 大豆としらす干しが薄く焼き色が付いてきたら、調味料の材料を順に加え、中火で炒めます。
- ③ 汁気がなくなり、つやが出てきたら、しょうゆと白煎りごまを加え中火で炒め合わせ、全体に味が馴染んだら火から下します。
- ④ 器に盛り付けて完成。

※ 味噌は種類により塩味が異なるので、お好みで調整してください。ドライパックでない大豆の水煮を使用する場合は、水気を切ってから使用してください。