

らくらく通信 VOL 103

日が短くなるにつれて、段々と吐く息も白くなる様になってまいりました。例年に比べ今年の冬は「暖冬」と予想が出ていますが、実際にどうなのか気になりますね。

12月31日～1月3日は、お正月休みとさせていただきます。

アトラス整体院 院長 森 俊樹
一宮市本町3-5-6 本町ビル2F

受付時間 / 午前9:30～午後8:30

(土・祝日は午後8:00まで)

TEL(0586)73-1919 定休日 日曜日

ホームページ <http://138rakuraku.com/>



簡単★ほうれん草の生地かしキッズ

材料(2人分)

- ほうれん草...1袋
- ベーコン...1パック
- バター...大匙1
- 卵(Lサイズ)2個
- 牛乳...200cc
- マヨネーズ...大匙1
- 塩...小匙1/2
- こしょう...少々
- ピザ用チーズ...大匙1



1. ほうれん草は洗って4cm幅に、ベーコンは1cm幅に切る。この間にオーブンを200℃で予熱する。
2. フライパンにバターを熱しほうれん草とベーコンを炒め、冷ましておく。
3. ボールに★を合わせ入れ、冷ました具材とチーズを大匙1入れ、耐熱皿へ
4. 好きなだけチーズをかける。200℃

冷蔵庫にあるもので手軽にのオーブで30～35分焼いたで完成!
キッズ♪ クリスマスや年末のパーティーで作り置き下さい♡

お返しを投げるのはNG?

もうすぐお正月。初詣でお返しを投げ入れたい事があるト、多々あるよね。でも、本当にそれでいいのじょうか?

お賽銭の「賽」には神様からいただいた幸福に感謝があるという意味があり、本来のお賽銭は、神様への感謝を伝えるために行われていたが、いつからか願いの事をするために変わってしまっていた。しかし、願いをかたえようために神社に参拝するというのは決して悪いことではない。自分でも努力して行うことにより、自分自身にもお返しを神社に誓って行うことにより、自分自身にも気持ちを入れることができる。また、お賽銭の相場というものは、自分の気持ちにあった金額を入れることが大事です。縁起が良いとされているのは「ご縁」にちなんで5円玉。一方で縁起が悪いとされているのは「遠縁」と呼ばれる10円玉です。神様への感謝の気持ちを込めて丁寧に動作を賽銭箱にそと置くように入れるのがよいでしょう。



お頭の付け、IQサツ



Q 土の右には寿司がある、傘の右には赤がある

これは、その右にあるのは?

答えは次回5ページ通信 または ホームページに
<VOL 102の答え> "思考回路"

赤...アクリカ 青...アサガオ 白...ツウカイロ とする