



## 謹賀新年

2025年の初春を迎え謹んで皆様に新年のお慶びを申し上げます。本年も引き続きWall house reformをよろしくお願いたします。  
スタッフ一同

## 2025年のいろいろ

### ●2024年と日にちが違う祝日

成人の日…1/13 (1月の第2月曜日)  
海の日…7/21 (7月の第3月曜日)  
敬老の日…9/15 (9月の第3月曜日)  
秋分の日…9/23  
スポーツの日…10/13 (10月の第2月曜日)

### ●2025年の主なニュース・イベント

1/17…1995年の阪神・淡路大震災から30年  
3月・6月…FIFAワールドカップ2026年アジア3次予選  
日本代表戦が開催  
4/13~10/13…大阪湾の人工島・夢洲で「2025大阪・関西万博」開催予定  
8月…広島・長崎に原爆投下から80年  
9/13~21…世界陸上競技選手権大会が東京で開催予定  
10/14…マイクロソフト Windows10、Office2016の延長サポート終了予定

2025年の予定や暦など、さまざまなことをご紹介します。

●一粒万倍日と天赦日が重なる吉日  
3/10、7/24、10/6、12/21

### ●月と太陽の動き

皆既月食…3/14 (北海道や東北地方の一部、関東東部、小笠原諸島で見られるそうです)、  
9/8 (日本全国で見られるそうです)  
中秋の名月…10/6



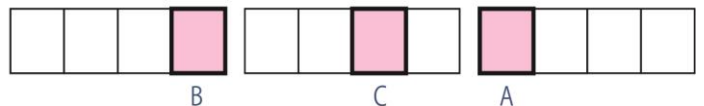
一粒万倍日とは一粒の粉をまけば万倍にもなり実するという吉日。マイナス事にもあたるので借金は避けた方がベター。天赦日は天が万物を赦す日とされ、万事に良しとされています。

### 2025年は太陽活動が活発に！

太陽フレアとは、太陽の表面に見える黒点周辺で起こる爆発現象のこと。約11年の周期で大規模なものが発生すると考えられ、そのピークが2025年と言われています。それにより、携帯電話サービスや無線通信の障害、カーナビなどの位置情報を取得するサービスに不具合が起こる恐れがあるそうです。総務省は太陽フレア発生時の被害想定と対策をまとめ、国家で危機管理にあたる必要性や宇宙天気予報士の創設を提言しています。

## 熟語探し

A~Cは四字熟語の各漢字の一部を拡大したものです。四字熟語を完成させたら、太枠で囲んだ文字を使ってできる三字熟語を教えてください。



12月号 答え:ケソコウ (健康)





## ご存知ですか？

1月の行事食といえば、お正月のおせちやお雑煮、七草がゆなどがよく知られていますが、それ以外にもいろいろあります！



長芋や自然薯をすりおろしたとろろ汁やとろろご飯を食べる風習。主に北関東や東北、中部地方などで食べられるそうです。とろろが長くのびる様子が長寿を連想させるので、縁起が良いと言われています。

## ■ 大寒（1月20日前後、2025年は1月20日）

寒さが厳しい時期で、1年を締めくくる節気です。2025年の期間は1月20日から立春前の2月2日頃まで。そんな大寒の食べ物で縁起が良いと話題なのが「大寒卵」。昔、寒さが厳しい冬は卵が貴重で、それを食べることで縁起を担ぎ、栄養をつけようという風習です。

## ■ 小正月（1月15日）

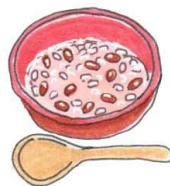
小正月は知っていても、何を食べるのかイマイチ、ピンと来ない人もいるのでは？  
「赤い食べ物は邪気を払う」という中国の古い風習から、煮た小豆を混ぜて炊いたお粥「小豆粥（十五夜粥とも言う）」を食べる風習があるそうです。

小豆粥の代わりに「ぜんざい」を食べる地域や、小正月に行われる火祭り「左義長」「どんど焼き」の燃え上がる炎でお団子やお餅を焼いて食べ、無病息災を願う風習もあるそうです。

とろろは滋養強壮に良いとされているため、その年の健康を願うために食べるそうです



ちなみに、枕草子や土佐日記にも小豆粥についての記述があるほど、日本には昔からある食べ物なのです



## かんたんレシピ

教えてくれた人…尾田衣子さん  
料理研究家。料理教室「アシェットドキヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。 <http://ryo-ri.net/>

## 餅とたらことしらすのチヂミ

ブラジルのシュラスコを電子レンジで簡単アレンジ。野菜たっぷりのさっぱりソースで召し上がれ♪ クリスマスにもおすすめです！



### 材料

(2人分)

- 餅…60g、たらこ…40g、しらす…50g、ニラ…1/2束
- 小麦粉…70g、片栗粉…30g、カツオ顆粒だし…小さじ1/2、卵…1個、水…60ml
- A：ごま油…大さじ1、醤油…大さじ1、いりごま…小さじ1/2

- ①玉ねぎは薄切りにし、レモンはスライスする。
- ②牛もも肉の表面に塩・コショウを振って保存袋に入れ、①、白ワイン、ローリエを加えてよくなじませ、ひと晩冷蔵庫で漬け込む。
- ③②を耐熱皿にのせ、ラップをかけて600Wの電子レンジで3分、裏に返し3分加熱する。
- ④パプリカ、紫玉ねぎ、ピクルスをみじん切りにして合わせ、Aを加えて混ぜ、ソースを作る。
- ⑤③を薄くスライスし、④のソースをかけ、イタリアンパセリを添える。

※レンジで加熱する際のラップはふんわりかけてください。

※レンジから出したらそのまま5～6分ほど置き、肉汁を落ち着かせます。

## ふくろう農園だより

無農薬栽培の「ふくろう農園」

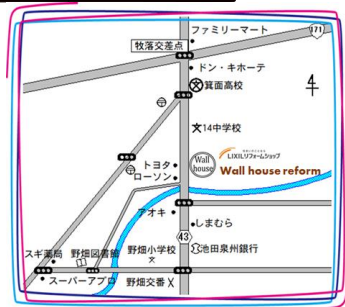


定期訪問時に収穫した野菜がある場合は

「オスソワケ」としてお届けします！→

※自然のものなのでタイミングによりない場合があります。ごめんなさい。。。

## 想いを形に wall house reform



豊中本社 〒560-0001 大阪府豊中市北緑丘1-1-6  
TEL: 0120-1212-86 9:00～17:00 日・祝定休