



2022年 愛こープ

ご利用者の皆様へ

3月のおたより



ホームページアドレス [www.i-coop-npo.org](http://www.i-coop-npo.org)

をご覧ください！

また、どんなご意見でもお寄せくだされば大歓迎です。  
担当のヘルパーに託して下さい。

3月は、年度の最後の月です。卒業・卒園や就職、進学、転勤さまざまな事情でそれまでの環境とお別れする季節です。

昼間は上着がなくても過ごせるほど暖かくなり、春の訪れを知らせる動植物も次々と顔をだしてくれまます。陽気も春めいてウキウキした気分になる昨今ですが・・・

さて、今月6日が期限となる31都道府県のまん延防止等重点措置をめぐり、政府は、神奈川県を含む東京など18都道府県で今月21日まで延長しました。ピーク時から感染者数の減少が見え始めはじめましたが、ここへ来て下げ止まりが心配されています。新型コロナウイルスの変異株オミクロン株の一種で、より感染力の強い「BA.2」が拡大しているとも言われています。新型コロナウイルス対策も2年目にはいり、うんざり感、マンネリ感がありますが、引き続き緊張感をもって生活することが大切です。人混みは避け不要な外出は控えましょう。またマスクの着用、換気を良くし、消毒をしっかりとします。コロナの治療薬もでてきましたが、まずは、3回目のワクチン接種を急ぐことが大切です。(神奈川県の高齢者接種率は3月6日時点で60%)

最後に今月急に発生し、私たちも他人事でないのが、ロシアによるウクライナへの侵略です。いかなる理由があろうと戦争で問題を解決しようとするのは愚かで恥ずべき行為です。

またロシアが核兵器の使用もちらつかせているなかで、日本国内でもこれに乗じて核兵器を米国と共有する検討が必要だという政党や政治家がでてきました。公然とこのようなことが発言され、核兵器による対抗措置が加速する政治風土になってきたことを危惧します。

私たちは、武力ではなく国際的な反戦の世論を高めるなかで、人類の智慧を使い、武力以外の方法で早急にウクライナへの侵略戦争をやめさせることはできないものでしょうか。

### 3月の簡単レシピ

～菜の花とはまぐりの

クリーム煮～

#### ～材料(2人分)～

- ・菜の花 1束
- ・はまぐり(大) 4個
- ・生クリーム 1/4カップ
- ・ご飯 600g
- ・うすくち醤油 小さじ2
- (A)・酒 大さじ1
  - ・バター 小さじ2
  - ・水 2/3カップ
- (B)・片栗粉 大さじ1/2
  - ・水 大さじ1

ハマグリをおさりに替えても

美味しいです！



#### ～つくり方～

- (1) 菜の花は切り口を薄く切り直して半分に分けて、さっとゆでてざるに上げる。
- (2) はまぐりは殻をこすりあわせて洗う。
- (3) フライパンに(A)と(2)を入れて蓋をし、2～3分煮る。
- (4) はまぐりの殻が開いたら生クリームを加え、うすくちしょうゆで味を調え、(B)でとろみをつける。
- (5) (1)を加えて混ぜ、軽く温める。

