



～如月～

如月はまだまだ寒さが厳しい時期のために、更に衣を重ね着するという意味から「衣更着（きさらぎ）」になったとされています。立春を迎えましたが、まだ春は先になりそうですね。



デイケアNEWS

団子さし



今年もデイケアに団子さしの飾りを行いました。ミズキの木を使い、鯛や米俵、千両箱・大判小判、恵比寿さまなどの飾りました。団子さしは豊作祈願・一家繁栄・豊かな生活の願いを込めて行う伝統行事です。

高齢者作品展



ほほえみニュース 265号でも掲載した創作活動によるモザイクアートですが、このたび郡山市の高齢者作品展に出品させていただき、そこで見事銅賞に選ばれました。記念の盾もいただき、嬉しい気持ちでいっぱいです。



2月3日は節分です



栄養科から

節分とは、季節が移り変わる節目のことで、立春・立夏・立秋・立冬の前日を指します。中でも1年の始まりにあたる立春が重要視され、その前日を節分と呼ぶようになりました。

●豆まき

炒った豆や落花生をまき、自分の年齢よりひとつ多く豆を食べることで邪気を払い無病息災を願う意味があります。



●いわし

鬼はいわしを焼いたにおいや煙を嫌うため、いわしの頭を柵の枝に刺して玄関先に飾ると、邪気を払うことができます。



●恵方巻

近畿地方で生まれ、全国に広がりました。願い事を思い浮かべながらその年の「恵方」を向いて最後まで無言で食べます。切らずにかぶりつくのは、「縁を切らない」という意味が込められています。



～大豆の栄養～

大豆は「畑の肉」とも呼ばれており、肉に匹敵する良質なたんぱく質を含んでいます。また、血中コレステロールを減らしたり、お腹の調子を整えたりする働きをもつ成分も豊富です。



レクリエーション風景

今年最初のレクはかるた取りからスタートです。中には身
を乗り出しながら参加される方もいて楽しい雰囲気なひと
時でした。読み手も利用者さまにいただきました。

新春かるた取り



立ててのせて



倒してしまわないよう、慎
重に…。



ラップやトイレットペー
パーの芯を立てて…。

ワン・ツー・ゴール



色々なボールがあつてな
かなか難しそう。

離れたところにあるゴー
ルめがけてシュート！



1月誕生日の利用者さま



お誕生日おめでとうございます

