

あおやま通信

早いものでもう 3 月。少し前に大晦日～新年～鏡割りと終わったと思ったらひな祭り。そして今号が出るころにはテレビで五月人形の CM が流れているのを見ると本当に時間の流れは速いです。ただ、そのぶん寒い季節から暖かい季節へと移り変わるのも早いという事で、窓から見えるであろう桜を楽しみに皆さん過ごされています。

節分

2 月に当施設でも節分の豆まきを行いました。「おには～そと、ふくは～うち」のかけ声と共に豆(新聞紙を丸めたもの)を職員が作った鬼のボードや、鬼の格好に扮した職員に投げて今年一年の無病息災を祈願しました。



職員御手製のお面・的当てボード・そして豆に見てたボールです



鬼に対し怖がる人、玉入れゲームを楽しんでくれる思いっきボールをぶつけてくるといように皆さん色々な楽しみ方をされていました。



左の写真のように投げてきたボールを打ち返すような手ごわい鬼もいましたが、参加された皆さんからは楽しかったと好評でした。

～栄養課便り～

今月は桃の節句の由来について紹介します。桃の節句は、平安時代の貴族が薬草を摘みその薬草で体の穢をお祓いして健康と魔除けを願う「上巳の節句」が始まりとされています。3月3日頃はちょうど桃の花が咲く頃で、桃には魔除けの力があると考えられたことから節句を祝うのにふさわしいものとして桃の節句と呼ばれるようになりました。

～ひなあられに込められた意味～

ひなあられの色、白・緑・桃色それぞれに意味があります。
白 清浄、純白の雪
緑 長寿や健康、草萌える大地
桃 魔除け、桃の花
ひなあられを食べることで自然のエネルギーを取り入れ、健やかに過ごせるようにとの意味が込められています。



管理栄養士 尾方 詩音