

あおやま通信

今年も残すところ2ヶ月になりました。本格的に寒くなり暖かい食べ物が美味しくなる時期がやってきました。インフルエンザやノロウイルスなどの感染症が蔓延しやすい時期はいます。お手数ではありますが、面会の際には面会記録簿付近に設置してあるマスクの着用をお願い致します。

Happy! Halloween!



毎年恒例になっていますが、当施設の託児所の子ども達がイタズラをしに今年も回ってくれました♪
今年も「ミニオンス」に仮装して施設内を回ってくれました。

出発前はいつも元気でいくつでもイタズラしそうなのですが、おじいちゃん、おばあちゃんを前にすると途端にキョロキョロするのは毎年恒例ですね♪
ですが、今年もしっかりとお菓子をいただいて帰ることが出来ました。御協力いただいた皆様ありがとうございました。



10月28日に原地域のお祭りがあり、今年も施設の前まで来てくれました。笛の軽やかな音色に太鼓の力強い音、それに威勢の良い掛け声加わる事で大いに盛り上がりました。当施設にはボランティアとして様々な方が来てくれますが、入所者にとってお祭りというのは特別なようで大変喜ばれていました。早くも来年が楽しみです。

栄養課便り

芸術の秋、実りの秋、食欲の秋。秋は素敵な季節ですね。そして、日が沈むのが早くなり風が冷たい季節になってきました。朝晩の冷え込みが激しくなってくるので、手洗い・うがいを習慣づけて風邪をひかないよう体調管理にも気をつけていきましょう。

さて、11月24日は和食の日です。2013年の12月、「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録され、それを受けて11月24日を「いい日本食」のごろ合わせから『和食の日』として「伝統的な食文化を見直し、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日」と指定されました。

日本の食文化「和食」の特徴

- 素材の味を引き出す調理法和食はいかに「素材の味を生かすか」を大切にしています。
 - 優れた栄養バランス一汁三菜で栄養バランスの取れた食事になります。
 - 自然の美しさや季節感の表現季節ごとに器や盛り付けにも気が配られています。
 - 年中行事との密接な関わりお正月や七夕など、行事ごとの料理があります。
- 日本の食文化「和食」の良さを知り、未来に受け継いでいきましょう。



管理栄養士：堀下 綾子