

医療法人せいざん 介護老人保健施設あおやま
あおやま通信

新年あけましておめでとうございます。コロナウイルス対応等については皆様の御協力もあって昨年は感染者を出すこと無く1年を終えました。面会の際の決まりなど色々制限を掛けさせていただいておりますが、本年もご協力をお願い致します。



クリスマス会

年末恒例のクリスマス会と餅つきを行いました。間延びして利用者様の負担にならないようコンパクトにかつ、しっかり季節感を感じていただけるよう事前準備をし、プログラムを考え職員一同取り組んでおります。



餅つき

できる限り利用者様にも餅をついていただきました。



お礼のお菓子里に子供達も大喜び！



おせち

おせちメニュー

- ・赤飯
- ・赤魚の西京焼き
- ・盛り合わせ(えびのつや煮、壽かまぼこ、伊達巻、サーモンとホタテのテリーヌ)
- ・大根なます
- ・紅白ゼリー

利用者様に形を整えていただいたお餅は鏡餅として各フロアに飾っております。



行事では託児のお子さんが大活躍！子供達の泣いたり、頑張る姿に大人は皆、目じりを下げていました。

栄養課便り

新しい年が始まりました。毎日の食事を大切にして、今年1年も元気に過ごしましょう。

1月は『睦月』とも言います。親戚や知人がお互いに行き交って「仲睦まじく」する月であることから名付けられたそうです。1月の初めの月であり、その年を健康に過ごすための願いが込められた色々な行事が行われます。

●七草粥(1/7)・・・せり、なずな、ごきょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろの「春の七草」を刻んだお粥を食べて1年の無病息災をお祈りします。

●鏡開き(1/11)・・・神様にお供えしたもちを下げ、木づちや手で割りほぐし、お汁粉や雑煮にします。特に鏡もちを食べることを歯固めといい、歯が丈夫で長生きできるようにお祈りします。

●小正月(1/15)・・・昔の暦で、1年の最初の満月の日で、小豆粥や小豆飯を食べます。その年の豊作を祈る行事やお正月の飾りや書初めを焼く、どんど焼きなどがよく行われています。

管理栄養士 稲原 彩水