

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



左のイラストにですが、当施設では面会時にはマスクの着用をお願いしております。ですが、マスクをずらしたり一時的に外すなどしてお話をされている方が時々おられます。

素顔が見えない事で表情がわかりにくい、口元が見えないことで感情が伝わりにくいなどの不都合があるのは十分に承知しておりますが、マスクの着用を今一度お願い出来ればと思います。

**節分**

鬼は外  
福は内

今年も元気で  
いられますように  
鏡開き／令和八年一月十二日

**無病息災**

## 栄養科便り



2月に入りまだまだ寒い日が続きますね。さて、2月といえば節分があります。節分は元々四季それぞれの前日を指す言葉でしたが、立春の前日で定着していきました。家の中に溜まった滞りを外へ出し、新しい流れを迎え入れるための行事で、暮らしの中に区切りを付ける役目があります。昔から、季節の境目は気候や体調が揺らぎやすく、暮らしの中に乱れが入り込みやすいと考えられてきました。そこで境目の前日である節分に災いを遠ざけ、次の季節を迎える行事として、鬼を外へ追い出し、福を迎え入れるための豆まきや、恵方巻、柊鰯などが行われるようになりました。

本施設では昼食に巻き寿司、おやつで甘納豆ときな粉を使った蒸しパンを提供しました。皆さんも節分で新しい季節を迎える準備をしてみたいはいかがでしょうか。

管理栄養士 吉田 愛