

# ゆとりあ便り

平成31年  
3月号

特別養護老人ホームゆとりあ  
〒210-0821  
神奈川県川崎市川崎区殿町 1-11-10  
TEL:044-277-1165 / FAX:044-277-1164



## 節分豆まき祭り 2019

2月1日(金)・2日(土)の2日間にわたり  
今年も1階デイルームにて恒例の「節分豆まき祭り」が  
開催されました。

利用者様に見えない場所にこっそり隠れていた赤鬼・青鬼が  
職員の「わぁ! 鬼が出た!」の掛け声を合図に  
飛び出します。

配られた豆まき用の落花生を黙々と剥いて  
いた利用者の皆様も鬼が傍まで迫ると  
「鬼は〜外〜!」と、元気良く豆を投げて  
鬼退治を楽しみました。

最後は、みんな笑顔で赤鬼・青鬼と仲良く  
記念撮影です。



## ★ 2月3日は節分 ★

昼食時は恵方巻といなり寿司、おやつには赤鬼の和菓子で節分気分を  
味わって頂きました!

● 献立 ●

- ・ 恵方巻/いなり寿司
- ・ 昆布豆
- ・ にしん甘露煮
- ・ つみれ入り具だくさん汁

恵方巻は、節分に恵方に向かって、無言で巻寿司を食べると縁起が  
良いとされています。

福を巻き込むという意味から、恵方巻と呼ばれているそうです。

2019年の恵方は『東北東』だったそうですが、皆様は恵方を向いて  
恵方巻を召しあがることができましたか?

2020年の恵方は『西南西』のようなので、今年出来なかった方は是非、  
来年試してみてくださいね♪



# 寒ブリ解体ショー

2/25 (月) デイサービスに於いて【寒ブリ解体ショー】を行いました。  
体長 80 cm ・ 重さ 5.0kg、富山県氷見港で水揚げされた寒ブリ。

ブリは出世魚で、おめでたい魚と言われています。  
関東では、ワカシ→イナダ→ワラサ→ブリ、  
関西では、ツバス→ハマチ→メジロ→ブリの順となっています。

今回は、「お刺身」と「握り寿司」にしてお召し上がり頂きましたが、寒い冬の季節には、「ブリしゃぶ」も外せないメニューの1つではないでしょうか？

ブリは夏から秋にかけて北海道辺りに留まり、冬に日本海を急速に南下し、春に東シナ海で産卵します。この時期に日本海側で獲れるブリは、産卵と長旅に備えて、たっぷり脂肪を蓄えた状態ですから、皆様にご満足いただけたのではないかと思います。



## ● 献立 ●

- ・ 海鮮ちらし寿司
- ・ ブリの刺身
- ・ 寿司2貫 (ブリ)
- ・ しば漬け
- ・ 赤だし



## 3月のスケジュール



- |           |                     |
|-----------|---------------------|
| 3月4日 (月)  | シャッキリ体操 (2F)        |
| 3月17日 (日) | お誕生日会 (3月生まれのご入居者様) |
| 3月22日 (金) | 音楽レクリエーション (4F)     |
| 3月29日 (金) | 健康体操 (3F)           |