

綾 デイ便り

発行元 / 綾デイサービスセンター山科

2025年2月号



節分



今年の節分は 2/3 ではなく、2/2 になりました。そもそも節分というのが「立春の前日」とされていて、立春は年によって変わることがあるそうです。そして今年は 124 年ぶりに 2/2 の節分だそうです。特別な日に巡り合えてちょっとラッキーな気持ちですね。

ですが、綾では例年通り 3 日に節分です。新調しました鬼のお顔に豆に見立てた新聞紙玉を投げつけ鬼は外！そうこうしている間に本物の鬼がきました。みんなで一斉に豆まきです。皆さん楽しそうに豆をまかれました。福は内～！

立春とは言いますが、10 年に一度の大寒波と呼ばれ、積もるほどの雪が降りました。まだまだ寒い日は続きますが、節分の厄払いパワーで風邪を吹き飛ばして健康でいたいものですね。



手作りおやつ



今月はヴァレンタインデーということで、喫茶「綾」ではガトーショコラを作りました。炊飯器で作ったガトーショコラは蒸しパンのように柔らかく、食べやすかったですね。コーヒーやレモンティーなどと一緒に食べるとまた違った風味で美味しかったです。

和のお菓子でどら焼きも作りました。あんこだけでなく栗あんもまぜてみました。まろやかな甘みが口に広がりましたね。

『春よ来い』の気持ちですね。

皆様、今年の冬は寒さが厳しく長引きますね。北国では大雪が降っているようです。京都でも先日は珍しく雪が積もりました。

寒くなると人間は身体の抵抗力がおちるらしいです。抵抗力をつけるためにしっかり栄養をとって夜はよくねることが肝心です。

3月になれば春も近づいてきます。『桃の節句』に始まり梅や桜も咲きはじめます。暖くなるのが待ち遠しいですが、もうしばらくのしんぼうです。元気に春を待ちましょう。

統括部長 浦山 陽一

献立表



※献立表の肌色の日は「手作り昼食」です。

	月	火	水	木	金	土
						1
昼食						鶏のレモンマスタード焼き ジャーマンポテト 白菜のゆかり和え 海草サラダ
おやつ						りんごゼリー
	3	4	5	6	7	8
昼食	ちらし寿司 すまし汁 煮物 青菜の和え物	ピザパン スープ ポテトサラダ スパゲティサラダ	オムライス スープ コロッケ マカロニサラダ	焼きそば おにぎり みそ汁	ゆで豚の辛子酢味噌かけ 吹き寄せ煮 大根の塩昆布和え みかんのサラダ	牛肉と野菜のかき油炒め しょうまい 白菜のゴマ酢和え ブロッコリーとコーンのサラダ
おやつ	ようかん	コーヒーゼリー	パンナコッタ	プリン	今川焼	焼きドーナツ
	10	11	12	13	14	15
昼食	クリームシチュー パン マカロニサラダ	きつねそば いなり寿司 煮物	イワシのタルタル南蛮 炊き合わせ チンゲン菜のお浸し 棒々鶏サラダ	かす汁 金平風煮 青菜の和え物	ラーメン ナムル ぎょうざ チャーハン	特別弁当
おやつ	クッキー	レアチーズ	ミニクリームパン	パンナコッタ	喫茶「緑」	ミニエクレア
	17	18	19	20	21	22
昼食	マーボー丼 春巻 スープ	野菜コロッケ スープ スパゲッティ	たぬきうどん おにぎり 煮物	サワラの生蒸風味照り焼き 山菜と油揚げの煮浸し 葉の花のサラダ ナスのおかか煮	天津飯 チヂミ スープ ろうざ	特別弁当
おやつ	コーヒーゼリー	サブレ	手作りおはぎ	きなこおはぎ	レアチーズ	クリームコンフェ
	24	25	26	27	28	29
昼食	ナポリタン スープ サンドウィッチ	ミートボールのトマト煮 ビーマンのチャムブルー いんげんと油揚げのゴマ和え にんじんサラダ	ソースカツ丼 みそ汁 大根とツナのサラダ	天ぷらそば 白和え まぜご飯	イワシの梅風味蒲焼き 高野豆腐の炊き合わせ ほうれん草のゴマ和え カリフラワーのサラダ	ゆず味噌大根 みそ汁 かやくご飯 かき揚げ
おやつ	パンナコッタ	抹茶水ようかん	コーヒーゼリー	ようかん	どら焼き	プリン
	31					
昼食	白身魚のフライ みそ汁 煮物 青菜の和え物					
おやつ	サブレ					
				←手作り昼食		←お弁当

3月レクリエーション予定

- ・ひな祭り ・手作りおやつ
- ・観梅 ・買物外出
- ・今井先生リハビリ体操 1日(土)25日(火)

当センターへのご意見、苦情については、下記の窓口にお申し出ください。

綾デイサービスセンター山科 ご相談窓口 TEL075(572)7528 FAX075(572)7521