

デイサービス通信

2月に入りましたが、「節分冬中」という言葉があるように、今年は雪も多く寒い日が続きます。今年は冬季オリンピックも開催されます。日本人選手の活躍を期待したいものですね！

節分の豆まきは終わってしまいましたが、日本人選手の活躍を願いつつ「がんばれーっ！日本っ！」と、一緒に応援しましょうっ！大きな声援をする際には【マスク着用】をお忘れなく、お願いしますね。

新型コロナウイルス感染拡大の影響でご家族や親しい人と乾杯や宴会ができる機会も少なく、自粛されている方も多いと思います。

皆さんと少しでも新しい年を迎える喜びを感じて頂き、気分だけでも楽しんで頂けるように希望者にはノンアルコール飲料を提供し、昼食の時間に新年を祝い、皆さんと乾杯をしました。



祝・新年・寅



1月の一時間工作は

「写経」に取り組みました。



写経とは仏教において経典を書写することを言い、印刷技術が発展していなかった時代に仏法を広めたり、僧侶の修行、講義、研究のために行われ、写経をすることに功德があると伝えられています。

手先のリハビリにもなります。

皆さん丁寧に書き上げておられました。

2月の一時間工作は(ステンシルアート)を予定しております。

砂廣(すなひろ) 栄養士のワンポイント講座



虎の年ということで名前に「虎」の料理を紹介します。江戸時代から愛される酒のつまみ「竹虎」と「雪虎」です。粹でシンプルな料理ですが、厚揚げにはたんぱく質やカルシウムも多く含まれ、栄養素が豊富な食材です。さあ作ってみましょう♪

グリルで厚揚げを焦げ目がつくまで焼きます。その上に青ネギを乗せたものが「竹虎」大根おろしを乗せたものを「雪虎」と呼びます。

食卓に「虎」をお招きしましょう♪