

えだ山の笑顔 2月号

1月11日に、新春餅つき大会を実施しました。



餅つき大会

美味しいお餅をつくよ♪
よいしょー!!、よいしょー!!

えだ 寫真館

ハッピーと捻りハチマキ
きまっています☆



♪えだ農園♪

えだ農園で、こんなに立派な長葱が収穫出来ました!

♪えだ農園♪

長葱を収穫中…


やったね♪

なっただかな? どのくらい、大きく




今年の1月5日～11日は、この様なお祝い膳を御用意させて頂きました!

天ぷら・お赤飯・紅白なます・高野豆腐と野菜の含煮です。ご利用者からも、大変好評でした!



※写真の掲載について、ご本人の了解を頂いております。

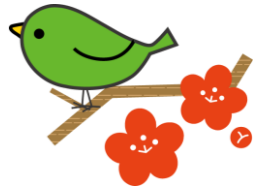
立春に関するイロハ

まだまだ寒さが厳しいこのじきですが、2月に入ると、暦の上では、もう「春」なんです。そこで、春の初日である「立春」についてお伝えします♪

「日本文化いろは事典」より抜粋<http://iroha-japan.net>

① 立春とは…

冬至と春分の間の2月4日頃に当たります。また、この日から雨水(2月19日頃)までの期間を立春と呼ぶこともあります。立春は冬と春の分かれる節目の日である「節分」の翌日「寒さがあけて春に入る日」いわば春の初日です。



② 旧暦では、1年の始まり

- 節分……立春の前日のことです。立春が正月なのに対して、大晦日の役割を持ち、一年間の厄払いのために豆まきを行います。
- 八十八夜……立春から数えて88日目のことです。この日に摘んだお茶の葉は霜をかぶらないため、高級な茶葉であると言われています。
- 二百十日……立春から数えて210日目のことです。この日は台風が襲来する可能性が高く、農家の人々にとっては厄日だと言われています。
- 二百二十日……立春から220日目のことです。二百十日と同じく、台風が襲来する可能性の高い日とされています。

③ 立春大吉

立春の早朝、禅寺では厄除けのために門に「立春大吉」と書いた紙を貼る習慣があります。この文字は、縦書きすると左右対称になり一年間災難にあわないというおまじないです。また、立春以降に初めて吹く南よりの強風を春一番〔はるいちばん〕と呼びます。

☆今月の作品作り・体操&レクリエーション☆

日にち	◆レクリエーション◆	◇体操◇
1日(水)～3日(金)	鬼倒しゲーム!!	上半身の体操
4日(土)～11日(土)	十二支神経衰弱	下半身の体操
12日(日)～18日(土)	☆誕生日会 & ちぎ!?ケーキ作り☆	ころばん体操
19日(日)～25日(土)	雪合戦ゲーム	ハマちゃん体操
26日(日)～29日(水)	*お雛さま仮装撮影会*	★お楽しみ★

♪音楽プログラム：7日(火)、19日(日)

・今月のおやつは、14日のバレンタインデーにちなみ、「バレンタインチョコ!?ケーキ」を作ります!!

男女関係なく、あま〜いチョコケーキで幸せ気分♪
・12日(日)～18日(土)の昼食は、寒い季節に身体の中から温まる、

「風邪予防ぽかぽか料理」週間です!!
根菜やネギを使用した、寒い冬を乗り切る、温かい料理が盛りだくさん♪
6日(月)と7日(火)には、「お刺身盛り合わせ」をご提供☆☆
詳細は、裏面のメニュー表にて、ご確認ください。



きつさ えだ
喫茶EDA
営業しています。

おやつ時間に、
コーヒー、紅茶、ココア、緑茶…
などのお飲物をご用意してます!
ご自由にお選びくださいませ。



発行：横浜市荏田地域ケアプラザ
所長：福嶺 典子
編集：北川・荘司(生活相談員)
住所：横浜市青葉区荏田町494-7
電話：911-8001
Fax：911-8121