

第24号 ゆとり新聞



令和5年 4月 10日発行



【実施事業】
・有料老人ホーム
・訪問介護・通所介護

桐生市境野町6丁目1711-4

境野中学校南側（渡良瀬川側）

TEL:0277-43-0122

FAX:0277-20-8460

2月の雑学・豆知識 クイズ!!

★正解は裏面

問題①：「節分の日」の豆まきに大豆が使われているのはなぜでしょうか？

- ① 安価だから
- ② 精霊が宿っているから
- ③ 土を綺麗にするから

問題②：2月は梅の花が咲き始めます。小さい粒の梅ですが、鉄分はリンゴの何倍あるのでしょうか？

- ① 2倍
- ② 6倍
- ③ 変わらない

問題③：ブロッコリーが旬の季節です。ブロッコリーに多く含まれている「葉酸」にはどんな効果があるのでしょうか？

- ① 脂肪を溶かす
- ② 筋力強化
- ③ 記憶力の向上

節分の習わし

豆まき 福豆と呼ばれ、炒った大豆を使います。豆を拾い忘れて芽が出ると縁起が悪いとされているため地域によっては落花生をまく所もあります。

柗イワシ 焼いたイワシの頭を柗の枝に差し玄関に飾ります。柗のトゲが魔除け、厄除けになると言われています。

恵方巻き 福を巻き込んだ太巻きをその年の恵方を向き無言で食べると縁起が良いとされています。今年の恵方は”南南東やや南”向きです。

2月3日『節分』
柗イワシ作り・豆まき



ひな祭りの由来

ひな祭りとは、3月3日の桃の節句のことで、女の子のお祝いをする日。女の子の健やかな成長や幸せを祈って、お祝いをします。

◇ひな祭りの食べ物とそれぞれの意味◇

ひなあられ ピンク・生命、白・雪の大地、緑・木々の芽吹き。この3色のひなあられを食べることで、自然のエネルギーを得て元気で丈夫に育つとされています。

ちらし寿司 海老・腰が曲がるまで丈夫に長生きする。豆・マメで健康に働く。蓮・この先が見通せる。色とりどりの具材にはこんな願いが込められています。

ハマグリ ハマグリの貝殻は、ぴったりと対になってくっついていることから「将来、良縁に恵まれますように」という願いが込められています。

3月3日
『ひな祭り』



3月29日『避難訓練』

介護施設では避難訓練が大切！

入居者様と職員の安全を守るために、避難訓練を実施することは非常に大切なことです。万が一の際に避難方法を把握していないと、施設内で二次災害が起きてしまうことも。避難訓練を実施して、万が一の際にスムーズに動けるようにしています。



『水消火器』で消火訓練

デイからの避難風景



2月の雑学・豆知識 クイズ答え

問題①： 2. 精霊が宿っているから （主要穀物の一つである大豆に宿っている為、穀霊（こくれい）と呼ばれています）

問題②： 2. 6倍 （梅は、リンゴの6倍の鉄分と4倍のカルシウムが含まれています）

問題③： 3. 記憶力の向上 （ブロッコリーに含まれている“スルフォラファン”は、ガン予防の抑制効果もあります）