

# なのみ節分・豆まきをしました。

2月3日になのみ節分豆まきを行いました。  
 まず会の始めに、節分の由来、節分は字の通り、季「節」の「分」かれ目という  
 意味を持っており、春、夏、秋、冬、それぞれの季節が始まる節目の日を指し、  
 昔は年に4回、節分があったなど、節分についての知識をみんなで深めました。  
 赤鬼・青鬼の登場の前に豆まきの練習を兼ね、カゴを目掛けてお手玉を投げ入れ  
 カゴに入った玉の数を競うゲームで盛り上がりしました。いよいよ、鬼の登場。  
 威勢の良い鬼が前に現れると鬼にめがけ「鬼は外～福は内～」のかけ声と共に手に  
 持っていた豆を必死に投げつけていました。中には、日頃にないくらい手や腕が  
 良く拳がっている方もあり、利用者の興奮が伝わってきました。豆まきには「無病  
 息災を祈る」という意味もあり、皆で病気せず元気に過ごしていけるよう祈りなが  
 ら豆まきを終わりました。最後に鬼と一緒に記念撮影。皆さんととても良い笑顔で  
 写真に写っていました。

今回、利用者様の楽しそうな表情を見る事ができ、とても良かったと思います。



なのみ  
ず  
便り

平成27年4月1日発行  
 4月号  
 介護老人保健施設なのみ  
 中津市宮ま14

No.77



H27.3.3  
 なのみ  
 ひなまつり



色どり良いちらし寿司



さくらもちとあま酒

介護保険負担限度額認定証の有効期限が7月31日までとなつております。食費、居住費の料金を決める大事な書類となります。市町村に8月からの分を申請致しますので受付まで印鑑をお持ちください。現在、負担限度額認定証をお持ちでない方も印鑑をお持ちくださいませ。

お知らせ

★レシピ★  
 鶏もも肉 80g  
 塩 0.2g  
 コショウ 少々  
 粒マスタード 7g

おろしんにく 1g  
 パン粉 10g  
 乾燥パセリ 2g  
 サラダ油 2g

※写真の付け合わせはレシピに入っていない。  
 ①④の材料を混ぜ合わせ、鶏肉になじませます。  
 ②⑧を混ぜ合わせ、①の鶏肉につけ、オープン200℃で10～15分程度焼きます。

★メニュー紹介★  
**鶏のパン粉焼き**



行事予定表

♪ 毎月第2(月)散髪:美容  
 第3(月)散髪:理容

散髪日は変更がある場合があります

次回のなのみ～ず便りは  
 9月発行予定です

パン粉と油を使いますが、フライと比べ、ヘルシーで衣もかたくならずお年寄りにも、食べやすい仕上がります。刻んだトマトやオリーブオイルを上からかけると更にしっとりやわらかく、味や盛り付けのアクセントにもなります。