

2026 節分 希望に満ちた開運の年。南南東へ向かい恵方巻を食す



唐突な衆議院の解散で、各党のマニフェストへ期待を寄せる方、準備を進めていたイベントの変更を強いられて迷惑を被る方。様々な思いを抱く選挙前。そんな如月のうおづみでは、これを抜きに春は訪れぬと節分のイベントを開催しました。

昼食はもちろん恵方巻。各人のお腹に合わせて4切れから7切れまで提供量を広げました。今年の恵方・南南東へ向かい、ガブッ。思わず「うま(午)い！」

そして、豆まきです。デイサービスでは赤鬼・青鬼の2匹が、ユニットでは赤鬼が暴れます。皆様の力強い「鬼は外」で見事鬼退治成功。これで、選挙結果に関わらず、うおづみも、我が国も、開運間違いない！



最強寒波の中でも明るく、ドラ焼きを焼いて食べて、寒さをぶっ飛ばせ！



1月22日の出来事を紐解けば、1887(明治20)年に文明開化の象徴・鹿鳴館で我が国初の白熱灯が点灯された日だということがわかりました。その139年後、デイサービスうおづみではみんなでドラ焼きを焼いて食べました。外は強い北風が吹く寒い日。でも、鉄板からジワッとあがる湯気とアソコの風味で、寒さなんかぶっ飛ばせ！「みんなで焼いたドラ焼きをかじってみれば、笑顔開花の味がする。ニコッ」と言った方がおられたとか。上の写真で想像して下さいませ。

若人学ぶうおづみに、甘味一閃！オムレット



大好物を食べると、脳内でドーパミンやセロトニンのような「幸せホルモン」が分泌され、気分が良くなることが報告されています。

明商福祉科の実習生が学ぶうおづみの2Fでは、1/28(水)ともにケーキづくりをして親睦を深めました。普段は嚥下食を召し上がる方もカロリー制限を受けている方も、この日は無礼講。キラリ一閃する甘味をお楽しみいただきました。



厨房だより 最強かつ最旨のジンギスカンを味わい、防寒へ臨戦態勢



最強・最長の寒波が来るとの予報が伝わった
1月20日(火)は、穏やかな日和に恵まれました。この日のランチはジンギスカン風。北国・
北海道の郷土料理、もしくはモンゴルから
伝わったとされる羊肉鍋です。

一口頬張ると、肉汁があふれてジューシーな
こと。加えて柔らかな食感。箸が止まりません。

マカロニサラダ、冷奴、中華スープ
が彩りをプラスして、
最強・最旨！の昼
食。防寒への臨戦
態勢は整いました。



メニュー・カミングスーン

2/11(水) いなり寿司、かに玉あんかけうどん他

2/14(土) 《バレンタインデー》オムライス他

《ご当地フェア・愛媛県マンスリー》

・2/17(火) 金時豆入りちらし他

・2/23(月) 八幡浜ちゃんぽん他

2/21(土) やきそば、菜飯他

3/3(火) 《桃の節句》ひなちらし他

3/14(土) 《ホワイトデー》

とっておきの

洋食



歌は世につれ、世は歌につれ…歩く速度で歌ってアン暖テ

戦時中も、一応平和な今も、歌声が止む時代はありません。調子がいい時思わず出る鼻歌、沈んだ気分に勇気づけてくれる歌…悲喜こもごもですね。

ところで、「北国の春」「旅の夜風」「リンゴの唄」など、ポップスが入って来る前の歌にはアンダンテ(歩く速度)のリズムが多い印象があります。

1/25(日)、3・5丁目の皆様でカラオケ大会を開催しました。以前からご要望を多くうかがっていたイベントです。

久しぶりのマイクを前に戸惑い気味だった方も、徐々に感覚を取り戻して2曲・3曲と。あっという間におひらきとなり、次回開催への夢が膨らみます。今日はしっかり歌ってアン・暖・テ。ハートの芯までポッカポカです。

宴

ムスカリやチューリップが芽吹くうおづみ

【散髪】2/20(金)、3/13(金)、4/17(金)

【オカリナLIVE】2/19(木)14時～地交室

編集後記

今度こそはしっかりと断捨離しようと臨んだ年末の大掃除。自分にしては結構沢山処分できたと思ったのですが、掃除後の部屋を見渡してもあまり変わり映えしないようです。う~ん、なんで？

職場のデスク周りも、物で溢れかえっています。どこにかせるとあきれ顔をされるばかりですが、どれも必要な物なんです。捨てられない症候群？整理整頓できていないから、肝心な時に必要な物の在処が？なんてことも多発。でも、選挙運動などで配っているティッシュはもらいませんよ。溜め込むのがわかってますから。

春近し。重いコートを脱ぎ捨て、軽快に進みましょう！

▲衆院選不在者投票(2/5)



▲つまみ、消毒用アルコールも忘れず用意しました



▲▼睦月のバースデー

