

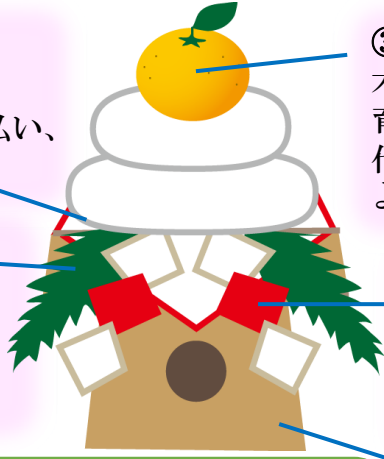
# おやまだ給食だより

2015年  
1月号

## 12月の行事食のご紹介

# 謹賀新年、今年もよろしくお願い致します。

日本には年が明けると神様が来るといいうい伝えがあります。そのときに、神様を迎えるお供えものとして、鏡餅が飾られています。



①四方紅 (しほうべに)  
四方を紅で縁取ることで、天地四方の神を拝し災いを払い、一年の繁盛を祈願する。

②裏白 (うらじろ)  
古い葉と一緒に新しい葉も伸びてくるので、久しく栄えるようにという意味が込められている。

③橙 (だいだい)  
木から落ちずに大きく実りが育つことにあやかり、代々 (だいだい) 家が栄えるようにと。

④御幣 (ごへい)  
四方に手を広げて繁栄するようにと願いが込められている。紅白の赤色には魔よけの意味もある。

⑤三方 (さんぼう)  
尊い相手に物を差し出すときは台に乗せて出すのが礼儀ということで使用。

鏡餅が丸い形なのは夫婦の円満、重ねてあるのは一年をめたく重ねるの意味があるそうです。また、まん丸の形のお餅は、神様が宿るとい伝えられている「鏡の形」に似ていたからという説もあります。

行事食：クリスマス献立



行事食：冬至



御一日献立



通所リハ：お楽しみ食



行事食：天皇誕生日



鍋の日：豚肉の味噌鍋



## 一月の行事食

12月7日 元旦献立  
11月7日 七草  
11月1日 鏡開き  
成人の日

## 祝箸の両側が細くなっているのはなぜ？



祝箸は、両方が細くなっているのが特徴的。大皿料理などを食べる時に、持ち手を取り箸として使うことがあります。祝箸でも同じように使う方がいますが、持ち手が細くなっているのは、料理を取り分けるためではなく、神様が使うために細くなっています。

お正月は年神様が来ると言われていて、その年神様と一緒に節料理やお雑煮を食べるために祝箸を使います。神様と共に食事をするので、神様のご加護を受けたり、神様と喜びを分かち合うというのが、祝箸を使う理由のひとつです。

今月の旬 **金目鯛** (きんめだい)  
きれいな朱色をしていて、金色の大きな目が特徴。鯛という名がついていますがタイ科の魚ではありません。深海魚で水深400〜600mの水域に住んでいます。



## 栄養相談を受けてみませんか？

★外来患者様へ★  
血糖値が気になる、血圧が高い、などでお困りではありませんか？お気軽に栄養相談にお越しください。管理栄養士が、できるだけわかりやすくお話しします。ご希望の方は担当医にご相談ください。

★入院患者様へ★  
お食事のことでご相談があれば担当栄養士が伺いますので病棟スタッフに声をかけてください。