

おやまだ給食だより

2016年
5月号

新緑に太陽の光がキラキラ反射して、清々しい季節になってきました。

皆さんは、「夏も近づく八十八夜〜♪」という歌いだしでお馴染みの「茶摘み」という歌をご存知ですね。2016年は5月1日が八十八夜となります。今回は、少しお茶の紹介をします。

お茶について

お茶は、全て同じお茶の葉から作られていますが、加工方法の違いによって「緑茶」になったり、「ウーロン茶」になったり、「紅茶」になったりします。

「緑茶（不発酵茶）」

- ①蒸す→②揉む→③乾かす

「ウーロン茶（半発酵茶）」

- ①萎れさせる（発酵）→②炒る→③揉む→④乾かす

「紅茶（発酵茶）」

- ①萎れさせる（発酵）→②揉む→③萎れさせる→④乾かす

当院は、「ほうじ茶」を使用しています。

漢字で「焙茶」と表記されることもある「ほうじ茶」。煎茶、番茶、茎茶などをキツネ色になるまで強火で炒って（ほうじて）、香ばしさを引き出したお茶のことです。この他に、煎茶や番茶の仕上げ加工工程で選別した形の大きい葉や茎を混ぜ合わせ、炒ったものも含まれます。ほうじ機でほうじ香が生じるまで高温で加熱し、すぐに冷却されます。炒ることによってカフェインが昇華（固体から気体に直接変化する現象）して、**香ばしさとすっきりとした軽い味が楽しめます。**



「お茶にまつわる言葉・ことわざ」

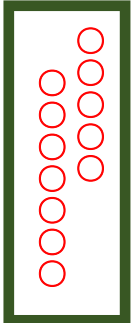
朝茶は福が増す

朝に茶を飲めば、その日一日の様々な災難を逃れることができるという意味で、昔から朝茶は良いものとしており、信仰のようなものさえあったようです。そこから、神仏から恵み与えられる幸運を意味する「福」が増すと表現されたのかも知れません。



【同義語】朝茶に列れるな

○の中に言葉を入れて下さいね。（漢字含む）



【意味】適当なことを言ったり、いかげんなことをしたりして、その場をつくらってごまかすことの例えです。

お茶を濁す

以外に思い浮かびましたか。答えは、左下にあります。



四月の行事食のご紹介



御一日献立



行事食：昭和の日



通所：お楽（み食）

五月の行事食

- 一日 御一日献立
- 三日 憲法記念日
- 四日 みどりの日
- 五日 こどもの日

【答え】

金の茶釜の

七つもあろうよう

管理栄養士による栄養相談を行っています

- ★個人栄養相談★
患者様の病状に合わせて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。