



のどか
Communication

Vol. 7
1月号

非営利型一般社団法人 のどか
〒410-0054
静岡県沼津市北高島町21-42 くまたかビル3階
TEL 055-946-5546 FAX 055-946-5547

のどか トピックス

1月は各施設・事業所から
新年のご挨拶です。

のどかの家 沼津

「新年を迎えて」

迎春の候、時下ますますご清祥の段、お慶び申し上げます。毎度格別のお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。
思い起こせば、昨年の8月にグループホームのどかの家 沼津に配属になり、早いもので半年が過ぎようとしています。
やっと、「管理者」から「石山さん」と呼ばれ始め、馴染みの顔の一員になれたのかなと思っております。
昨年は、有名人の突然の死去や、領土問題、政権交代等々、慌ただしい一年でありました。
平成25年を迎えて、私が掲げる目標は「まず、やってみよう。」です。やっと慣れ始めたのどかの家 沼津で、
日頃から頑張ってくれている職員とそれを誇かく見守って頂いているご利用者様と、皆さん一緒になって笑顔が溢れる施設に
したいと思います。「辛くても忙しくても、みんながいるから頑張れる」そんな施設でありたいと思います。
今後ともご指導、ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

管理者 石山 英雄

のどかの家 熱海

新年あけましておめでとうございます。
昨年は「地域に根差したグループホーム」を目標にボランティアの方の来訪や地域の方との交流を深めることが出来ました。
今年は3年目を迎えますので、私自身また職員の向上を目標に利用者様、ご家族様、地域の方々に安心して頂ける
グループホームとなるよう取り組んでまいります。
今年もよろしくお願い致します。

管理者 松根 佳子

アイズ 介護用品

あけましておめでとうございます。
昨年も皆様のおかげで事業所の運営を遂行する事が出来ました。
本年は1人でも多くの方に「その人らしい生活を送れる為のお手伝い」が出来るように日々努力し、
又、「アイデアとコラボ」をキーワードに、私達事業所だから出来る可能性を見出し、行動し、
そして1人でも多くの方に精一杯のサービスを提供出来るようにしたいと考えております。
簡単ではありますが本年もアイズ 介護用品を宜しくお願い致します。

管理者 山田 邦廣

おまけ

自己紹介…(アイズ 介護用品:山田 邦廣の取扱説明書)

私は、(自称)社内一の剛力?アイズ 介護用品 山田 邦廣(やまだくにひろ)と申します。

趣味:アームレスリング、釣り

性格:おちゃめ、照れ屋、女性に弱い、食いしん坊、おだてると喜ぶ、涙もろい

事業所職員から見た管理者:見た目が年下の男性N氏より…頼りがいのあるお兄さんです。

自然を愛する女性S氏より…いつも面白い管理者さんです。

のどか写真館

1月はのどかの家沿津
の様子をお伝えします。

12月冬休み前に、原東小学校の生徒さんが、体験学習に来てくれました。





のどか1月&2月カレンダー

1

1日(火)
5
3日(木)

のどかの家沼津
お正月・書き初め
のどかの家熱海
お正月

21日(月) のどかの家沼津
田沢医院 訪問診療

6日(日)

のどかの家沼津
DVD鑑賞

25日(金) のどかの家熱海
運営推進会議

7日(月)

のどかの家沼津
田沢医院 訪問診療

31日(木) のどかの家熱海
湯河原ファミリークリニック 訪問診療

18日(金)

のどかの家沼津
沼津市相談員様 来訪

のどかの家沼津 新年会
日付未定
(1月開催) 移動美容室

17日(木)

のどかの家熱海
湯河原ファミリークリニック 訪問診療

のどかの家熱海 新年会
日付未定
(1月開催) 誕生日会

2

のどかの家沼津 節分
日付未定 田沢医院 訪問診療
(2月開催) 運営推進会議

のどかの家熱海 節分
日付未定 湯河原ファミリークリニック 訪問診療
(2月開催) 移動美容室

日本には四季折々の年中行事があります。本来、年中行事は「神様を呼び、ご馳走を捧げる日」で、「ハレの日」とも呼ばれ、食卓には普段にはないご馳走が並ぶ日でした。農耕民族であった日本人にとって季節の変化は稲作を中心とする農耕手順の目安になるもの。その目安となる日に行事を行い、収穫に感謝してきました。また、季節の変わり目は体調を崩しやすく、そのため季節の変わり目に「ハレの日」というご馳走を食べる日を設け、体に栄養と休息を与えてきました。行事食は、体調を崩しやすい季節の変わり目を乗り切る「食の知恵」でもあったのです。現代は飽食の時代と呼ばれるように、毎日が「ハレの日」のような食生活です。飽食を戒め、今一度その食の知恵を見直してみましょう。

おせちって??



★由来

「おせち」は、「御節供（おせちく、おせつく）」の略であり、中国から伝わった五節供の行事に由来するといわれています。元々は季節の変わり目の五節句（人日・桃の節句・端午の節句・七夕・重陽の節句）に年神様に供える食べ物でしたが、年に何回かある節句の中で、特に正月が重要な節句ということから正月に限定するようになりました。現代のおせち料理は正月の三が日に食べますが、松の内まで人を招くことを「おせち」「おせち振舞」「おせち飯」と呼びました。椀飯は鎌倉時代以降、武家の間で行われたきょうちゆう饗応のスタイルで、年頭に目上の人を招いてもてなすことを「おせち椀飯振舞」といいました。現在のようなおせち料理が広まったのは江戸時代といわれています。

★重箱への移行

日持ちのする材料で作ってあるので、家族が食べる他に、お客様にも出せるように重箱に詰めるのが一般的となっています。また、重箱につめるのは、めでたさを重ねるという意味も込められています。正式には四段重ですが、五段重という説もあります。重箱におせち料理を詰めるようになったのは明治時代以降のことといわれています。重箱に御節を詰める手法が完全に確立した時期は、第二次世界大戦後でデパートなどが見栄えの良い重箱入りのおせち料理を発売したことによるともいわれています。正月料理の重詰めについては、江戸時代の文化・文政年間の料理茶屋における料理の影響を受けているとみる説もあります。



★縁起の良いおせち料理のいわれ

おせち料理の基本は、祝い肴三種（三つ肴、口取り）、煮しめ、酢の物、焼き物です。地方により構成は異なります。三つ肴の内容は関東では黒豆、数の子、ごまめ（田作り）の3種、関西では黒豆、数の子、たたきごぼうの3種であるとされています。一つ一つの料理は、火を通したり干したり、あるいは酢に漬けたり味を濃くするなど、日持ちする物が多いです。これは、歳神様を迎えて共に食事を行う正月の火を聖なるものとして捉え、神と共食する雑煮を作る他は、火を使う煮炊きをできるだけ避けるべきという風習に基づいて作られました。



★代表的なおせち料理の内容を一部紹介します。

【紅白蒲鉾】 紅白は祝いの色

蒲鉾は「日の出」を象徴するものとして、紅はめでたさと喜びを、白は神聖を表します。



【伊達巻】 長崎から伝わったシャレた料理

江戸時代、長崎から江戸に伝わった「カステラ蒲鉾」が、伊達者たちの着物に似ていたのが伊達巻と呼ばれるようになったようです。昔は大事な文書や絵は巻き物にしていたようです。



【栗金団】 豊かさを勝負運を願って

黄金色に輝く財宝に例えて、豊かな1年を願う料理です。



【黒豆】 元気に働けますように。

「まめ」は、丈夫・健康を意味する言葉です。「まめに働く」などの語呂合わせからも、欠かせない料理です。



【昆布巻き】 日本料理の必需品、昆布で健康長寿を

昆布は「喜ぶ」の言葉にかけて、正月の鏡飾りにも用いられている一家発展の縁起物です。



【田作り】 小さくても尾頭付き

ごこくほうじょう五穀豊穰を願い、小魚を田畑に肥料として撒いた事から名がつけました。



【数の子】 子宝と子孫繁栄を祈る

数の子はニシンの卵で、二親から多くの子が出るのでめでたいとおせち料理に古くから使われてきました。



【鱒(ぶり)】 将来の出世を願って

出世を祈願。出世魚なので、縁起がよいとされています。



【えび】 長生きの象徴

えびは、長いひげをはやし、腰が曲がるまで長生きすることを願って、正月料理やおせち料理に使われます。



【紅白なます】 紅白でおめでたいさっぱり料理

生の魚介と大根、人参と酢で作ったことから「なます」の名がつけられました。現在は魚介の代わりに、干し柿や昆布、ゆずの千切りも用いられます。



★餅(鏡餅と雑煮)

餅は、昔から神様に捧げる神聖な食べ物として考えられ、祝い事や祭りの日には欠かせないものでした。昔は、多くの家で正月用の餅つきをしましたが、12月31日につくのを一夜餅、29日につくのを苦餅とっていました。正月に、年神様に供える餅が鏡餅で、1月11日の鏡開きまで、床の間や各部屋に飾ります。

雑煮は、年神様にお供えした餅を野菜や鶏肉、魚肉などと一緒に煮込んで作る料理です。地方色豊かな料理で、主として白味噌仕立ての関西風、醤油仕立て(すまし汁仕立て)の関東風と大きく分けられます。餅の形も関西では丸餅、関東では切り餅(のし餅、角餅)が一般的です。関西で丸餅を使うのは鏡餅をかたどっているためといわれています。



のだかのお知らせ

のだかから1月のお知らせです。

のだかの家熱海より お知らせ

募集 現在空室予約受付中!

のだかの家沼津よりお知らせ

募集 現在空室予約受付中!

アイズ介護用品より お知らせ

販売 アイズ介護用品では数々の品を
他社よりも低価格で提供しております。
明るく元気で経験豊富なスタッフが、
お待ちしております!

編集後記

あけましておめでとうございます。みなさま、年末年始はどのように過ごされましたか？去年の年末は、仕事納めに職員全員で昼食会をしました。パン焼き機や手作りの漬物などを持ち込み、手作りの昼食会で、どれもこれもとてもおいしくいただきました☆そのあとは、プチゲームでピコピコハンマーを使い『たたいて・かぶって・ジャンケンポン!』をしました。総勢約20名のトーナメント戦。わたくし、見事4位に輝き…商品をGETしました!

まだまだ反射神経は衰えてなかったようで…。締め小さな幸せ。なんだか、2013年は良いことがありそうです☆今年もどうぞよろしく願いいたします。(橙)

非営利型一般社団法人 のどか

のどか事務局

〒410-0054
静岡県沼津市北高島町21-42 くまたかビル3階
TEL 055-946-5546 FAX 055-946-5547

地域密着型施設

グループホーム
のどかの家沼津

〒410-0306 静岡県沼津市大塚1127-3
TEL 055-968-7588 FAX 055-968-7588

グループホーム
のどかの家熱海

〒413-0001 静岡県熱海市泉415-169
TEL 0465-43-9564 FAX 0465-63-3202

事業所

福祉用具販売・貸与
アイズ介護用品

〒410-0055 静岡県沼津市高島本町3-18
TEL 055-926-1235 FAX 055-926-1236