

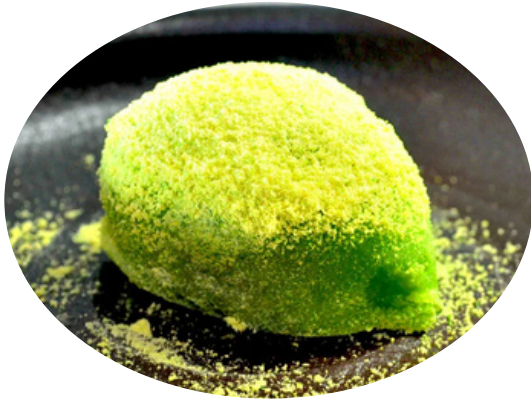


Vol.165
2025年2月



Cover Sweets

うぐいす餅



小豆こし餡ときな粉の風味、
やわらかなうぐいすの形状が人気のお菓子です。

うぐいす餅の由来のひとつとして主流なのが、
1580年代に豊臣秀吉が命名したという一説。

こし餡を餅皮で包みきな粉をまぶした物だったそうで、
それを絶賛した秀吉が「鶯餅」と名付けたそうです。

フローレンス川島田



デザートは
別腹



先日、入居者様の外食にお供させていただきました。「うどんが食べたい」とのリクエストから、うどん
が食べられるお店に行きました。量の多さに驚かれていましたが、しっかりと完食されていました😊



うどんを目の前にニコッと微笑んでくださった〇様

「うどんだけでお腹いっぱいになるから デザートは
食べられないよ😞」とはじめておっしゃっていた〇
様でしたが…

やっぱりデザートは別腹なのでしょうか？
プリンを選ばれました🍰🍮

「次はカツ丼！」と〇様。カツ丼の美味しいお店も
リサーチしますね👍たくさんお話が出来て楽しかった
です！また行きましょう！😊



フローレンス南箱根



手作り スイーツ



先日、弊社の管理栄養士がF南箱根とF富士の郷へ出向き、手作りおやつを提供を行いました。
今回のおやつはどら焼き♪ 皆様とても美味しそうに食べていました◎



フローレンス富士の郷



イー・ケア座間

晴れ渡った元日に、初詣に行ってきました😊
清めたお米を頂いたり、甘酒も飲んできました🍶
参拝もされ、皆様は何をお願いされたのでしょうか🌟





福笑い

元日の屋下がりには、おかめとひよっとこの福笑いで遊びました😊どれも表情豊かで大盛り上がりでした!!



かるた取り

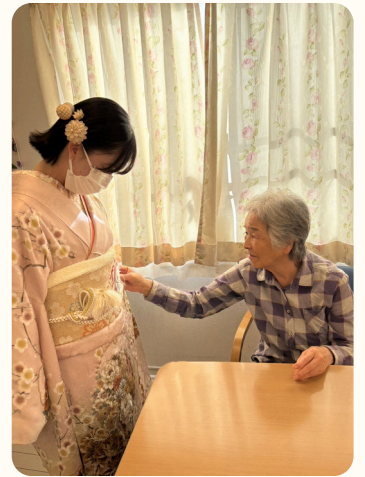
みなさんとカルタ取りを楽しみました。一喜一憂しながらも、笑顔あふれる和やかなひとときでした😊



成人の日



職員のご息女の方が成人式帰りにイー・ケアに遊びに来てくれました◎振袖を披露すると「綺麗ね、刺繍かしら?私も昔着たわ…昔に戻りたい。」など、昔を思い出されとても喜ばれました🍀





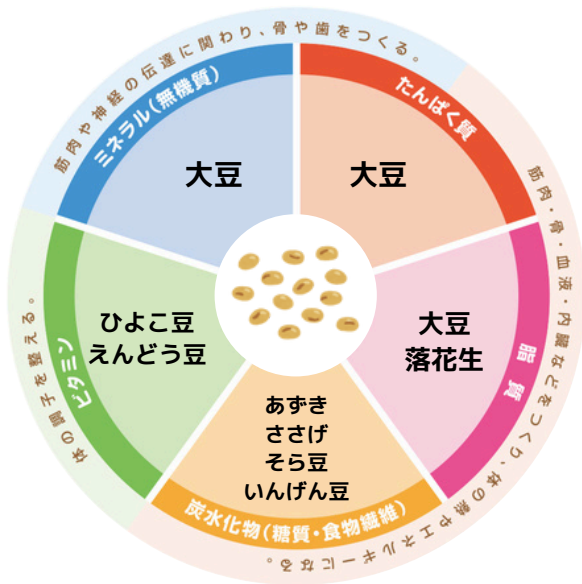
今月のテーマは…



豆の栄養



2月の行事といえば、節分を思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか。節分でも使用する大豆。大豆にはたくさんの栄養が含まれています。また、豆には大豆だけでなくその他たくさんの種類があります。今月は、豆に含まれる栄養といろいろな種類の豆を紹介します。



豆には、その小さな一粒にたくさんの栄養が含まれています。炭水化物が多く含まれるグループと、脂質が多く含まれるグループがあります。炭水化物が多く含まれるのは、あずきやささげ、いんげんまめやそら豆などです。脂質が多く含まれるのは、大豆、落花生です。また、大豆は「畑の肉」と言われるほどたんぱく質も多く含まれています。ビタミンでは、特にビタミンB群が多く含まれ、糖質の代謝や皮膚や粘膜の健康を保つ役割をします。カルシウムやリン、マグネシウムなどの骨を作ったり強くするミネラルも豊富に含まれています。



大豆

大豆の「大」という文字には、「大いなる豆」「大切な豆」という意味が込められているようで、日本に広まった当初は、豆といえば大豆を指すほど重要視されていたそうです。現在、大豆は大半を輸入に頼っており、世界では大豆は油を採る目的で生産されています。

小豆

日本では、縄文時代から古墳時代前期までの遺跡から小豆の炭化種子が見つまっているそうです。古来から人々の生活と密接に関係しており、小豆の赤色に魔除けなどの神秘的な力があると信じられ、行事や儀式で使われてきました。今でも、お祝いの食事には欠かせません。





花豆

主産地は北海道などの寒い地域。赤又は白の大きな花をたくさん咲かせることが豆の名前の由来になっています。日本に伝わった当初は、花を愛でる観賞用として育てられたそうです。高級和菓子の白あんの材料に使われたり、煮豆として食べられています。

落花生

落花生は脂質を多量に含むことから、国際的には大豆、ひまわりに次ぐ重要な油料作物となっていますが、国産の落花生はほとんどが食用です。日本では関東以西、千葉県を中心に茨城、神奈川などで栽培されています。



白いんげん豆

手亡（てぼう）とも呼ばれ、大福豆や白金時豆などを総称して「白いんげん豆」とされることもあります。諸外国では日常的に料理に使用されますが、日本ではその美しい白色を活かして大部分が白あんの原料となります。

ひよこ豆

ひよこ豆は、豆の中心あたりによく目立つ鳥のくちばしのような突起があり、文字通りひよこのような形をした豆です。日本での生産はほとんど行われておらず、メキシコ、アメリカ、カナダなどから輸入されたものが流通しています。食感が栗に似ていることから、くり豆と呼ばれることもあます。



そら豆

日本では明治時代になってから本格的な栽培が始まりました。フライビーンズをはじめとする炒り豆菓子の代表的な原料となるほか、甘納豆や餡にも使われ、大粒種を甘く煮てお多福豆が作られます。また、香川県では醤油豆に加工されます。

参考：公益財団法人日本豆類協会 <https://www.mame.or.jp/>



フローレンス南箱根

静岡県田方郡函南町
平井1690-37
TEL:055-974-1323



りなの森

静岡県沼津市
大諏訪234
TEL:055-952-7770



フローレンス川島田

静岡県御殿場市
川島田796-1
TEL:0550-84-7099



フローレンス新富士

静岡県富士市
宮島993-1
TEL:0545-64-2827



フローレンス富士の郷

静岡県富士宮市
万野原新田4068-9
TEL:0544-58-9605



デイサービス

わくわくデイサービス富士宮

静岡県富士宮市
ひばりが丘884
TEL:0544-66-9170



デイサービス イー・ケア中里

静岡県富士市
中里172-7
TEL:0545-32-6653



グループホーム

イー・ケア中里

静岡県富士市
中里172-7
TEL:0545-32-6654



イー・ケア座間

神奈川県座間市
栗原中央3-10-1
TEL:046-257-1226



[函南町] ポプラ訪問介護ステーション南箱根

TEL:055-974-1323

[富士市] わくわく訪問介護ステーション富士

TEL:0545-30-7158

[沼津市] ポプラ訪問介護ステーション沼津

TEL:055-924-3871

[富士宮市] ポプラ訪問介護ステーション富士宮

TEL:0544-66-9170

[御殿場市] きらら訪問介護ステーション

TEL:0550-88-8611

訪問介護事業所

居宅介護支援事業所

[富士市] あおい居宅介護支援事業所富士
TEL:0545-30-7158

[沼津市] あおい居宅介護支援事業所
TEL:055-924-3871

[三島市] あおい居宅介護支援事業所三島
TEL:055-955-7350

介護用品

[富士市] ゆい介護用品
TEL:0545-32-9387

株式会社イー・ケア

〒410-0055

静岡県沼津市高島本町16-16 高島本町ビル2階

TEL:055-924-5218 FAX:055-926-6730

URL:<https://www.e-care.co.jp/>

入居相談・施設見学予約受付中!

0120-968-758

HPからも資料請求ができます。
お気軽にお問い合わせください。

