

# あおやま通信

この4月で老健あおやまも8年目を迎えました。これもひとえに利用者様、それを支える御家族様、そして地域の皆様のご支援あってこそだと思います。これからも困っている方々の助けになれるよう努力してまいります。

## ひな祭り

今年もひな祭りのお祝いをしました。また当日はちらし寿司、あま酒、ひなあられを提供させていただきました。

以前いただいた手作りのひな人形です。  
毎年使わせていただいております。



## ～栄養課便り～

すっかり春らしい暖かい季節となりました。今回は、開設記念日に提供した『刺身』についてご紹介します。

刺身という言葉は、様々な種類の魚の切り身を皿に盛り付ける際に、魚の種類を区別しやすくするため、その魚のヒレを切り身に刺して出した事から由来しています。次第に本来のヒレを刺す風習がなくなり「刺身」という名前だけが今に残ったと言われています。「刺身」の事を「切り身」と言わないのは、武家時代に「切る」という言葉が人を「切る」に繋がるという事で忌み嫌われていた事に由来しています。

また、刺身の盛り付けには「つま」が欠かせません。「つま」とは刺身に添える大根や大葉、海藻などの事をいい、盛り付けを美しく見せるために使われます。「つま」には、盛り付けの他に、毒消し（口の中を洗う）という意味があります。刺身を口に運ぶ前に大根のつまを醤油を付けずに食べると、口に残っている他の料理の味を消し、刺身の味を一層引き立たすという役割をします。



管理栄養士 奥崎 成美

## 花見



敷地内に咲いているサクラで花見をしました。満開のサクラを背に記念撮影を行いました。サクラを見た皆様の笑顔も満開でした。