

## 初詣に行きました!!

1月8日(水)

院長プログラム「初詣&ランチ」

例年の通り、今年もみんなで初詣へ行ってきました!!

当初は市内3か所を回る予定をしていましたが、前日までと一転、当日はまさかの大雪・・・!!

安全第一。出発時間を遅め、目的地も一か所のみに変更することに。

目的地は竹原地区の慈雲院とし、隣接されている乗政八幡神社も参拝してきました。圧巻の冬景色の中たたく境内はとても美しく、背筋が伸びる思いでした。

参拝後には、同じ竹原地区の岩根屋さんでランチを頂いてきました。値段もお手頃で、とってもおいしかったですよ。

今年も素敵な一年になりますように!!



1月21日(火) 鏡開き

## 鏡開き

鏡開きとは、本来お正月に神様にお供えしていた鏡餅を下げて割って食べ、神仏に感謝の気持ちを示し、無業息災などを祈って供えられたお餅を食べる行事です。

本来は1月11日に行うものですが、プログラムの都合上、DCでは21日に行いました。定番のお雑煮に加え、今年はメンバーさんのリクエストで、料理雑誌に載っていた“お餅のトッポギ風”というものを一緒に作ってみました。韓国風の甘辛いたしで頂くお餅もなかなか美味しかったですよ! お餅の消費に困っている方、おすすめですよ!!

それから、花餅のお餅もみんなで外しました。枝にしっかり付いていたため、外すには苦戦しましたが、こんなに取れました。こちらは3月に“ひなあられ”にしようと思います。お楽しみに!!



# みんなで作ったうまいもんギャラリー♪



1月10日(金)

## 『お菓子作り』

リクエストを頂き、昼休みにみんなで見ていた情報番組で紹介されていた“餅プリン”を作ってみました。味はプリンなのに、もちりしていてずっしり食べ応えがある・・・不思議プリンでした。

たまにはこんな冒険もいいですね。



1月15日(水)

## 『ベーカリーかがやき』

余ったお餅を利用して、ポンデケージョを作りました。ポンデケージョとはもちもちとしたブラジルのチーズパンです。アクセントに黒ゴマを混ぜて。お餅のおかげで一個でお腹いっぱいになる一品でした。私はドラゴンボールの“仙豆”を思い出しました(笑)



1月24日(金)

## 『カレー曜日♪』

2025年1月から新しく始めたプログラムです。月に一度、色々なカレーを作っていきたいと思っています。

第一回目はスタンダードなポークカレー♪副菜にほうれん草とゆで卵のサラダと、DC産のさつまいもを使用した大学芋を作りました。

## プログラム紹介



## お正月遊び

1月6日、かるたなど、お正月ならではの遊びをしました。

これは以前プログラムで作成したDC特製かるたです。

## ウェルネス運動

日本スポーツ精神医学会が監修して作成された運動です。DVDをプロジェクターで移して見ながら行います。リズムに乗って体を動かすのは気持ちがいいですよ!

