



令和6年 好地荘

・今年（ことし）は雪（ゆき）もあまり降（ふ）らなく暖冬（だんとう）の気配（けはい）がしていますが、気（き）を緩（ゆる）めずに「手洗（てあら）い」「うが（うが）い」の感染（かんせん）予防（よぼう）に

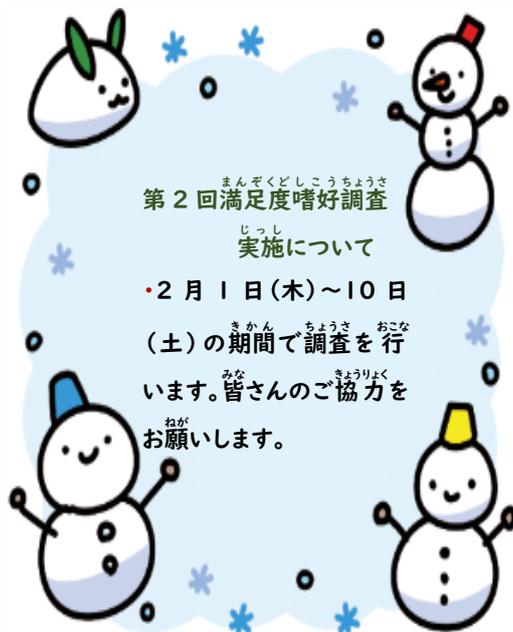
努（つと）めていきましょう。部（へ）屋（や）の中（なか）が乾（かん）燥（そう）しているとウイ（まん）ル（えん）ス（まんえん）が蔓（まん）延（えん）してしま（う）うので、定（てい）期（き）的（てき）に部（へ）屋（や）の換（かん）気（き）も

行（おこな）いましょう。



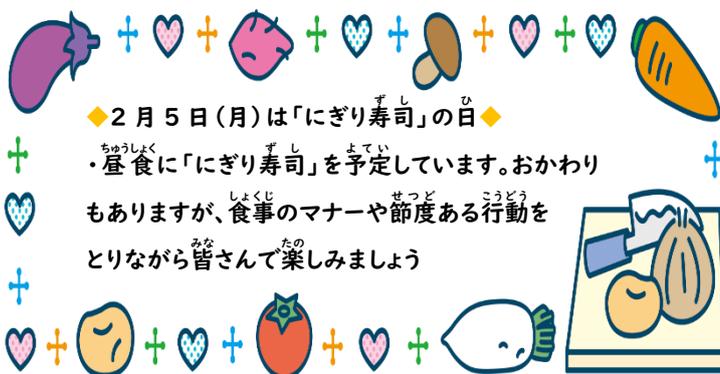
・2月3日（せつぶん）は節分（せつぶん）です。節分（せつぶん）とは「季（き）節（せつ）を分（わ）けること（こと）」を意（い）味（み）してい
ます。季（き）節（せつ）の变（か）わり目（め）には邪（じゃ）気（き）が現（あら）われ悪（わる）さをすると言（い）われていたた
め、炒（い）った豆（まめ）をぶ（ぶ）つ（つ）けること（こと）によ（よ）って邪（じゃ）気（き）を減（へ）し、1年（ねん）の幸（こう）運（うん）・無（む）病（びょう）
息（そく）災（さい）を呼（よ）び込（こ）むとさ（さ）れていま（いま）した。そ（そ）して2月（に）4日（に）に新（あたら）しい春（はる）を迎（むか）
え（え）るという昔（むかし）から（か）の風（ふう）習（じゅう）です。

・施（し）設（せつ）で（で）は豆（まめ）まき（か）の代（た）わり（わり）に「大（だい）豆（ず）」を使（つか）った献（けん）立（だて）を予（よ）定（てい）していま（いま）るの
で、大（だい）豆（ず）料（りょう）理（り）を食（た）べ（べ）て体（てい）の中（なか）から悪（わる）い邪（じゃ）気（き）を追（お）い払（はら）い（い）ま（ま）し（し）よ（よ）。そ（そ）
して今（こと）し1年（ねん）元（げん）気（き）に過（す）ご（ご）していま（いま）し（し）よ（よ）う



第2回（だい）満（まん）足（ぞく）度（ど）嗜（し）好（こう）調（ちょう）査（さ）
実（じっ）施（し）に（に）つ（つ）い（い）て

・2月1日（に）（木）（もく）～10日（に）
（土）（ど）の期（き）間（かん）で調（ちょう）査（さ）を（を）行（おこな）
いま（いま）す。皆（みな）さん（さん）の（の）ご（ご）協（きょう）力（りき）を（を）
お（お）願（ねが）い（い）ま（ま）し（し）よ（よ）う。



◆2月5日（に）（月）（げつ）は「にぎ（に）り（り）寿（す）し（し）」の（の）日（ひ）◆

・昼（ちゆう）食（じき）に「にぎ（に）り（り）寿（す）し（し）」を（を）予（よ）定（てい）していま（いま）す。お（お）か（か）わ（わ）り
も（も）あ（あ）り（り）ま（ま）す（す）が、食（じき）事（じ）の（の）マ（マ）ナー（ナー）や（や）節（せつ）度（ど）あ（あ）る（る）行（こう）動（どう）を（を）
と（と）り（り）な（な）が（が）ら（ら）皆（みな）さん（さん）で（で）楽（たの）し（し）み（み）ま（ま）し（し）よ（よ）う



今（こん）月（げつ）の（の）給（きゅう）食（じき）予（よ）定（てい）

- ・2月3日（に）（土）（ど） 節（せつ）分（ぶん）献（けん）立（だて）
- ・2月5日（に）（月）（げつ） にぎ（に）り（り）寿（す）し（し）献（けん）立（だて）
- ・2月13日（に）（火）（か） セレ（せ）クト（とく）メ（め）ニュー（ュー）
A海（あ）老（ら）チ（ち）り（り）炒（いた）め Bタ（た）ら（ら）の（の）オー（おー）ロ（ろ）ラ（ら）ソ（そ）ース（す）焼（や）き
- ・2月14日（に）（水）（すい） バレ（ば）ん（ん）タ（た）イン（いん）献（けん）立（だて）
- ・2月16日（に）（金）（きん） ご（ご）当（とう）地（ち）メ（め）ニュー（ュー）・岩（い）手（て）泉（せん）編（へん）
～味（あじ）ふ（ふ）か（か）し（し）と（と）ぬ（ぬ）っ（っ）ぺ（ぺ）い（い）汁（じゅう）～

※2回（かい）目（め）以（い）降（こう）の（の）セ（せ）レ（れ）ク（く）ト（と）メ（め）ニュー（ュー）に（に）つ（つ）い（い）て（て）は（は）週（しゅう）間（かん）
献（けん）立（だて）表（ひょう）に（に）お（お）知（し）ら（ら）せ（せ）い（い）た（た）し（し）ま（ま）す（す）。



旬（しゅん）の（の）果（くだもの）物（ぶつ）「いよ（いよ）か（か）ん（ん）」

・香（か）り（り）が（が）良（よ）く、果（か）肉（にく）が（が）ジ（じ）ュー（じゅう）シー（シー）な（な）「いよ（いよ）か（か）ん（ん）」。ビ（ビ）タ（タ）ミ（ミ）ン（ン）C（C）や（や）ク（ク）エ（エ）
ン（ん）酸（さん）が（が）含（ふく）ま（ま）れ（れ）て（て）い（い）る（る）の（の）で（で）、疲（ひろう）労（らう）回（かい）復（ふく）や（や）整（せい）腸（ちよう）作（さく）用（よう）、美（び）肌（か）効（こう）果（か）な（な）ど（ど）
が（が）あ（あ）り（り）ま（ま）す（す）。