



2月は一年でもっとも寒い季節ですが、なぜか春のような暖かな日もあり過ごしやすいですね。ただ、一段と乾燥の気になる時期でもあるので、風邪や感染症予防対策に気を配りながら元気に過ごしましょう。



金棒持って鬼退治！！



素敵な笑顔



またまた素敵な笑顔



何を作っているのかな



こんなにカワイイ薔薇になりました！



使ったボールは日光浴してからもう一消毒して片付けています



みんなのお楽しみ

毎日食べたい「縁がわごはん」



## 健康にまつわるおもしろクイズ

毎年2月3日は節分ですが、「鬼は外、福は内」と言いながら何をまくのでしょうか？

- ①胡麻 ②大豆 ③お米

答えは一番下へ↓



### Kスタッフ作

毎月の行事を可愛らしくフェルトで作成。皆さんがいつも利用している洗面台のちょうど目の高さに飾ってあります。（別名、癒しのスポット笑）

2月で34枚目。

継続は力なりですね。

是非探してみてくださいね！



今月のおやつレシピは『いちご大福』

材料 (12個分)

- ☆ヘタ取りいちご12個 ☆白玉粉100g ☆砂糖100g ☆水 150cc ☆こしあん100g(お好みで)  
☆もち取り粉(片栗粉でも可) 適量

作り方

- ①白玉粉と砂糖をビニール袋に入れて混ぜておく
- ②耐熱ボール(どんぶりでも可)に移し、水を入れ、スプーンで混ぜて、ラップをしてレンジ600wで4分
- ③トレイにもち取り粉を敷く
- ④そこに餅を落とし入れ、12等分して、熱いうちに手のひらで餅を伸ばしながら、あんこ、いちごの先端を下にして両手で包むように餅を伸ばしながら、全体を包んで出来上がり 白あんにすると上品な仕上がりになります



答え ②大豆

節分は、立春の前日という季節の変わり目の行事です。昔から季節の変わり目には、病気や災害などの予期せぬ出来事が起こりやすいとされてきました。この予期せぬ出来事(=邪気)を鬼に見立てて払うのが節分です。節分に豆まきをするのは、鬼=邪気を払うため。米や麦などの五穀には精霊が宿っているとされていて、そのなかでも粒が大きく、多くの精霊が宿るといわれているのが大豆。そのことから、節分の豆まきには大豆が使われるようになったそうです。