



1月のオアシスだより

2023. 12. 23発行
オアシス井田

新しい年を祝い、お正月に食べるおせちは正月ならではの食べ物で、楽しみにしている方も多いのではないのでしょうか。おせち料理には大きく分けて「祝い肴」「口取り」「焼き物」「酢の物」「煮物」の種類があります。地域、家庭により20~30品を準備します。「祝い肴」は、これに餅があればおせちの体裁が整うとされています。関東では黒豆と数の子、田作りの三品で、関西では黒豆と数の子、そして、たたきごぼうの三品とされています。「口取り」は、かまぼこや昆布巻きといった酒のつまみになる料理です。「焼き物」は、鯛や鰯といった魚や、海老、アワビやハマグリ等の貝類を使った料理です。特に形の良い鯛を焼いた祝い鯛はおせち料理を華やかに彩ります。「酢の物」は、紅白なますや菊花かぶといった箸休めになる料理です。「煮物」は、煮しめや蓮根、くわいといった根菜や芋の煮物料理です。



1月の予定表

※自主製品プログラム（月・水・金/午前 火・木/午後）

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-----------------|--------------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------|------------|
| 31 | 1 閉所 冬期休暇 | 2 → → | 3 → → | 4 PM 書初め | 5 おあしす ヘルスチェック | 6 |
| 7 | 8 成人の日 | 9 AM 生ジュース PM ウォーキング エクササイズ | 10 AM ミーティング | 11 PM パナポート | 12 PM DIYプロジェクト | 13 |
| 14 | 15 AM 冬の散歩会 | 16 AM アロマ PM パソコンC | 17 | 18 AM 音楽教室 | 19 | 20 ミニレク |
| 21 | 22 PM SNS 研究 | 23 PM おしるこ会 | 24 PM ワーサポと ポウリング交流会 | 25 AM 生ジュース PM パソコンC | 26 | 27 |
| 28 | 29 PM ミーティング | 30 PM ティータイム | 31 | | | |

