

風の便り 2月号

啓心会病院 栄養科発行



●栄養科の取り組み●

まだまだ寒い日が続いております。栄養科では前回に引き続きノロウイルス感染予防対策を行っております。厨房施設だけでなく、日常生活にて注意しなければならない事として、①手洗いの徹（帰宅の際、調理・食事の前、トイレ後、二枚貝取り扱い後、掃除の後、吐物等の処理後）②二枚貝は生で食べない（十分な加熱調理されていることを確認）という取り組みを行っております。

厨房施設だけでなく自分たちの日常生活からの感染予防にも努めております。

●知っときたい栄養メモ● ～節分～



節分とは、**節**(季節の節目)**分**(分け目)。つまり季節の分かれ目を意味しており、立春、立夏、立秋、立冬の前日は全て節分でした。特に春の節分は、新しい年の始まりと考えられ、そのため節分というと春を指すようになりました。

豆まきをするのは立春の前日です。

炒った大豆を撒き、蒔かれた豆を、自分の年齢（数え年）の数だけ食べます。

また、鬼に豆をぶつけることにより、邪気を追い払い、一年の無病息災を願います。