

みぬま 食ネット



発行
老人保健施設
みぬま 食養部門
このニュースはみぬま
HPにも掲載されています
<http://rouken-minuma.jp/>



夜空に想いを・・・



7月7日、七夕。短冊に願いごとを書き笹竹に吊るす・・・あまり気にせずに行つて来ましたが、なぜ、笹竹？なぜ短冊に願い事？なのでしょう。不思議ですね。でもこれにはきちんとした理由がありました。

「笹竹」・・・中が空洞になっているので神さまが宿しているとも考えられており、神聖なものとして扱われていたようです。竹はまっすぐに天に伸びて生えているから「願いが空にきちんと届きますように」という意味を込めて、特別に神秘性を兼ね備えた笹竹に短冊を吊るす習慣が出来たとされています。

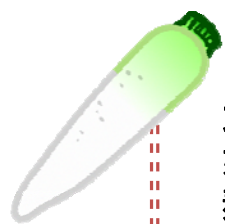
「短冊に願い事」・・・江戸時代、一般庶民に広まったときは絹や布を飾りとしていましたが、高価だったので紙に代わり、これが短冊になり願い事を書くようになったそうです。「五色の短冊」と歌にもあるように短冊には5色あり、これは五行説「木(青)、火(赤)、土(黄)、金(白)、水(黒)」からなり、それぞれ「(青)人間力を高める。」「(赤)祖先への感謝。」「(黄)友人を大切にする。」「(白)決まり事を守る。」「(紫)学業の向上。」で願いごとは内容に沿った色で書くとよいとされています。

7月7日は「七夕の行事食」を行います。天ぷらにうどん、冬瓜を使い夏らしい献立に仕上げました。どうぞご賞味ください。食養部門一同



★切り干し大根もどき

捨てるものでもちょっとした工夫で。



大根の皮
好みの材料
麺汁の素
砂糖
サラダ油

★材料

適量
適量
表示の希釈
適量
適量



老健みぬまでは、利用者様の食事についての相談を調理師が承っています。お気軽にご相談下さい。

★作り方

- ①大根はきれいに洗ってから皮を剥く。
- ②皮を剥いた大根は別の料理に使用
- ③皮を網やザルに重ならないように広げ、2～3日風通しの良い場所で干す。
- ④乾いてきたら、裏面にひっくり返しておく。
- ⑤干したものを食べやすい大きさに切って、油でいためる。
- ⑥ ⑤に好みの材料を入れ、しんなりするまで炒める。
- ⑦ ⑥に水を浸るくらい入れてから、調味料を入れ、味が染みるまで煮る。
- ⑧器に盛り付ける。

注)病態に応じて、使えない食材などもあります。医師との相談の上、お使いください。