



# 花 檯 だ よ り



令和7年 12月 第300号

12月となり、そろそろ街中ではクリスマスソングが聴かれる季節となりました。今年も振り返ると大阪万博や総理大臣の交替など色々なことがありましたね。皆様にも様々な出来事があったのではないのでしょうか？今年も残りあとわずかです。これから寒さも益々厳しくなり、インフル等の感染症も流行してきます。どうぞ体調を崩さぬよう十分に注意し、良い年末をお過ごしください。

## イ ベ ント 紹 介

【1階 デイケア】 11月の日曜デイでは“クリスマス飾り製作”に挑戦して頂きました。最初は「工作は苦手。」「こんなお洒落なもの作れるのかな。」など不安の声もありましたが、紙をねじったり、貼り付けたりと出来る事を頑張って頂きました。皆様のクリスマスツリーが完成すると、「何でもやってみるもんやな。」と満足したご様子でした。今回は指先を沢山使う、頭の体操にも良い活動となりました。昼食は“秋の味覚御前”でした。「色ご飯すきやわ〜。」「茶碗蒸しも好物！」と、ワイワイお話されつつ最後まで食事を楽しんでおられるようでした。



### 【2階・3階フロア】

11月もお誕生日会を行いました。各フロアでお誕生日の方々にメッセージカードやケーキでお祝いすると、「ケーキなんて中々食べれないからうれしい。」「何か照れくさいな。」など楽しそうなご様子でした。毎回の誕生日ケーキを楽しみにされる方も多く、美味しそうに召し上がっておられました。12月には季節のイベントとしてクリスマスがあります。フロアでも入所者様に、その雰囲気を感じて頂けるよう、皆様と一緒にツリーを飾っています。寒さが厳しくなる季節ですが、入所者様、またご家族様もお体に気を付けて、暖かい時間を過ごせればと思います。



〒634-0828 奈良県橿原市古川町 395-1



介護老人保健施設 花 檯

TEL:0744-26-1371 FAX:0744-26-1372



【各サービス】 入所療養介護100床（ショートステイを含む）通所リハビリテーション50

# 大和寒熟ほうれん草をご存知ですか？



冬の寒さにじっくりさらされた「ほうれん草」は、甘みがぐっと増して栄養価もアップします。特に奈良県の山間部で育つ「大和寒熟ほうれん草」は、えぐみが少なく、濃厚な味わいが特徴で、糖度 10%以上のものだけが認定される冬限定の特別なほうれん草！  
今回はこの「大和寒熟ほうれん草」をご紹介します。



## 大和寒熟ほうれん草の育て方



### ① 寒さを活かした温度管理

一般的な冬のほうれん草は暖かいハウスで育てますが、「大和寒熟ほうれん草」は夜間に冷氣（-3～-5℃）を当てて育てます。寒さにより糖を蓄え、甘みが増します。

### ② 冬季限定ブランド出荷

12月下旬～2月下旬のみ出荷。最も甘くなるのは1月下旬～2月初旬。  
一般的なほうれん草の糖度は約 7%、寒熟は 10%以上。過去には\*\*15%\*\*を記録したこともあり、いちご並みの甘さです。



### ③ じっくり育てる栽培法

通常より時間をかけて 60～90 日かけて育てます。冷氣調整により、ゆっくり成長させて糖度を高めています。



「大和寒熟ほうれん草」は直売店や大手スーパーで販売され、袋にブランド名が記載されています。  
奈良県産のこだわり野菜、冬だけの特別な味をぜひ一度ご賞味ください！

### 暦・行事予定

12月13日 正月事始め 煤払い  
12月20日 お誕生日会（入所者様）  
12月31日 大晦日

12月15日 冬至・散髪日（入所者様）  
12月25日 クリスマス  
1月1日 元日

