

あうんだより

デイサービスセンターあうん広報 / 令和7年10月

相談員 杉澤 琴美

食欲の秋とはよく言ったもので、あうんの9月の活動を振り返ると食べ物の話題ばかりになりました。食道楽あうんの活動をご報告いたします。

9月9日は？

重陽の節句をご存じでしょうか。日本の伝統の五節句の最後のひとつで、菊の節句とも呼ばれています。あうんでは毎年、お料理に菊の花を添えたり、甘酒に菊の花を浮かべたりして楽しんでいただいていたんです。この菊、例年はドライの商品を購入していたのですが、昨今の物価上昇と品薄で、手に入りにくくなっていたんです。そこで我々、売っていないなら育てよう！と畑の片隅に食用菊の苗を植えました。菊まで自家製なんてすごいでしょ♪と自画自賛しながら成長を楽しみにしていたのですが、迎えた9月9日、蕾は固いまま。当日まで諦めずに待っていたのに、咲かなかったんです…悲しい。

そういうわけで今年は菊が不在の菊の節句を迎えることになったのです。菊がなくてもお料理は豪華に！栗や秋茄子やきのこなど秋の食材をふんだんに使って彩りよくご用意！旬の食材でおいしく食事して、利用者さんたちがいつまでもお元気であうんに来ていただけるように願いを込めています。おやつの時間には菊酒になるはずだった甘酒をお出ししました。菊が載るはずだったのに、と思うと見た目が寂しいですが、菊があっても無くても利用者さんたちは甘酒が大好きです。

さて、食用菊はどうなったかという、1か月近くも過ぎた9月の末にやっこのことで開花となりました。今年植えたからこの時期なのか、今後も毎年この時期なのか？と利用者さんに問うても誰も育てたことがないから答えははず。花を摘んで花びらを茹で、酢の物で食べてみました。シャキシャキした軽い食感でほのかな甘みと菊の香りがして、利用者さんにも「初めて食べた」と大好評。思いがけず高貴な気分になりました。本当は重陽の節句にこの気分を味わいたかったのだけど。来年はどうなるでしょう…



きゅうりの酢の物、南瓜の煮物、キノコ炒め、ナス田楽、栗ご飯、豚汁



YouTube

秋のお彼岸・おはぎ作り

きつとご自宅でも食べてらっしゃるだろうけど、やっぱり食べなきゃね、おはぎ。ということで、利用者さんお二人に代表していただいておりますおはぎ作りをしました。

利用者さんの手で丁寧にあんこに包まれたきれいなおはぎたち。見ただけでも癒されます。ふだん少食な方で残しがちな方でもおはぎなら不思議と食べられたりします。天気も良くて穏やかで、良いおはぎ日和でした。



←おはぎ作り

YouTube

敬老の日→



日々の食卓より

敬老の日のお祝い膳のご紹介です！！

「まごわやさしい」に倣って、栄養満点、利用者さんの健康長寿を願うお料理をご用意しました。お赤飯はやはり御馳走の代表格。茶碗蒸しも特別感があって喜んでいただけます。しっかり食べて心と体が満たされて、明日の活力になりますように。ちなみに今年、あうんには白寿の方がお二人もいるのです！！年を重ねてもこんなふうに元気でいられたらいいな、と思うお手本のようなお二人です♪



五目豆、いんげんとうもろこしの胡麻和え、茶碗蒸し、甘納豆のお赤飯、にゅうめん

こぼれ話

お彼岸のおはぎ、今年は市販のあんこでした。「あんこ作り大変だったなあ〜」との利用者さんのお言葉通り、昔は薪ストーブに鍋をかけて汗だくになりながら大変な手間をかけて作るものでした。あんこはまさにおふくろの味で、市販品とは全くの別物。あのあんこにはもう二度と出会えないな、とスタッフが言うと、「なんで？作ればいいしょ」と男性利用者さん。薪ストーブがないですから、と言うと、「木い切ってくればいいんだ」この軽い一言に、利用者さんが今もどんな世界で生きているかと気づかされます。木を切る、薪を割る、火を焚く、小豆を煮る。本当にすごいことです。今、我々にこの生活ができるかと言ったら…。遙か遠いあんこへの道のり。おはぎに辿り着く前に私の身が持たないですよ。