



栄養課ニュース



今年の〔節分〕は2月2日です。3日でなくなるのは昭和59年2月4日以来37年ぶり、2日になるのは明治30年2月2日以来124年ぶりのことです。今回のテーマは「節分」についてです。

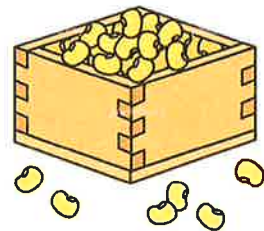


節分とは？ 各季節の始まりである、

立春・立夏・立秋・立冬の前日を指しています、
現在は**立春の前日**が節分とされています。

鬼は外！福は内！の意味は？

鬼は得体の知れない**邪気**のことを意味し、「病気」「災害」などの悪いことは鬼の仕業と考えられていました。
邪気である鬼を払い、福を呼び込むことから掛け声をかけながら豆をまくようになったのです。



豆類は約タンパク質20%・脂質2%で

健康維持やダイエットに最適な**低脂肪高タンパク食品**！

当院では外来・入院患者様に医師の指示のもと、
管理栄養士が栄養食事指導を行っております。

ご希望の方は医師・看護師にお気軽にお申し出ください。

