

Happy Birthday

2024年2月にお誕生日を迎えられた皆様の
この一年が幸福と健康に満ちた
日々でありますように。



K.S 様



T.K 様



F.K 様



S.M 様



H.T 様



P.T 様



T.O 様



S.T 様



S.I 様

Event & Activity

林寺のイベントとアクティビティ紹介

■ 外食昼食会

外出昼食会は、産地直送の宮崎牛のビフテキを食べることができる南海 Grill に行きました。料理がテーブル目の鉄板で調理されることもあり、口だけでなく、目や耳でも美味しさを堪能することができました。料理の香り付けでステーキをフランベした時は、みなさま驚きとともに、大きな歓声をあげておられました。



■ 手話ソング

大人気の講座で皆様「こんにちは」「ありがとう」など簡単な手話は覚えており、使いこなされていました。今回も四季の歌を手話で学びながら歌われていました。



■ 思い出ノート

皆さん一人一人の人生を記録する自分史を作っています。昔の事を思い出しながら同席の方のお話を聞くことで刺激を受け脳が活性化し活動性・自発性・集中力の向上され認知症の進行の予防にも繋がります。



■ クラフト

今月は「刺繍枠の花飾り」を作りました。枠につけたレースにピンク色の可愛らしいお花などをボンドでつけてデコレーションしていただきました。壁などに掛けて楽しんでくださいね!!



※写真撮影の際はマスクを外しております。



令和6年3月の行事&昼食カレンダー

※予定は変更になる場合がございます

日	月(MON)	火(TUE)	水(WED)	木(THU)	金(FRI)	土(SAT)
	3月の行事ピックアップ!		記号の見方 ★ 体操・機能訓練 ☕ ティータイム 🎵 カラオケ 📄 理容師来所の日	昼食メニューの見方 昼食メニューはメイン料理、小鉢2品を紹介しています。 その他、みそ汁、すまし、スープのいずれかと、ご飯が付きます。	1 ローズマリー ★☕🎵 林寺介護士の アロマ文香 ローズマリー 酢豚、がんも煮 チンゲン菜 のおかか和え 中華スープ 360kcal	2 ローズマリー ★☕🎵 林寺介護士の 大人のトリビア ひな祭り 鶏と厚揚げのオイスター煮、きのこ玉子焼、春菊のお浸し、漬物、味噌汁 293kcal
3	4 桃の湯 ★☕🎵 平田介護士の 懐かしのソング 3月の唱歌 えび入りちらし寿司 菜の花とちくわのごま和えゼリー、おすまし 176kcal	5 桃の湯 ★☕🎵 林寺介護士の アロマ文香 ローズマリー 白身魚の野菜あん 大豆煮、にら玉、味噌汁 291kcal	6 桃の湯 ★☕🎵 林寺介護士の 思い出ノート 自分史 すき焼風煮、南瓜の煮物 胡瓜のなめたけ和え 漬物、味噌汁 315kcal	7 桃の湯 ★☕🎵 林寺介護士の 思い出ノート 自分史 きつねそば ヒジキ煮 枝豆のふんわり天 369kcal	8 桃の湯 ★☕🎵 林看護師の 手話ソング 手話で聞く音楽の魅力 中華丼、ぎょうざ からし菜の炒め物 漬物、中華スープ 219kcal	9 桃の湯 ★☕🎵 林看護師の 手話ソング 手話で聞く音楽の魅力 豚の生姜焼き カリフラワーの煮付 えんどうの炒め物 味噌汁 287kcal
10	11 ローズマリー ★☕🎵 林寺介護士の 四季のお茶 抹茶ラテ カレイの煮付、付け合せ(赤板)、大根の柚子風味煮、ブロッコリーの和え物、漬物、味噌汁 189kcal	12 ローズマリー ★☕🎵 林看護師の DANCE&SONG 座ってできるDANCE カレーうどん 肉団子 菜の花の和え物 326kcal	13 ローズマリー ★☕🎵 プロダンサー指導の 社交ダンス 花岡先生 メンチカツ、付け合せ(ポイルキャベツ)、高野の和風あん、ほうれん草のお浸し、漬物、味噌汁 350kcal	14 ローズマリー ★☕🎵 林寺介護士の 季節の講座 ホワイトデー 親子丼 切干大根の煮付 えんどうの炒め物 味噌汁 275kcal	15 ローズマリー 📄★☕🎵 林看護師の DANCE&SONG 座ってできるDANCE 海鮮の和風煮込み 冬瓜の煮付 チンゲン菜のおかか和え 漬物、味噌汁 184kcal	16 ローズマリー ★☕🎵 山崎介護士の KOTOWAZA 春來たりならば春遠からじ 鶏入り筑前煮 さつま芋の甘煮 春菊のお浸し 味噌汁 307kcal
17	18 桃の湯 📄★☕🎵 山崎介護士の KOTOWAZA 春來たりならば春遠からじ 肉じゃが、きのこ玉子焼 胡瓜のなめたけ和え 漬物、味噌汁 331kcal	19 桃の湯 ★☕🎵 林寺介護士の 四季のお茶 抹茶ラテ かてそば えび大根 いちご 250kcal	20 桃の湯 📄★☕🎵 平田介護士の 懐かしのソング 3月の唱歌 シーフードカレー 枝豆のふんわり天 からし菜の炒め物 漬物 259kcal	21 桃の湯 ★☕🎵 講師の方をお招き アロマレッスン ローズマリー オムレツデミソース、里芋の含め煮、彩り野菜(花型人参)、えんどうの炒め物、コンソメスープ 291kcal	22 桃の湯 ★☕🎵 林看護師の 健康セミナー 気象病 赤魚の煮付、付け合せ(筍煮)、花型豆腐の煮付 いんげんの味噌和え 漬物、味噌汁 244kcal	23 桃の湯 ★☕🎵 林看護師の 健康セミナー 気象病 鶏と厚揚げのオイスター煮、ヒジキ煮、ピーマンの炒め物、味噌汁 298kcal
24	25 ローズマリー ★☕🎵 管理者高島の 百人一首写字 国防内侍 ハム入り味噌ラーメン ごぼうの鶏そぼろ炒め ブロッコリーの和え物 漬物 347kcal	26 ローズマリー ★☕🎵 山崎介護士の 日本史ヒストリア 野口英世 豚丼 大根の柚子風味煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 269kcal	27 ローズマリー ★☕🎵 山崎介護士の 日本史ヒストリア 野口英世 すき焼風煮 えびと豆腐の天ぷら もやしの塩炒め 漬物、味噌汁 300kcal	28 ローズマリー ★☕🎵 林寺介護士の Cooking フルーツ大福 鯖の照焼、付け合せ(しめじ)、高野の含め煮 小松菜のお浸し、味噌汁 285kcal	29 ローズマリー ★☕🎵 林寺介護士の Cooking フルーツ大福 和風豆腐ハンバーグ、茄子の煮浸し、チンゲン菜の和え物、漬物、味噌汁 381kcal	30 ローズマリー ★☕🎵 山崎介護士の 日本史ヒストリア 野口英世 かに玉あかけ ぎょうざ いんげんのごま和え 中華スープ 248kcal
31	3月のお風呂 桃の湯 桃に含まれている保湿成分で、肌がしっとり潤います。また、桃の葉には消炎にも有効な成分も含まれています。		3月のアロマミスト ローズマリー ローズマリーは、古くから薬用、料理、美容など様々な用途で利用されてきたハーブです。気分の落ち込みを奮い立たせて心を元気にするといわれています。		編集部コラム 天文学的には、太陽が天の軌道上「春分点」を通過する瞬間を含む日を「春分の日」としています。 太陽が春分点を通過するときに「昼の長さ」と夜の長さが同じになるためです。 冬が終わりを告げ春の訪れが感じられるこの日を、昔から人々は自然に感謝し春を祝福する日として祝っていたのです。	

※第2、4週は季節のお風呂「桃の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ローズマリー」をお楽しみください。

デイサービス オーク倶楽部 林寺

TEL.06-6712-7555

〒544-0023 大阪市生野区林寺3-15-24

【ホームページ】<https://www.oak-club.jp/>

【スタッフブログ】<https://ameblo.jp/oak-club>

