

## Happy Birthday

2024年8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。



S.S 様



A.W 様



K.T 様



N.K 様

## Event & Activity

林寺のイベントとアクティビティ紹介

### ■ イベント

昨年大好評でした。沖縄県宜野湾市出身のプロマジシャン「デビッドちんすこう」さんをお招きし、2回目となるマジックショーを開催しました。音楽に合わせたテンポの良いマジックと他にはない沖縄らしさ全開のマジックを堪能していただきました。また、沖縄の郷土料理「タコライス」など昼食でも沖縄を感じて頂きました。



### ■ 外出昼食会

まだまだ続く酷暑を乗り切ろう! ということで、鰻のひつまぶしを食べに行きました。たくさんの鰻に、タレがしっかりとかかったご飯。そのまま食べたり、山椒をかけたり、お茶漬けにしたりと、思い思いの食べ方で堪能しておられました。「しっかり食べれた。おいしかった!」と笑顔が見られました。



### ■ クッキング

えびせんにたこ焼きをはさんでソースで味付けをした大阪のおやつ「たこせん」を作りました。皆さま慣れた手つきで、揚げ玉や青のり、かつお節をかけて、えびせんべいではさんで完成しました。たこ焼きのとろりとした口当たりと、パリッとしたえびせんが良いアクセントとなり大好評でした。



### ■ 百人一首写字講座

今月は河原左大臣の詩をご紹介します。手を使い字を書く機会が少なくなってきましたが、字を書くという行為は指先を使う作業なので脳を活性化してくれます。また書き写すという行為も意識が集中する事で脳や臓器の動きが活性化し身体のバランスが保たれる効果があると言われていいます。



※写真撮影の際はマスクを外しております。



# 令和6年9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)	
1	2 <b>ベルガモット</b> ★☕🎵 アロマ文香の 四季の花 ベルガモット けんちんうどん 肉団子 からし菜のお浸し 289kcal	3 <b>ベルガモット</b> ★☕🎵 アロマ文香の 四季の花 ベルガモット かしのすき焼き 奈良のっぺ ミニ葛頭頭 茶汁 259kcal	4 <b>ベルガモット</b> ★☕🎵 <b>美容フェア</b> おろしハンバーグ 人参の炒め物 枝豆のふんわり天 コンソメスープ 漬物 253kcal	5 <b>ベルガモット</b> ★☕🎵 林寺介護士の 四季のお茶 ジャスミン茶 豚の生姜焼き 冬瓜の煮付 さつま芋の甘煮 味噌汁 311kcal	6 <b>ベルガモット</b> ★☕🎵 林寺介護士の クラフト ガラスビーズのプレスレット カレーライス えびフライ ブロッコリーの和え物 漬物 477kcal	7 <b>ベルガモット</b> ★☕🎵 平田介護士の 懐かしのソング 9月の唱歌 ミラノ風カツ 大豆煮 からし菜の炒め物 コンソメスープ 316kcal	
8	9 <b>葡萄の湯</b> ★☕🎵 平田介護士の 懐かしのソング 9月の唱歌 チンジャオロース風炒め 人参の炒め物 小松菜のごま和え 中華スープ 漬物 220kcal	10 <b>葡萄の湯</b> ★☕🎵 林看護師の 手話ソング 手話で聞く音楽の魅力 つくね塩ちゃんこ うの花 チンゲン菜のおかか和え 味噌汁 307kcal	11 <b>葡萄の湯</b> ★☕🎵 林寺介護士の 思い出ノート 自分史 鮭の幽庵焼き 付け合せ(筍煮) ブロッコリーの和え物 もやしの塩炒め 味噌汁 漬物 169Kcal	12 <b>葡萄の湯</b> ★☕🎵 林寺介護士の 思い出ノート 自分史 カレーうどん 肉団子 ほうれん草のお浸し 315kcal	13 <b>葡萄の湯</b> ★☕🎵 林看護師の 手話ソング 手話で聞く音楽の魅力 鯖の照焼 付け合せ(うぐいす豆) がんも煮 菜の花の和え物 味噌汁 漬物 337kcal	14 <b>葡萄の湯</b> ★☕🎵 林看護師の DANCE&SONG 座ってできるDANCE ロールキャベツマトソース カリフラワーの煮付 胡瓜のなめたけ和え コンソメスープ 105kcal	
15	16 <b>ベルガモット</b> 敬老の日 📖★☕🎵 林寺介護士の 季節の講座 敬老の日 赤飯 天ぷら 天つゆ オクラのごま和え 巨峰 おすまし 244kcal	17 <b>ベルガモット</b> ★☕🎵 林看護師の DANCE&SONG 座ってできるDANCE 赤魚の煮付 付け合せ(筍煮) 花型豆腐の煮付 361kcal	18 <b>ベルガモット</b> ★☕🎵 プロダンサー指導の 社交ダンス 花岡先生 照焼チキン 付け合せ(しめじ) ちくわの磯辺焼き ほうれん草の菜種和え 味噌汁 370kcal	19 <b>ベルガモット</b> ★☕🎵 山崎介護士の KOTOWAZA 勝って兜の緒を締めよ 豚丼 南瓜の煮物 いんげんとコーンの炒め物 味噌汁 336kcal	20 <b>ベルガモット</b> 📖★☕🎵 林寺介護士の Cooking おはぎ メンチカツ、付け合せ(ポ イルキャベツ)、三色ビー マンの金平、冬瓜の煮付 コンソメスープ 漬物 247kcal	21 <b>ベルガモット</b> ★☕🎵 林寺介護士の Cooking おはぎ 鯖の味噌煮 付け合せ(赤板) 大豆煮 キャベツの塩昆布炒め 味噌汁 293kcal	
22 秋分の日	23 <b>葡萄の湯</b> 振替休日 ★☕🎵 管理者高島の 百人一首写字 柿本人麻呂 デミハンバーグ、付け合せ (しめじ)、いんげんとコー ンの炒め物、もやしの塩 炒め、コンソメスープ 漬物 233kcal	24 <b>葡萄の湯</b> ★☕🎵 管理者高島の 百人一首写字 柿本人麻呂 けんちんそば きのこ玉子焼 からし菜のお浸し 332kcal	25 <b>葡萄の湯</b> ★☕🎵 林寺介護士の クラフト フラワーアレンジメント はんぺんチーズサンド、付け 合せ(ポイルブロッコリー)、 さつま芋の甘煮、ほうれん 草の菜種和え、コンソメス ープ、漬物 281kcal	26 <b>葡萄の湯</b> ★☕🎵 林寺介護士の クラフト フラワーアレンジメント 豆腐ナゲット 付け合せ(ナポリタン) 冬瓜の煮付 チンゲン菜のおかか和え 味噌汁 272kcal	27 <b>葡萄の湯</b> ★☕🎵 山崎介護士の KOTOWAZA 勝って兜の緒を締めよ カレーの煮付、付け合せ (赤板)、里芋の含め煮 三色ビーマンの金平 味噌汁、漬物 193kcal	28 <b>葡萄の湯</b> ★☕🎵 林看護師の 健康セミナー 秋バテ 肉じゃが 菜の花の和え物 カリフラワーの煮付 味噌汁 313kcal	
29	30 <b>ベルガモット</b> ★☕🎵 林寺介護士の ポストカード 秋刀魚・サツマイモ 野菜ラーメン がんも煮 小松菜のごま和え 318kcal	<b>記号の見方</b> ★ 体操・機能訓練 ☕ ティータイム 🎵 カラオケ 📖 理容師来所の日	<b>昼食メニューの見方</b> 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。	<b>9月の行事ピックアップ!</b> 9/4(水) 美容フェア 美容フェアを開催いたします! プロのメイクアップアーティストさんが 基礎メイクやスキンケア、ネイルなど 様々な事をしてくれます。 是非皆様ご参加下さい!!			

※第2、4週は季節のお風呂「葡萄の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ベルガモット」をお楽しみください。

## 9月のお風呂



**葡萄の湯**  
葡萄の豊かな香りで  
初秋の新鮮さを演  
出。ホホバオイルが  
潤いを与え、肌をす  
べすべに整える効果  
があります。

## 9月のアロマミスト



**ベルガモット**  
菌力のある精油成分  
チモールを含む柑橘  
類。喉の痛みや消化  
不良、駆風作用に効  
果があると言われて  
います。

## 編集部コラム

桃の節句や端午の節句、七夕等と同じ五節句の一つである重陽の節句は、9月9日に行われる伝統的な季節の行事です。旧暦では丁度、菊の花の時期であったことから菊の節句とも呼ばれる昔ながらのイベントとなっています。9月9日には菊の花を飾る、菊の花を浮かべた菊風呂に入るといった菊をテーマに、工夫をしてみるのもおすすめです。



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>

