

Happy Birthday

2024年11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.U 様



T.O 様



K.O 様



T.S 様



K.T 様



M.T 様



M.T 様



T.H 様

Event

岸里のイベント紹介

■ 外出昼食会

河内水綿の栽培で栄えた平野郷に、豪商辻元家が江戸時代初期に建築したとされる平野郷屋敷。そこを改装したレストランで、日本庭園を眺めながら、旬の食材を使った料理を楽しみました。お刺身から温かい鍋まであり、身も心も温まる料理を召し上がられ、「いい風景を眺めながら食べれて幸せ」と笑顔を見せておられましたよ。



Activity

岸里のアクティビティ紹介

■ クッキング

今回は秋の味覚の栗やさつまいろを使った「秋パフェ」作りに挑戦しました。シリアルやヨーグルトソース、スポンジなどを層になるようにカップに盛りつけました。栗やスイートポテトをトッピングすれば完成です。秋の味覚を感じながら「おいしいね!」と大好評でした。



■ 絵手紙

今回は秋の便りをテーマにハガキの下絵にお好きな色を付けていきました。どんな雰囲気の手紙にしたいかによって使う色も変わってきますね。紅葉のハガキが届くと、鮮やかな赤色が美しく、どこかに出かけたい気持ちになりますね。ぜひ大切な方へ送ってみてください。



■ 季節の文香

親しみやすく甘く爽やかな香り「オレンジ スイート」のアロマオイルを使って香りの良い文香を作りました。オレンジ スイートは気持ちを明るくしたい時やホッとリラックスしたい時におすすめの香りです。アロマの香りが嗅覚を通して脳に働きかけていくので、自律神経を整えたり、不安を癒して心を落ち着かせてくれますよ。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

12月の外出昼食会

堺のかほりに心躍らす箕沢
ホテルアゴーラリージェンシー
中国料理 龍鳳にて
中国料理の豪華ランチ

開催日：12月20日(金)

岸里・御陵前・林寺 各10名様

料金：4,880円

※写真撮影の際はマスクを外しております。
※申込後、12月16日以降にキャンセルした場合、キャンセル料が発生します。

令和6年12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 フランキンセンス ★☕🎵 岸里介護士の 絵手紙 年賀状 つくね塩ちゃんこ 里芋の含め煮 ほうれん草の菜種和え コンソメスープ 303kcal	3 フランキンセンス ★☕🎵 岸里介護士の 脳力トレーニング ひらがな並び替え とんかつ、付け合せ(ポイル ブロッコリー)、オムレツ、 からし菜の炒め物、味噌汁、 漬物 307kcal	4 フランキンセンス ★☕🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 きよしこの夜 カレイの煮付 付け合せ(うぐいす豆) からしの煮付 うの花、味噌汁 216kcal	5 フランキンセンス ★☕🎵 岸里介護士の 四季のお茶 ゆず茶 はんぺんチーズサンド 付け合せ(しめじ)、茄子 の煮浸し、チンゲン菜のこ ま炒め、味噌汁、漬物 303kcal	6 フランキンセンス ★☕🎵 岸里介護士の 트레이シングピクチャー 年賀絵 白身魚の野菜あん 大豆煮 菜の花の和え物 中華スープ 253kcal	7 フランキンセンス ★☕🎵 岸里介護士の 季節の文香 フランキンセンス 煮ほうとう風 小松菜のカニカマ和え 小麦まんじゅう 269kcal
8	9 みかんの湯 ★☕🎵 岸里介護士の 季節の文香 フランキンセンス 鯖の味噌煮 付け合せ(うぐいす豆) うの花、南瓜の煮物 味噌汁 335kcal	10 みかんの湯 ★☕🎵 岸里介護士の 音楽鑑賞会 冬にききたい曲 ハムカツ、付け合せ(ポイル ほうれん草)、三色ピーマン 炒め、冬瓜の煮付、味噌汁、 漬物 345kcal	11 みかんの湯 ★☕🎵 岸里介護士の 四季のお茶 ゆず茶 鶏と厚揚げのオイスター煮 カリフラワーの和え物 キャベツの塩昆布和え 中華スープ 241kcal	12 みかんの湯 ★☕🎵 岸里介護士の 脳力トレーニング シルエットクイズ 塩ラーメン さつま芋の甘煮 野菜入りつくね 331kcal	13 みかんの湯 ★☕🎵 角田介護士の 四季の花 12月の誕生花 白身魚のチリソース 小松菜のおかか和え 枝豆のふんわり天 中華スープ 241kcal	14 みかんの湯 ★☕🎵 大越看護師の 健康セミナー インフルエンザ すき焼風煮 えんどうの炒め煮 茄子の煮浸し 味噌汁、漬物 366kcal
15	16 フランキンセンス 🎵★☕🎵 クリスマス コンサート 出演:池田弥生さん スタッフ特製ランチ	17 フランキンセンス 🎵★☕🎵 岸里介護士の 絵手紙 年賀状 きつねうどん ブロッコリーの和え物 肉団子 299kcal	18 フランキンセンス 🎵★☕🎵 岸里介護士の クッキング トナカイロール メンチカツ 付け合せ(ナポリタン) 小松菜のごま和え、冬瓜の 煮付、コンソメスープ 322kcal	19 フランキンセンス 🎵★☕🎵 岸里介護士の クッキング トナカイロール かに玉あんかけ えんどうの炒め物 金平ごぼう 味噌汁、漬物 251kcal	20 フランキンセンス 🎵★☕🎵 岸里介護士の 健康セミナー インフルエンザ 照焼チキン、付け合せ (ポイルブロッコリー)、 チンゲン菜の和え物、大豆 煮、味噌汁 223kcal	21 フランキンセンス 🎵★☕🎵 角田介護士の 四季の花 12月の誕生花 鮭の幽庵焼 付け合せ(筍煮) 菜の花のおかか和え、里芋 の含め煮、味噌汁、漬物 198kcal
22	23 みかんの湯 ★☕🎵 岸里介護士の 音楽鑑賞会 冬にききたい曲 ロールキャベツトマトソー ス、しょうが天の炒め物、 カリフラワーの煮付、 コンソメスープ 158kcal	24 みかんの湯 ★☕🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 きよしこの夜 カレイの煮付 付け合せ(うぐいす豆) ちくわの磯辺焼き、うの花、 味噌汁、漬物 241kcal	25 みかんの湯 ★☕🎵 クリスマスパーティ 🎁🦌🦃 ピラフ、えびフライ、付け合せ (ナポリタン)、ブロッコリー のクリスマスサラダ、コーン ポタージュ、ココアムース 591kcal	26 みかんの湯 ★☕🎵 岸里介護士の クラフトアート フラワーアレンジメント 木の葉丼 花型豆腐の煮付 いんげんとコーンの炒め 物、味噌汁、漬物 255kcal	27 みかんの湯 ★☕🎵 岸里介護士の クラフトアート フラワーアレンジメント 豆腐ナゲット、付け合せ (ポイルブロッコリー)、 小松菜のごま和え、 白菜の中華煮、味噌汁 234kcal	28 みかんの湯 ★☕🎵 岸里介護士の トレーシングピクチャー 年賀絵 年越し蕎麦定食

※第2、4週は季節のお風呂「みかんの湯」。第1、3、5週はアロマミスト「フランキンセンス」をお楽しみください。

12月のお風呂

みかんの湯
みかんには血行促進作用があり、果皮はクエン酸やビタミンCも含まれているので、美肌効果も期待できます。

12月のアロマミスト

フランキンセンス
まるで森の中を散策しているような心地よさ、クリアでシャープな香りとともに気分が浄化されます。

編集部コラム

冬至(とうじ)二十四節気の一つです。冬至には行事食としてかぼちゃやこんにやく、小豆粥(あずきがゆ)を食べたり、また、ゆず湯につかったりするといわれています。これらの風習の由来は諸説ありますが、寒さが厳しくなる冬至だからこそ体調を崩さないように、という意味が込められているようです。

