

Event & Activity

林寺のイベント&アクティビティ紹介

■ 住吉大社へ初詣

オーク倶楽部林寺 初めての外出は、住吉大社への初詣に行きました。祝詞が響き渡る拝殿で、神妙な面持ちでご祈祷を受けられ、無病息災・家内安全など、みなさま思い思いにお祈りされていました。そして、境内の結婚式場でも有名な吉祥殿で、縁起の良い豪華なお食事に満足な様子でした。



■ スクラッチアート

黒い部分を削ると色が出る不思議な紙を使います。正月にちなみ、富士山の絵にチャレンジ。筆圧を加えないと描けないこともあり、指の機能訓練にも効果的。玄関に飾れる作品が出来ていました。



■ クッキング

「白玉ぜんざい」に挑戦しました。普段はあまり料理をされないという男性も大活躍。指先を器用に使って丸めておられました。小豆の甘さも白玉の柔らかさもバッチリで「おいしい!」と大好評でした。



■ クラフト

診察券やお薬手帳に入れることができる「マルチケース」を作りました。細かな作業の連続でしたが、丁寧に貼り付けて、綺麗に仕上がりました。「早速使います」と仕上がりに満足されていました。



令和2年2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)
	2月の行事ピックアップ! ■2月17日(月)は、社交ダンスレッスン 岸里、御陵前で好評を得ている社交ダンス。花岡先生をお迎えして、音楽に合わせてダンスを踊っていただきたいと思います。				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。 ※カロリー表示にご飯は含まれていません。	1 ティーツリー ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 林寺介護士の 節分講座 節分の豆知識 焼き鳥風、こぶき芋、ちくわの煮物、アスパラのサラダ 313kcal
2	3 逢の湯 ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 林寺介護士の 節分講座 節分の豆知識 ちらし寿司、野菜大豆煮、小松菜のお浸し 205kcal	4 逢の湯 ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ アロマ嶋田の ハーブティー講座 ジンジャー 鯖の西京焼き、甘酢生姜、アスパラソーテー、ポテトサラダ 261kcal	5	6 逢の湯 ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 平田介護士の ツボ押し講座 首・肩のツボ 鮭のバター醤油焼き、たけのこのおかか煮、青菜の和え物 224kcal	7 逢の湯 ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 村上看護師の ハーブティー講座 ジンジャー カニ玉中華野菜あん、蓮根そぼろ、カリフラワーのサラダ 309kcal	8 逢の湯 ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 平田介護士の ツボ押し講座 首・肩のツボ 豚肉のうま煮(トマト風味)、大根と油揚げの煮物、キャベツのサラダ 291kcal
9	10 ティーツリー ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 林寺介護士の 絵手紙講座 節分・水仙 トンカツ、ブロッコリー、さつま揚げの煮物、柚なます 276kcal	11 ティーツリー ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 林寺介護士の バレンタイン講座 バレンタインの豆知識 やわらか煮込みハンバーグ、春雨の鶏そぼろ炒め、ほうれん草の白和え 406kcal	12	13 ティーツリー ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 林寺介護士の スクラッチアート 節分 鯖の照り焼き、南瓜、豚肉と厚揚げの煮物、小松菜のお浸し 345kcal	14 ティーツリー ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 林寺介護士の バレンタイン講座 バレンタインの豆知識 鶏肉のさっぱり塩焼き、セロリとハムの洋風煮、オクラの和え物 283kcal	15 ティーツリー ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 林寺介護士の 絵手紙講座 節分・水仙 豚肉の生煮焼き、カリフラワー、焼きナス、春雨サラダ 566kcal
16	17 逢の湯 ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 🧑💇理美容 プロダンサー指導の 社交ダンス 花園ダンススタジオ 花園先生 やわらかロールキャベツ、大豆と野菜のトマト煮、ブロッコリーの胡麻和え 118kcal	18 逢の湯 ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 平田介護士の 動物雑学講座 きりん 蓮根のはさみ蒸し、アスパラ、じゃがいものきんぴら、白菜のお浸し 260kcal	19	20 逢の湯 ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 村上看護師の 季節の文香 ティーツリー 焼肉風、海老しゅうまい、青菜のお浸し 261kcal	21 逢の湯 ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 村上看護師の 季節の文香 ティーツリー 鯖の味噌煮、甘酢生姜、豚肉とごぼうのうま煮、オクラの和え物 317kcal	22 逢の湯 ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 平田介護士の 動物雑学講座 きりん オムレツ、キャベツ、茄子と揚げの煮物、ほうれん草の柚香和え 252kcal
23	24 ティーツリー ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 料理好きスタッフによる 季節のクッキング 季節のあんまん 千草焼き、鶏レバーと野菜の煮物、キャベツの和え物 227kcal	25 ティーツリー ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 料理好きスタッフによる 季節のクッキング 季節のあんまん 魚の南部焼き、インゲン、信田巻き、さっぱりなます 252kcal	26	27 ティーツリー ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 工芸が好きなスタッフによる 季節のクラフト フラワーアレンジメント ゆかりごはん、とんこつラーメン、チンジャオロース、フルーツ缶 502kcal	28 ティーツリー ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 工芸が好きなスタッフによる 季節のクラフト フラワーアレンジメント 八宝菜、ロール玉子焼き、インゲンのお浸し 143kcal	29 ティーツリー ★体操・機能訓練 ☎ティータイム 🎵カラオケ 林寺介護士の スクラッチアート 節分 ポークソテー、野菜ソテー、明太スナゲツティー、アスパラお浸し 313kcal

※第2、4週は季節のお風呂「逢の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ティーツリー」をお楽しみください。 🧑💇理美容は理容師来所の日

2月のお風呂



逢の湯
 逢(よもぎ)は血行を促進させ、肩こりや腰痛などをやわらげる働きがあります。香りはストレス解消や安眠にもよいといわれています。

2月のアロマミスト



ティーツリー
 数ある精油の中でもラベンダーと並んで世界的に使われているティーツリー。細菌、真菌、ウイルスの3つに対して有用という珍しい精油です。

編集部コラム

今年のはうるう年です。「4年に1度」と、大多数の方が認識されていると思います。ですが、うるう年のルールを見てみると、除外される年があるんです。

(ルール1) 4の倍数になる年はうるう年

(ルール2) 100の倍数になる年の中で400で割り切れない年は平年

2000年は、ルール1、ルール2を共にクリアしており、うるう年でした。しかし、2100年、2200年は、ルール2がクリアできないので、平年(うるう年ではない年)になります。しかし、かなり先の未来のことで、私たちは、4年に1度という認識で問題なさそうですね。



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>

