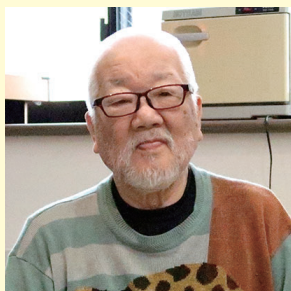


Happy Birthday

9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.K 様



T.M 様



F.A 様



Event & Activity

林寺のイベント&アクティビティ紹介

■ 社交ダンス

好評を得ている社交ダンス。今回も花岡先生をお迎えし、曲に合わせてステップを踏みました。スタッフと一緒にしたり、先生のエスコートで踊られたりと、大盛り上がりでした。気持ちが若返って楽しかったと笑顔がたくさん見られました。



■ スクラッチアート

黒い紙をけずると色が出る不思議な紙を使って、スクラッチアートをしました。今回のテーマは「秋」。指先に集中して、見本を見ながら描いていかれました。少し失敗しても、周りをさらに削って、柄を変えてみると、工夫して完成させておられました。



■ クラフト

製作の前から「懐かしい」との声がたくさん聞こえた万華鏡。作業工程は簡単でしたが、作っている最中も、どう見えるのだろうと興味津々な様子でした。出来上がりに「本当にきれい」「いいわぁ」と満足の声が上がっていました。



■ クッキング

白玉粉・絹ごし豆腐を使ってみたらし団子を作りました。団子は少し大きめに作り、ゆでた後軽く焼いてでき上がり。みたらしの餡をたくさんつけて美味しく召し上がられています。



令和2年10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)
	10月の行事ピックアップ! ■ハロウィンパーティ 10月23日(水)は、ハロウィンパーティ スタッフの衣装にご注目! ハロウィンビンゴで盛り上がりましょう!		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、ご飯が付きまします。 ※カロリー表示にご飯は含まれていません。	1 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 林寺介護士の 漢字講座 秋の難しい漢字 とろろそば、茄子の煮物、フルーツ缶(みかん) 377kcal	2 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 平田介護士の ツボ講座 腰痛に効果的なツボ 蓮根のはさみあんかけ、鶏こぼろ、ほうれん草の卵の花和え 288kcal	3 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 平田介護士の ツボ講座 腰痛に効果的なツボ 魚の幽庵焼き、長芋と豚肉のオイスターソース炒め、さっぱりなます 262kcal
4	5 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 武藤看護師の 健康講座 ウイルスと細菌の違い 鯖のマスタード焼き、大根と豚肉の味噌煮、人参のナムル 310kcal	6 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 武藤看護師の 健康講座 ウイルスと細菌の違い クリームシチュー、アスパラソテー、フルーツ缶(ミックス) 338kcal	7 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 林寺介護士の 漢字講座 秋の難しい漢字 鯖の照り焼き、里芋鶏そぼろ煮、ほうれん草のお浸し 271kcal	8 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 林寺介護士の 大人の写字講座 正岡子規 タンドリーチキン、きんぴらごぼう、キャベツのゆかり和え 282kcal	9 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 山崎介護士の ことわざ講座 ことわざの由来 さんまの塩焼き、春雨の鶏そぼろ炒め、白菜の柚和え 352kcal	10 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 山崎介護士の ことわざ講座 ことわざの由来 五目ちらし寿司(海老)、炒り豆腐、オクラおかか和え 162kcal
11	12 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 川口介護士の 都道府県講座 福岡県 豚肉と秋野菜の甘辛煮、野菜大豆煮、彩り春雨のサラダ 435kcal	13 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 理美容 川口介護士の 都道府県講座 福岡県 魚の南部焼き、たけのこのおかか煮、さつま芋サラダ 253kcal	14 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 林寺介護士の 大人の写字講座 正岡子規 鶏のソース焼き、切干大根の煮付、小松菜のお浸し 276kcal	15 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 絵が得意なスタッフの スクラッチアート ハロウィン わかめごはん、ちゃんぽん麵、ピーマンの炒め物、インゲン胡麻和え 491kcal	16 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 武藤看護師の 生活講座 臓器の働き 鶏の南蛮漬、焼ギョーザ、キャベツのサラダ 322kcal	17 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 武藤看護師の 生活講座 臓器の働き 魚の味噌燗焼き、絹寄せしんじょう(ホタテ)、ほうれん草の白和え 385kcal
18	19 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 理美容 平田介護士の 季節のお茶講座 ごぼう茶 魚の明太マヨ焼き、豚じゃが、小松菜のお浸し 311kcal	20 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 高島管理者の オリンピック講座 サッカー・自転車競技 ミートローフ(デミソース)、れんこんの煮物、白菜のお浸し 273kcal	21 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 高島管理者の オリンピック講座 サッカー・自転車競技 にぎり寿司、いなり寿司、オクラおかか和え 429kcal	22 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 平田介護士の 音楽講座 秋の唱歌 鶏肉の生姜焼き、茄子と揚げの煮物、ツナマカロニサラダ 424kcal	23 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ ハロウィンパーティ さわらの照り焼き、信田巻き、ほうれん草の柚香和え 247kcal	24 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 平田介護士の 季節のお茶講座 ごぼう茶 ロールキャベツ、大豆と野菜のトマト煮、胡瓜のサラダ 118kcal
25	26 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 林寺介護士の 季節のクッキング きのこのお好み焼き風 オムレツ、筑前煮、もやしのツナ和え 281kcal	27 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 林寺介護士の 季節のクッキング きのこのお好み焼き風 メンチカツ、じゃが芋の洋風煮、オクラの和え物 300kcal	28 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 平田介護士の 音楽講座 秋の唱歌 豚肉のおろし煮、茄子の煮物、にんじんの白和え風 273kcal	29 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 林寺介護士の 季節のクラフト フラワーアレンジメント さんま丼(蒲焼風)、大根の煮物、ほうれん草のお浸し 235kcal	30 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 林寺介護士の 季節のクラフト フラワーアレンジメント 卵とじ煮、豆腐の中華煮、胡瓜の和え物 216kcal	31 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 林寺介護士の ハロウィン講座 豆知識・クイズ 豚肉のすき焼き、れんこん饅頭、小松菜のお浸し 235kcal

※第2、4週は季節のお風呂「紅葉の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ラベンダー」をお楽しみください。

理美容は理容師来所の日

10月のお風呂

10月のアロマミスト

編集部コラム



紅葉の香りが気分を変えて、疲労を回復させます。ゆったりとした至福の時間をお過ごしください。



ラベンダーの丘を連想させる心地良い癒しを与えてくれる香りです。リラックスタイムをお楽しみください。

秋の代表的な食べ物の一つ、「栗」。甘栗、ゆで栗、栗ご飯、栗饅頭、モンブラン、色んな食べ方が思い浮かびますよね。ところで、栗を英語でなんというかご存知でしょうか? 「マロン」と答えた方は、残念ながら間違いです。正解は、「チェスナット(chestnut)」。栗は、くるみやピーナッツなどと同じナッツ類に分類されています。英語でマロンというと「ザリガニ(marron)」を意味しますので、お気を付けください。

