

Happy Birthday

5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。



A.M 様



K.H 様



S.S 様



N.T 様



Activity

林寺のアクティビティ紹介

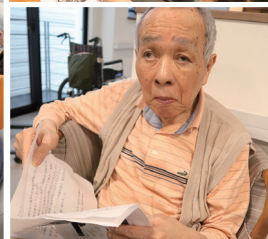
■ 社交ダンス

「ダンスすると若いころを思い出すわ」と
お話しされながら、先生にステップを教
えて頂き体を動かされていました♪



■ 昭和歌謡曲講座

今月の歌謡曲講座は、戦前から戦
後にかけて大活躍されました「岡
晴夫」をご紹介します。懐かしの
曲を聞きながら、手拍子をされたり
若かりし頃の思い出をお話しされ
たりしていました。



■ 季節のクラフト

季節のお花を使ってフラワーアレ
ンジメントをしました。今回用意したカー
ネーションやガーベラの花言葉もご紹
介。皆様ご自身の感性を生かしながら、
思い思いにアレンジされていました。



令和3年6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)
	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 レモン ★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 紫陽花 サワラの西京味噌焼き、肉詰めいなるの煮物、小松菜のお浸し 292kcal	2 レモン ★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 紫陽花 豚肉の野菜巻き、ハムポテト(カレー味)、キャベツのピーナッツ和え 365kcal	3 レモン ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 林寺介護士の 季節のお茶講座 インスタントコーヒー サバの香味焼き、さつま揚げの磯辺煮、マカロニサラダ 383kcal	4 レモン ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 大越看護師の 健康講座 食中毒 チキン南蛮、切り干し大根の煮付け、南瓜とレーズンのサラダ 465kcal	5 レモン ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 林寺介護士の 季節のお茶講座 インスタントコーヒー きつねうどん、信田巻と紅あずまの煮物、パインゼリー 418kcal
6	7 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 大越看護師の 健康講座 食中毒 赤魚の幽庵焼き、里芋の煮物、オクラとツナの青しそ和え 216kcal	8 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 林寺介護士の 昭和歌謡曲講座 島倉千代子 豚肉の旨塩炒め、エビシユウマイ、アスパラの和え物 325kcal	9 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 林寺介護士の 昭和歌謡曲講座 島倉千代子 魚(ホキ)の明太マヨソースかけ、高野豆腐の煮物、菜の花の胡麻和え 280kcal	10 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 林寺介護士の 季節の文香 レモン ミンチカレー、漬物(福神漬)、コールスローサラダ 351kcal	11 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 平田介護士の 父の日講座 父の日の由来 鮭のバター醤油、ほうれん草ハムソテー、人参サラダ 319kcal	12 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 平田介護士の 父の日講座 父の日の由来 煮込みハンバーグ、大根とあさりの煮物、さつま芋サラダ 417kcal
13	14 レモン ★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 水泳・バトミントン 鮭のバジルオイル焼き、卵の花煮、小松菜のお浸し 234kcal	15 レモン ★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 水泳・バトミントン メンチカツ、ひじき煮、白菜の柚子和え 320kcal	16 レモン ★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の 季節のクラフト 人気のクラフト(選択式) 魚の野菜あんかけ、肉詰めいなるの煮物、ほうれん草の胡麻和え 241kcal	17 レモン ★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の 季節のクラフト 人気のクラフト(選択式) 牛焼肉炒め、エビシユウマイ、菜の花のナムル 338kcal	18 レモン ★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の 季節のクラフト 人気のクラフト(選択式) 魚(タラ)の梅味噌焼き、鶏ごぼう、さつま芋サラダ 336kcal	19 レモン ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 山崎介護士の 日本史講座 徳川家康 醤油ラーメン、チンジャオロース、杏仁フルーツ缶 408kcal
20	21 緑茶の湯 ★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 愛知県 鶏肉の柚子照り焼き、切り干し大根の煮付け、オクラの和え物 347kcal	22 緑茶の湯 ★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 愛知県 鮭の西京味噌焼き、がんもの煮付け、ほうれん草の和え物 256kcal	23 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 林寺介護士の 季節の文香 レモン 豚肉の生姜焼き、紅あずま甘露煮、小松菜の錦糸和え 296kcal	24 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 野上介護士の チェアヨガ 座ってラクラクヨガ 白身魚フライ、南瓜そば煮、なます 360kcal	25 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 野上介護士の チェアヨガ 座ってラクラクヨガ カレーライス、ブロックリー卵サラダ、缶果物(パイン缶) 394kcal	26 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 料理好きスタッフの 季節のクッキング サラダクレープ サワラの幽庵焼き、大根と豚肉の味噌煮、アスパラの辛子和え 245kcal
27	28 レモン ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 料理好きスタッフの 季節のクッキング サラダクレープ 赤魚の照り焼き、茄子と揚げの煮物、とろろ芋 298kcal	29 レモン ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 山崎介護士の 日本史講座 徳川家康 鶏そぼろ丼、ひじき煮、人参の白和え風 337kcal	30 レモン ★体操・機能訓練 ㊟ティータイム ㊟カラオケ 山崎介護士の 日本史講座 徳川家康 オムレツ、豚肉とごぼうのうま煮、ほうれん草の柚香和え 292kcal	6月の行事ピックアップ! 6/19(木)・29(火)・30(水) 日本史講座 歴史が好きな方も多く、毎月楽しみにされている日本史講座。今月はいよいよ「徳川家康」です。お楽しみに!  6/11(金)・12(土) 父の日講座 父の日の由来などをご紹介します。一緒に父の日をお祝いしましょうね。 		

※第2、4週は季節のお風呂「緑茶の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「レモン」をお楽しみください。

㊟理美容は理容師来所の日

6月のお風呂

緑茶の湯

緑茶はウイルスを撃退する効果のあるカテキンを豊富に含有。ビタミンも豊富で、つやつやでうるおいのあるお肌へ導きます。

6月のアロマミスト

レモン

レモンの香りには心を刺激して、積極性を高めてくれる働きもあります。また優れた抗菌作用で気分も爽快にさせてくれます。

編集部コラム

6月30日はハーフタイムデーです。1年のちょうど半分を迎える日ということで昔から節目とされており、神道においては「夏越の祓」の日でもあります。京都では、この日にあわせて、氷のかけらを模した三角形のういろうに邪気払いの小豆をのせたお菓子「水無月」を食べる風習があるのだそうです。6月に6月という名前のお菓子を食べるというのは、なんだか風流ですね。

