

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。



K.T 様



T.M 様



F.F 様



M.M 様



I.C 様



Activity

林寺のアクティビティ紹介

■ フラワーアレンジメント

お月見をイメージしスキの入ったフラワーアレンジメントでした。皆様お花を見て、綺麗やね〜と周りの方とお話されながら取り組まれていました。



■ 社交ダンス

昔、社交ダンスを習っていらっしゃったご利用様も参加され、ダンスホールのような盛り上がりでした!



■ 昭和歌謡曲講座

今月の昭和歌謡曲講座では宝塚のトップスター「越路吹雪」をご紹介しました!シャンソン女王の曲を聴きながら皆様若かりし頃を思い出されていました♪



令和3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)
	記号の見方 体操・機能訓練 ティータイム カラオケ 理容師来所の日		10月の行事ピックアップ! 10/29(金)、30(土) ハロウィンパーティ スタッフの仮装を楽しみにしててくださいね! 	10/14(木) 鉄道の日イベント 前回大好評でした「お取り寄せ駅弁!」イベントを鉄道の日に開催します! 	1 ラベンダー 林寺介護士の季節のお茶講座 ザクロ酢 赤飯、ホッケの幽庵焼き、水餃子、菜の花のくるみ和え、南瓜サラダ 571kcal	2 ラベンダー 林寺介護士の季節のお茶講座 ザクロ酢 尾道ラーメン風、じゃが芋コロッケ、コーンとツナのサラダ、抹茶ババロア 655kcal
3	4 紅葉の湯 林寺介護士の漢字講座 難読秋の食材 秋の彩り散らし寿司、豆腐の柚子あんかけ、三色豆 606kcal	5 紅葉の湯 林寺介護士のスクラッチアート ハロウィン 高菜ご飯、シルバーの蒲焼き、南瓜シューマイ、白菜と竹輪の和え物、ほうれん草のソテー 535kcal	6 紅葉の湯 林寺介護士のスクラッチアート ハロウィン 御飯、鶏の唐揚げ、さつま芋の彩り煮、三色ピーマンとジャコの当座煮、キャベツとわかめの味噌マヨネーズ和え 710kcal	7 紅葉の湯 野上介護士の沖縄講座 方言 御飯、サワラのバター醤油風味焼き、スパゲティナポリタン、菜の花の胡麻よごし、黒豆 570kcal	8 紅葉の湯 野上介護士の沖縄講座 方言 焼うどん(しょうゆ味)、ふくら高野の合わせ煮、春菊のお浸し、紫芋酢ジュレ黒豆入り 422kcal	9 紅葉の湯 林寺介護士の漢字講座 難読秋の食材 御飯、鶏肉の山賊焼き、ビーフン炒め、茄子のおろし煮、白菜のレモン酢和え 688kcal
10	11 ラベンダー 大越看護師の健康講座 寒暖差アレルギー 御飯、タラの照り焼き、白菜とミンチの炒め物、筍と落の炊き合わせ、フルーツミックス 468kcal	12 ラベンダー 林寺介護士の季節の文香 ラベンダー スパイシーチキンカレー、カリフラワーのマリネ、わかめの中華ドレ和え 553kcal	13 ラベンダー 林寺介護士の季節の文香 ラベンダー さつま芋ご飯、サワラのレモン蒸し、たけのこ焼売、チンゲン菜のしらし和え、オニオンサラダ 599kcal	14 ラベンダー 鉄道の日イベント お取り寄せ駅弁 梅菜ごはん、鶏の揚げ煮、南瓜コロッケ、いんげんと竹輪の和え物、みかん缶 678kcal	15 ラベンダー 林寺介護士の季節のうた 秋の唱歌 御飯、アカウオの煮付け、がんもの含め煮、小松菜のピーナッツ和え、ビーンズサラダ 543kcal	16 ラベンダー 林寺介護士の季節のうた 秋の唱歌 御飯、鶏肉のクリーム煮、じゃが芋のコンソメ煮、ブロッコリーのおかか和え、杏仁豆腐 538kcal
17	18 紅葉の湯 山崎介護士の日本史講座 細川ガラシャ ハヤシライス、れんこんの金平、桃ゼリー 508kcal	19 紅葉の湯 山崎介護士の日本史講座 細川ガラシャ 御飯、アジの塩焼き、桜えびしんじょの炊き合わせ、いんげんの胡麻和え、ごぼうサラダ 513kcal	20 紅葉の湯 絵が得意なスタッフの絵手紙講座 紅葉・秋桜 御飯、鶏ハラミのボン酢煮、マカロニトマトソテー、小松菜のおかか和え、うぐいす豆 580kcal	21 紅葉の湯 絵が得意なスタッフの絵手紙講座 紅葉・秋桜 御飯、サバの照り焼き、豆腐と柚子のあんかけ、揚げ茄子と人参の煮物、なめこおろし和え 566kcal	22 紅葉の湯 料理好きスタッフの季節のクッキング スイートポテト 栗ご飯、ミックスフライ、里芋の田舎煮、青菜と鮭の焼浸し、りんごシロップ漬 649kcal	23 紅葉の湯 料理好きスタッフの季節のクッキング スイートポテト まぐろ漬け丼、変わりだし巻き玉子、茄子とオクラの辛子和え、抹茶ババロア 560kcal
24	25 ラベンダー 林寺介護士の季節のクラフト ハロウィンリース 御飯、オムレツ(ミートソース)、さつま芋の彩り煮、二色和え、大根とカニカマの酢の物 547kcal	26 ラベンダー 林寺介護士の季節のクラフト ハロウィンリース 御飯、アジの揚げ浸し、ねぎ入りだし巻き玉子、オクラのおかか和え、アセロラジュレ 592kcal	27 ラベンダー 川口介護士の都道府県講座 愛媛県 きつねうどん(関西風)、大根の鶏そぼろあんかけ、三色豆 483kcal	28 ラベンダー 川口介護士の都道府県講座 愛媛県 御飯、タチアオの和風ソース、あさりのしぐれ煮、大根の柚子ドレサラダ 571kcal	29 ラベンダー ハロウィンパーティ 御飯、牛とじ煮、カリフラワーのクリーム煮、春菊のお浸し、長芋の梅肉かけ 571kcal	30 ラベンダー ハロウィンパーティ 御飯、ブリの照り焼き、ふくら高野の合わせ煮、鶏と菜の花の和え物、人参とわかめのごま酢和え 593kcal
31						

※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。※メニューには全てスープがつきます。

10月のお風呂



紅葉の湯

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

10月のアロマミスト

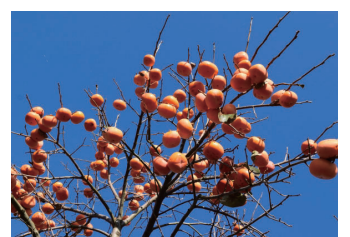


ラベンダー

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。

編集部コラム

気温も落ち着き、おいしい果物が出回る季節がやってきました。代表的な秋の果物の一つに柿がありますが、甘柿と渋柿、糖度が高いのはどちらがご存じでしょうか。渋み成分であるタンニンに邪魔されて分かりにくいのですが、実は糖度が高いのは渋柿の方なのだそう。渋の抜けた干し柿の強い甘味を思い浮かべると、納得かもしれませんね。



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>

