

Happy Birthday

10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.K 様



K.T 様



K.T 様



S.N 様



K.M 様

Event & Activity

林寺のイベントとアクティビティ紹介

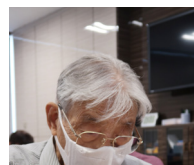
■ 外出昼食会

10月の外出昼食会、海やヨットハーバーを眺めながら優雅にランチを楽しめるカフェ、大阪北港ヘミングウェイで食事を楽しみました。気候もよく、景色を見ながらの会話に花が咲き、普段とは違う豪華な昼食に、食が進んでおられました。外で昼食ができて楽しかったと、たくさんの笑顔が見れました。



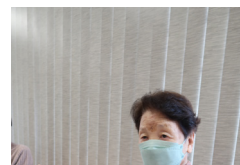
■ 絵手紙

今月の絵手紙は紅葉を書いていただきました。いつもは絵が苦手な文字が書かれていた利用者様も「紅葉なら描けそう!」とお話しされながら初めて絵手紙に挑戦していただきました!



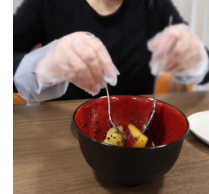
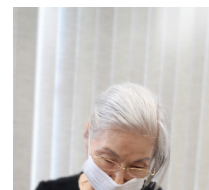
■ 健康講座

寒くなってくると流行りだす「ノロウイルス」について学びました。ノロウイルスは手指や食品などを介して感染することが多いので正しい手の洗い方も実演していただきました。



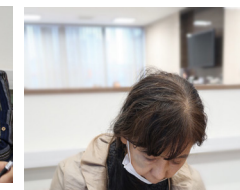
■ クッキング

今が旬なさつま芋を使い「大学芋」作りに挑戦していただきました。大学芋の由来をご紹介すると初めて聞かれた方が多く皆様ビックリされていました!



■ 百人一首写字講座

今回は天智天皇が謳った秋の俳句をご紹介します。稲穂や豊作などのイメージしながら筆をとっていただきました。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

KKR ホテル大阪 12階
日本料理 聚楽庵にて

11月の外出昼食会

開催日: 11月18日(金)

岸里・御陵前・林寺 各12名様

料金: 3,980 円

※申込後、11月13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4年11月の行事 & 昼食カレンダー

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	1 オレンジスイート 林寺介護士の 10月クラフト フラワーアレンジメント 赤飯、カレイの唐揚げ(しょうゆ味)、南瓜シューマイ、白菜と竹輪の和え物、昆布豆、すまし汁 605kcal	2 オレンジスイート 林寺介護士の 季節の文香 オレンジスイート 肉入りたぬきそば、さつま芋と昆布の煮物、牛蒡の辛子マヨ和え 677kcal	3 オレンジスイート 文化の日 林寺介護士の 季節の文香 オレンジスイート 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、すまし汁 593kcal	4 オレンジスイート 林寺介護士の 四季のお茶 杜仲茶 御飯、肉じゃが、五目炒り玉子、春菊のお浸し、黄桃缶、コンソメスープ 695kcal	5 オレンジスイート 林寺介護士の 四季のお茶 杜仲茶 御飯、鶏肉の山賊焼き風、ビーフン炒め、揚げ茄子の煮物、白菜のレモン酢和え、みそ汁 680kcal
6	7 りんご生姜の湯 山崎介護士の ことわざ講座 三日坊主 御飯、えびカツ、マカロニソテー、筍と落の炊き合せ、フルーツミックス、みそ汁 570kcal	8 りんご生姜の湯 山崎介護士の ことわざ講座 三日坊主 ビーフカレー、ひじきと蓮根の煮物、カリフラワーのマリネ 567kcal	9 りんご生姜の湯 川口介護士の 都道府県講座 福島県 御飯、サワラのレモン蒸し、枝豆焼売、チンゲン菜のしらす和え、オニオンサラダ、中華スープ 611kcal	10 りんご生姜の湯 川口介護士の 都道府県講座 福島県 御飯、ブルコギ風、南瓜コロケ、春菊の胡麻和え、みかん缶、みそ汁 578kcal	11 りんご生姜の湯 平田介護士の 季節の唱歌 11月の唱歌 御飯、アカウオの煮付け、がんもの含め煮、小松菜のピーナツ和え、ピーンズサラダ、みそ汁 515kcal	12 りんご生姜の湯 平田介護士の 季節の唱歌 11月の唱歌 御飯、鶏肉のバターカレー風味、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、すまし汁 563kcal
13	14 オレンジスイート 赤池看護師の 健康講座 インフルエンザ 御飯、鮭とカブのシチュー、キャベツとウインナーのソテー、いんげんのドレッシング和え、抹茶パバロア 534kcal	15 オレンジスイート 赤池看護師の 健康講座 インフルエンザ 高菜ご飯、アジの塩焼き、桜えびしんじょの炊き合せ、いんげんの胡麻和え、ごぼうサラダ、みそ汁 528kcal	16 オレンジスイート プロダンサー指導の 社交ダンス 花岡ダンススタジオ花岡先生 御飯、鶏肉のバセリバター風味ソテー、マカロニトマトソテー、小松菜のおかか和え、うぐいす豆、コンソメスープ 654kcal	17 オレンジスイート 管理者高島の 百人一首写字講座 後京極摂政前太政大臣 牛丼、菜の花のくるみ和え、鶏肉のみぞれ和え、みそ汁 518kcal	18 オレンジスイート 管理者高島の 百人一首写字講座 後京極摂政前太政大臣 御飯、厚揚げの五目炒め、ヘルシーチンジャオ、茄子のおろし煮、キャベツのフレンチ風サラダ、コンソメスープ 613kcal	19 オレンジスイート 赤池看護師の 文楽講座 忠臣蔵 御飯、サバの照焼き、豆腐の柚子あんかけ、チンゲン菜の辛子和え、なめこおろし和え、中華スープ 515kcal
20	21 りんご生姜の湯 赤池看護師の 文楽講座 忠臣蔵 御飯、オムレツ(ミートソース)、さつままいもの彩り煮、二色和え、大根とカニカマの酢の物、みそ汁 500kcal	22 りんご生姜の湯 林寺介護士の 季節の講座 いい夫婦の日 御飯、海鮮八宝菜、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、みそ汁 599kcal	23 りんご生姜の湯 勤労感謝の日 林寺介護士の 季節のクラフト デコボールでクリスマスツリー 御飯、メンチカツ、カリフラワーのクリーム煮、冬瓜の冷やし鉢、ほうれん草の白和え、コンソメスープ 528kcal	24 りんご生姜の湯 林寺介護士の 季節のクラフト デコボールでクリスマスツリー 御飯、アジの揚げ浸し、枝豆豆腐の炊き合せ、あさりのしぐれ煮、大根の柚香ドレサラダ、みそ汁 540kcal	25 りんご生姜の湯 山崎介護士の 日本史講座 近松門左衛門 散らし寿司、大根の鶏そぼろあんかけ、三色豆、すまし汁 645kcal	26 りんご生姜の湯 山崎介護士の 日本史講座 近松門左衛門 御飯、アカウオの西京焼き、ふくら高野の合わせ煮、鶏と菜の花の和え物、ミモザサラダ、すまし汁 501kcal
27	28 オレンジスイート 林寺介護士の クッキング講座 ほうれん草パンケーキ 尾道ラーメン風、枝豆焼売、筍とこんにゃくの炒り煮、ひとくち焼き芋風 534kcal	29 オレンジスイート 林寺介護士の クッキング講座 ほうれん草パンケーキ カツカレー、大根葉とジャコの炒り煮、スパゲティサラダ 630kcal	30 オレンジスイート 林寺介護士の 絵手紙 ザクロ・イチヨウ 御飯、サバのみりん漬、さつま芋のバター風味炒め、小松菜の土佐和え、大根さくら漬、みそ汁 631kcal	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。	11月の行事ピックアップ! 11/22(火) いい夫婦の日 11月22日はいい夫婦の日! 今年も俳句大会を開催します。 お楽しみに♪	

※第2、4週は季節のお風呂「りんご生姜の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「オレンジスイート」をお楽しみください。

11月のお風呂



りんごにはリンゴ酸やカプロン酸などの成分があり、新陳代謝を促進させます。生姜は血行促進や鎮静効果もあります。

11月のアロマミスト



リラックス効果があり、不安や緊張、ストレス、うつ状態から解放され、気分を前向きにする効果が期待できます。

編集部コラム

七五三の由来は、平安時代に行われた、3歳の「髪置き」、5歳の「袴着」、7歳の「帯解き」の儀式にあるといわれています。昔は子供の死亡率が非常に高かったため、このような節目に成長を祝い、子供の長寿と幸福を祈願しました。医療が発達した現代でも、子供を思う親心にはわりはなく、七五三というかたちで受け継がれてきたのです。

