

Oak Club Report

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。



S.I 様



R.K 様



Y.K 様



T.T 様



T.N 様



Y.N 様

Event & Activity

林寺のイベントとアクティビティ紹介

■ 林寺 4周年記念イベント

オーク倶楽部林寺は、この度4周年を迎える事ができました。開所当初の4年前、わずか二人のご利用者様でスタートした弊所も、たくさんの皆様が集う場所に成長しました。5年目のオーク倶楽部 林寺は「毎日通いたくなるデイサービス」を合言葉に「健康と生きがい」をご利用者様にご提供してまいります。イベントでは、スタッフお手製の洋食メニューを召し上がって頂き、GOSPELグループ「J'Mother」のリーダー池田弥生さんをお招きしてのコンサートを楽しんでいただきました。



■ ライブキッチンスタイルで頂く「宮崎牛のビフテキ」

南海グリルにビフテキを食べに行きました。ライブキッチンスタイルで、甘みよく風味豊かな宮崎牛を調理してもらい、匂いだけでなく目でも食事を堪能することができました。フランベの瞬間は、目の前で上がる大きな炎に驚かれていましたが、柔らかく焼き上がった肉を心ゆくまで堪能することができました。



■ 崇徳院の詩を写字

崇徳院の詩を詠んでいただきました。勢いのある川の情景に、恋慕う気持ちが強く描かれた詩です。ペン先に集中する事で脳への刺激にもつながります。集中して書き上げておられました。



■ 消防訓練 ～火災に備える～

消防訓練と防災講座を行いました。火災の発生原因を考えて頂き、映像も見ながら火災の怖さを再確認して頂きました。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

初夏の日帰り旅行

関西の迎賓館 奈良ホテルでのお食事会

旅行日:6月18日(日)

関西の迎賓館、奈良ホテルへのバスツアーです。
ホテルにある「三笠」にて、フランス料理をお楽しみください。

お食事の後は、東大寺大仏殿の拝観を予定しています。
(往復15分ほど歩きます)

※申込締切は6月8日(木)まで。

※旅行代金は介護度別となっています。詳しくはスタッフまでお申し出ください。

令和5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)
		6月の行事ピックアップ! 6/23(金) お茶講座 老舗お茶屋さん角野商店をお招きし、お茶の極意を教えてください!!		1 レモン ☆☎🎵 林寺介護士の 季節の文香 レモン 赤飯、鶏肉のクリーム煮、和風スパゲティ、小松菜の土佐和え、ひとくち焼いも風、コンソメスープ 621kcal	2 レモン ☆☎🎵 林寺介護士の 季節の文香 レモン 御飯、白身魚のフライ(オーロラソース)、蓮根と里芋のおかか煮、チンゲン菜とカニカマの和え物、フルーツミックス、コンソメスープ 567kcal	3 レモン ☆☎🎵 林寺介護士の 四季のお茶 烏龍茶 御飯、鶏のさっぱり煮、ヘルシーチンジャオ、春菊の胡麻和え、南瓜サラダ、すまし汁 584kcal
4 緑茶の湯 ☆☎🎵 林寺介護士の 四季のお茶 烏龍茶 御飯、えびカツ、さつま芋の煮しめ、わかめの中中華ドレし和え、ブロッコリーサラダ、すまし汁 542kcal	5 緑茶の湯 ☆☎🎵 平田介護士の 昭和歌謡講座 島倉千代子 きのこカレー キャベツと焼豚のソテー カリフラワーのマリネ 503kcal	6 緑茶の湯 ☆☎🎵 林寺介護士の 思い出ノート 自伝史 御飯、サバの照焼き、茄子と牛ひき肉のトマト煮、白菜と揚げの煮浸し、彩りシーザー風サラダ、みそ汁 615kcal	7 緑茶の湯 ☆☎🎵 林寺介護士の 思い出ノート 自伝史 肉そば さつま芋のバター風味炒め 大根とハムの中華ドレサラダ、黒豆 677kcal	8 緑茶の湯 ☆☎🎵 山崎介護士の ことわざ講座 為せば成る為さねば成らぬ何事も 御飯、さわらの塩焼き、大豆コンソメ煮、小松菜の胡麻和え、アロエフルーツミックス、すまし汁 484kcal	9 緑茶の湯 ☆☎🎵 山崎介護士の ことわざ講座 為せば成る為さねば成らぬ何事も 御飯、鶏のさっぱり煮、ヘルシーチンジャオ、春菊の胡麻和え、南瓜サラダ、すまし汁 584kcal	10 緑茶の湯 ☆☎🎵 山崎介護士の ことわざ講座 為せば成る為さねば成らぬ何事も 御飯、バーベキューチキン、春雨とハムのソテー、青菜と鮭の焼浸し、白花豆、コンソメスープ 615kcal
11 レモン ☆☎🎵 平田介護士の 季節の唱歌 6月の唱歌 御飯、鶏肉の唐揚げ、おでん風煮、オクラのおかか和え、黄桃缶、みそ汁 624kcal	12 レモン ☆☎🎵 平田介護士の 季節の唱歌 6月の唱歌 御飯、シルバーの蒲焼き、さつま芋の彩り煮、筍と莖の炊き合せ、鶏肉と人参のクリーミー生姜和え、すまし汁 486kcal	13 レモン ☆☎🎵 平田介護士の 季節の唱歌 6月の唱歌 冷やし梅かつおうどん 海老焼売 こんにゃくの炒め煮 マスカットゼリー 432kcal	14 レモン ☆☎🎵 赤池看護師の 健康講座 食中毒 御飯、アジの揚げ浸し、木の葉南瓜、春菊のおかか和え、ビーンズサラダ、みそ汁 579kcal	15 レモン ☆☎🎵 赤池看護師の 健康講座 食中毒 シーフードカレー さつま芋のレモン煮 キャベツと鶏肉の胡麻ドレサラダ 498kcal	16 レモン 🗣️☆☎🎵 林看護師の 健康体操 チェアヨガ 御飯、鶏の揚げ煮、カリフラワーのクリーム煮、小松菜のピーナッツ和え、大根の柚香ドレサラダ、みそ汁 662kcal	17 レモン ☆☎🎵 林看護師の 健康体操 チェアヨガ シーフードカレー さつま芋のレモン煮 キャベツと鶏肉の胡麻ドレサラダ 498kcal
18 『初夏の日帰り旅行』 管理者高島の 百人一首写字講座 後徳大寺左大臣 桜えび炊き込みご飯 メンチカツ、ジャーマンポテト、ほうれん草のごまだし和え、鶏肉のみぞれ和え 571kcal	19 緑茶の湯 🗣️☆☎🎵 管理者高島の 百人一首写字講座 後徳大寺左大臣 御飯、白身魚のきのこあんかけ、さつま芋と昆布の煮物、チンゲン菜と蒲鉾の和え物、キャベツとカニカマのサラダ、中華スープ 416kcal	20 緑茶の湯 ☆☎🎵 管理者高島の 百人一首写字講座 後徳大寺左大臣 御飯、牛とじ煮、枝豆焼売、茄子のおろし煮、胡瓜とトマトの土佐酢和え、みそ汁 690kcal	21 緑茶の湯 ☆☎🎵 林寺介護士の 季節のクラフト フラワーアレンジメント 御飯、厚揚げとひき肉の坦々風炒め、じゃが芋のコンソメ煮、いんげんの胡麻和え、三色ピーマンのマリネ、みそ汁 581kcal	22 緑茶の湯 ☆☎🎵 林寺介護士の 季節のクラフト フラワーアレンジメント 散らし寿司 里芋のごま味噌煮 うぐいす豆 すまし汁 545kcal	23 緑茶の湯 ☆☎🎵 角野商店のお茶講座 御飯、アジの蒲焼き、さつま芋の煮しめ、大根とささみの和え物、マカロニサラダ、コンソメスープ 486kcal	24 緑茶の湯 ☆☎🎵 赤池看護師の 文楽講座 良弁杉由来 焼きナポリタン カレーオムレツ いんげんのドレッシング和え、フルーツミックス 516kcal
	25 レモン ☆☎🎵 赤池看護師の 文楽講座 良弁杉由来 御飯、ポークチャップ、南瓜コロケ、小松菜とエノキの和え物、白菜のレモン酢和え、中華スープ 551kcal	26 レモン ☆☎🎵 赤池看護師の 文楽講座 良弁杉由来 御飯、チキンとかぼちゃのシチュー、マカロニトマトソテー、ブロッコリーのおかか和え、ふじりんごゼリー 506kcal	27 レモン ☆☎🎵 林寺介護士の 季節のクッキング どうぶつパフェ 御飯、厚揚げとひき肉の坦々風炒め、じゃが芋のコンソメ煮、いんげんの胡麻和え、三色ピーマンのマリネ、みそ汁 581kcal	28 レモン ☆☎🎵 林寺介護士の 季節のクッキング どうぶつパフェ 御飯、白身魚のレモンバターソテー、さつま芋の彩り煮、白菜と竹輪の和え物、菜の花の白和え、みそ汁 453kcal	29 レモン ☆☎🎵 山崎介護士の 日本史講座 直江兼続 牛丼 焼売 春菊のナムル 691kcal	30 レモン ☆☎🎵 山崎介護士の 日本史講座 直江兼続 牛丼 焼売 春菊のナムル 691kcal

※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。

6月のお風呂

緑茶の湯

蓬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に導きます。

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月の花といえば紫陽花です。花の色は青やピンク、紫などいろんな色があります。花の色が違ふのは生育している土地の質によって変化するといわれ、酸性の土ならピンクや紫、アルカリ性の土なら青い花を咲かせると言われています。梅雨はどんより薄暗い日々が続きますが、紫陽花の姿を楽しむことができれば気分も晴れやかになりますね。

