

Happy Birthday

8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.W 様



K.C 様



N.K 様



T.Y 様

Event & Activity

林寺のイベントとアクティビティ紹介

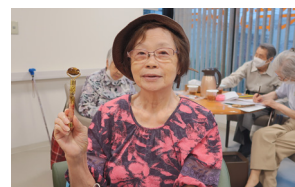
■ 外出昼食会 ～贅沢な和の空間での『会席料理』～

8月の外出昼食会は、さかい利品の杜に併設する、湯葉と豆腐の店「梅の花」で会席料理を頂きました。贅沢な和の空間での食事に、普段より箸も進み、会話も楽しんでおられました。メニューも天ぷらに西京焼き、牛すき煮と盛りだくさんでしたが、しっかりと召し上がられていましたよ。



■ 持ち手がハーバリウムのフェイスローラー

季節のクラフト講座では「ハーバリウムフェイスローラー」作りをしました。ドライフラワーをオイルと交互に持ち手に詰めて頂く細かな作業でしたが、皆様真剣に取り組まれていました。スタッフが使い方を伝授すると早速、顔に当てながら気持ちいいね～!と嬉しそうにされていました。



■ 慣れた手つきで作る『お好み焼き』

関西人のソウルフード「お好み焼き」を作っていただきました。お好み焼きは私に任せて!子どもたちとよく作ったな～!と自然と昔話に花を咲かせていました。



■ 百人一首写字講座

手を使い字を書く機会が少なくなってきましたが、字を書くという行為は指先を使う作業なので脳を活性化してくれます。また書き写すという行為も意識が集中する事で脳や臓器の動きが活性化し身体のバランスが保たれる効果があると言われています。



※写真撮影の際はマスクを外しております。



令和5年9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)
9月の行事ピックアップ! 9/18(月) 敬老の日 9月18日は敬老の日です。 素敵なおやつを楽しみにして下されね!!			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	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 ベルガモット ★☎🎵 林寺介護士の 季節の文香 ベルガモット 照焼きチキン、しめじ ひじき煮 枝豆のふんわり天 みそ汁 255kcal	2 ベルガモット ★☎🎵 林寺介護士の 季節の文香 ベルガモット 醤油ラーメン ぎょうざ からし菜の炒め物 漬物 311kcal
3	4 巨峰の湯 ★☎🎵 林寺介護士の 四季のお茶 ごぼう茶 赤魚の煮付、筍煮、花形豆腐の煮付、菜の花の和え物、漬物、みそ汁 245kcal	5 巨峰の湯 ★☎🎵 林寺介護士の 四季のお茶 ごぼう茶 コロッケ二種盛、ポイルブロッコリー、ごぼうのそぼろ炒め、マカロニカレーソテー、みそ汁 354kcal	6 巨峰の湯 ★☎🎵 林寺介護士の 思い出ノート 自分史 豚丼 冬瓜の煮付 ビーマンの炒め物 漬物、みそ汁 283kcal	7 巨峰の湯 ★☎🎵 林寺介護士の 思い出ノート 自分史 冷やしぶっかけおろしそば 肉団子 胡瓜の塩昆布和え 296kcal	8 巨峰の湯 ★☎🎵 山崎介護士の ことわざ講座 良薬は口に苦し パトフ オムレツ ブロッコリーのごまドレッシング、漬物 271kcal	9 巨峰の湯 ★☎🎵 山崎介護士の ことわざ講座 良薬は口に苦し 【薬膳食】 ぶりの菊花あんかけ 山芋とホタテの温製サラダ、梨、根菜の味噌汁 297kcal
10	11 ベルガモット ★☎🎵 赤池看護師の 健康講座 インフルエンザ 豆腐ナゲット、ナポリタン、茄子の煮浸し、チンゲン菜のおかか和え、漬物、みそ汁 371kcal	12 ベルガモット ★☎🎵 林看護師の 手話歌講座 脳を活性化させる手話歌 はんぺんチーズサンド ポイルキャベツ、冬瓜の煮付、小松菜のごま和え、みそ汁 210kcal	13 ベルガモット ★☎🎵 平田介護士の 季節の唱歌 9月の唱歌 冷やしぶっかけきつねうどん、貝柱の旨煮、いんげんとツナの炒め物、漬物 362kcal	14 ベルガモット ★☎🎵 赤池看護師の 健康講座 インフルエンザ 豚とキャベツのみそ炒め 南瓜の煮物 えびと豆腐の天ぷら みそ汁 345kcal	15 ベルガモット 📄★☎🎵 林寺介護士の 季節のクラフト フラワーアレンジメント かに玉あんかけ ぎょうざ 胡瓜の塩昆布和え 漬物、中華スープ 228kcal	16 ベルガモット ★☎🎵 林寺介護士の 季節のクラフト フラワーアレンジメント 鮭の幽庵焼、フキ煮 切干大根の煮付 菜の花の和え物 みそ汁 188kcal
17	18 巨峰の湯 敬老の日 📄★☎🎵 林寺介護士の 季節の講座 敬老の日 【行事食】 赤飯、天ぷら、天つゆ 炊き合わせ 巨峰、おすまし 391kcal	19 巨峰の湯 ★☎🎵 林看護師の チェアヨガ リラックス効果 親子丼 花形豆腐の煮付 ブロッコリーの和え物 みそ汁 291kcal	20 巨峰の湯 ★☎🎵 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 おろしハンバーグ マカロニとウインナーのカレーソテー、ピーマン金平 漬物、みそ汁 291kcal	21 巨峰の湯 ★☎🎵 林寺介護士の 季節の唱歌 9月の唱歌 えびフライ ナポリタン がんも煮、からし菜の炒め物、みそ汁 408kcal	22 巨峰の湯 ★☎🎵 山崎介護士の 日本史講座 宮本武蔵 鯖の味噌煮、うぐいす豆 さつま芋甘煮 切干大根の煮付、漬物 みそ汁 371kcal	23 巨峰の湯 秋分の日 📄★☎🎵 山崎介護士の 日本史講座 宮本武蔵 冷やしぶっかけおろしそば しょうが天の炒め物 チンゲン菜のおかか和え 298kcal
24	25 ベルガモット ★☎🎵 管理者高島の 百人一首写字講座 素性法師 豚丼 カリフラワーの煮付 大豆煮 漬物、みそ汁 330kcal	26 ベルガモット ★☎🎵 管理者高島の 百人一首写字講座 素性法師 白身魚の野菜あん 茄子の煮浸し 春菊のお浸し みそ汁 318kcal	27 ベルガモット ★☎🎵 林寺介護士の 季節のクッキング おはぎ シーフードカレー かぼちゃコロッケ 小松菜のごま和え 漬物 284kcal	28 ベルガモット ★☎🎵 林寺介護士の 季節のクッキング おはぎ 醤油ラーメン ぎょうざ 胡瓜の塩昆布和え 漬物 287kcal	29 ベルガモット ★☎🎵 赤池看護師の 文楽講座 瓜子姫とあまのじゃく すき焼風煮 ひじき煮 金平ごぼう 漬物、みそ汁 317kcal	30 ベルガモット ★☎🎵 赤池看護師の 文楽講座 瓜子姫とあまのじゃく 中華丼 枝豆のふんわり天 からし菜の炒め物 中華スープ 207kcal

※第2、4週は季節のお風呂「巨峰の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ベルガモット」をお楽しみください。

9月のお風呂



巨峰の湯
巨峰の豊かな香りで初秋の新鮮さを演出。ホホバオイルが潤いを与え、肌をすべすべに整える効果があります。

9月のアロマミスト



ベルガモット
菌力のある精油成分チモールを含む柑橘類。喉の痛みや消化不良、駆風作用に効果があると言われています。

編集部コラム

桃の節句や端午の節句、七夕等と同じ五節句の一つである重陽の節句は、9月9日に行われる伝統的な季節の行事です。旧暦では丁度、菊の花の時期であったことから菊の節句とも呼ばれる昔ながらのイベントとなっています。9月9日には菊の花を飾る、菊の花を浮かべた菊風呂に入るといった菊をテーマに、工夫をしてみるのもおすすめです。

