

Happy Birthday

2024年1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.M 様



T.A 様



R.N 様



M.I 様



K.Y 様



R.T 様



T.M 様



M.Y 様



S.I 様



K.S 様

Event & Activity

林寺のイベントとアクティビティ紹介

■ 鏡開き

2024年初日は新春特別行事を開催しました。「せーの」の皆様の元気な掛け声に合わせて「よいしょー」と鏡開きをしながら甘酒で乾杯をし2024年をスタートしました。最後はオーク倶楽部恒例の大阪締めで皆様の健康とご多幸をお祈りいたしました。昼食はお祝い御膳を堪能していただきました。



■ 外食昼食会

新年初回の外出昼食会は、毎年恒例となっています住吉大社吉祥殿へ行きました。住吉大社の雰囲気と懐石料理を前に、召し上がられる前からワクワクされた様子で、会話ははずんでおられました。古来から伝承された調理法や技術を凝らした食事に、とても満足そうにされていました。



■ Cooking

白玉粉に絹豆腐を入れてモチモチ感が倍増する白玉団子を作っていただきました。フルーツとあんこ生クリームをトッピングし白玉入りあんみつを作りました。美味し〜と大好評でした。



■ 社交ダンス

今年初めとなる社交ダンスを開催しました。お正月太りで踊れるかな？とお話をしながらも皆様華麗なステップを披露されていました。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

南海グリル東店 お食事会



2月16日(金) 5,400円

岸里・御陵前・林寺 各10名様

※ご希望の方は、お早めにお申込みください。

美味しいビフテキ、
おいしい幸せ
熟成宮崎牛のステーキを
鉄板焼きで

※写真はイメージです。料理の内容は変更となる場合がございます。
※申込後、2月9日(金)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6年2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	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。	1 ティーツリー ★☎🎵 林寺介護士の アロマ文香 ティーツリー ハム入り醤油ラーメン、ぎょうざ、菜の花の和え物 337kcal	2 ティーツリー ★☎🎵 林看護師の DANCE&MUSIC 座ってできDANCE メンチカツ、付け合せ(ポイルキャベツ)、ヒジキ煮、ほうれん草のお浸し、漬物、味噌汁 323kcal	3 ティーツリー ★☎🎵 林寺介護士の 季節の講座 節分 豚とキャベツのみそ炒め、がんも煮、彩り野菜(花型人参)、えんどうの炒め物、味噌汁 340kcal
4	5 蓬の湯 ★☎🎵 平田介護士の 懐かしの唱歌 2月の唱歌 鯖の照焼、付け合せ(赤板)、冬瓜の煮付、いんげんとツナの炒め物、味噌汁 272kcal	6 蓬の湯 ★☎🎵 林看護師の 手話ソング 手話で聞く音楽の魅力 菜飯、根菜のクラムチャウダー、大根の柚子風味煮、みかん 230kcal	7 蓬の湯 ★☎🎵 林寺介護士の 思い出ノート 自分史 カレーうどん、コーンフライ、胡瓜のなめたけ和え 330kcal	8 蓬の湯 ★☎🎵 林寺介護士の 思い出ノート 自分史 おろしかつ、南瓜の煮物、キャベツの塩昆布炒め、漬物、味噌汁 336kcal	9 蓬の湯 ★☎🎵 林看護師の 手話ソング 手話で聞く音楽の魅力 親子丼、高野の含め煮、からし菜の炒め物、味噌汁 293kcal	10 蓬の湯 ★☎🎵 山崎介護士の KOTOWAZA 親しき中にも礼儀あり ロールキャベツトマトソース、きのこスパゲティ、えんどうの炒め物、漬物、コンソメスープ 173kcal
11 建国記念の日	12 ティーツリー ★☎🎵 林寺介護士の アロマ文香 ティーツリー シーフードカレー、かぼちゃコロッケ、冬瓜の煮付、漬物 281kcal	13 ティーツリー ★☎🎵 林看護師の DANCE&MUSIC 座ってできDANCE 豆腐ハンバーグ照焼ソース、茄子の煮浸し、いんげんとツナの炒め物、漬物、味噌汁 443kcal	14 ティーツリー ★☎🎵 山崎介護士の KOTOWAZA 親しき中にも礼儀あり 豚丼、じゃが芋の甘辛炒め、ブロッコリーの和え物、味噌汁 321kcal	15 ティーツリー ★☎🎵 平田介護士の 懐かしの唱歌 2月の唱歌 とろろ昆布そば、花型豆腐の煮付、菜の花の和え物、漬物 324kcal	16 ティーツリー 📺★☎🎵 林看護師の 健康セミナー 低温やけど 鯖の味噌煮、付け合せ(しめじ)、高野の含め煮、ほうれん草の菜種和え、味噌汁 354kcal	17 ティーツリー ★☎🎵 林看護師の 健康セミナー 低温やけど デミハンバーグ、付け合せ(スナックエンドウ)、里芋の含め煮、彩り野菜(花型人参)、切干大根のごま油炒め、漬物、味噌汁 280kcal
18	19 蓬の湯 📺★☎🎵 林寺介護士の 四季のお茶 黒豆茶 つくね塩ちゃんこ、冬瓜の煮付、ピーマンの炒め物、味噌汁 316kcal	20 蓬の湯 ★☎🎵 林寺介護士の クラフト 刺繍枠の花飾り カレーの煮付、付け合せ(赤板)、大豆煮、小松菜のごま和え、漬物、味噌汁 206kcal	21 蓬の湯 ★☎🎵 林寺介護士の 四季のお茶 黒豆茶 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、味噌汁 339kcal	22 蓬の湯 ★☎🎵 管理者高島の 百人一首写字 坂上是則 味噌カレーラーメン、ねりこみ、ゼリー 419kcal	23 蓬の湯 ★☎🎵 山崎介護士の 日本史ヒストリア 福沢諭吉 おろしかつ、ヒジキ煮、からし菜の炒め物、味噌汁 322kcal	24 蓬の湯 ★☎🎵 林寺介護士の クラフト 刺繍枠の花飾り 鶏入り筑前煮、きのこ玉子焼、カリフラワーの煮付、漬物、味噌汁 284kcal
25	26 ティーツリー ★☎🎵 管理者高島の 百人一首写字 坂上是則 親子丼、南瓜の煮物、いんげんとコーンの炒め物、味噌汁 275kcal	27 ティーツリー ★☎🎵 林寺介護士の Cooking パントリーフ 鯖の味噌煮、付け合せ(赤板)、キャベツの塩昆布炒め、菜の花の和え物、漬物、味噌汁 278kcal	28 ティーツリー ★☎🎵 林寺介護士の Cooking パントリーフ きつねうどん、里芋の含め煮、彩り野菜(花型人参)、ほうれん草の菜種和え 327kcal	29 ティーツリー ★☎🎵 山崎介護士の 日本史ヒストリア 福沢諭吉 えびカツ、付け合せ(ポイルキャベツ)、切干大根の煮付、胡瓜のなめたけ和え、漬物、味噌汁 266kcal	2月の行事ピックアップ! 2/3(土) 節分 2月3日(土)は節分です。 厄除招福への願いをこめて、小豆を使ったおやつをご準備します。 お楽しみに!	

※第2、4週は季節のお風呂「蓬の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ティーツリー」をお楽しみください。

2月のお風呂



蓬の湯

蓬(よもぎ)は血行を促進させ、肩こりや腰痛などをやわらげる働きがあります。香りはストレス解消や安眠にもよいといわれています。

2月のアロマミスト



ティーツリー

数ある精油の中でもラベンダーと並んで世界的に使われているティーツリー。細菌、真菌、ウイルスの3つに対して有用という珍しい精油です。

編集部コラム

バレンタインデーがチョコレートを贈る日とされているのは、実は日本だけです。どこの会社が始めたかは諸説ありますが、神戸モロゾフ製菓、森永製菓など様々な企業がバレンタインデーのキャンペーンを展開し始めたことで「2月14日は女性から好きな男性にチョコレート送って告白する日」という文化が広く浸透しました。

