

Happy Birthday

2024年11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.N 様



T.K 様



M.M 様



T.N 様



T.O 様



M.Y 様



K.S 様



N.N 様



H.K 様



F.T 様



M.H 様

Event & Activity

林寺のイベントとアクティビティ紹介

■ イベント

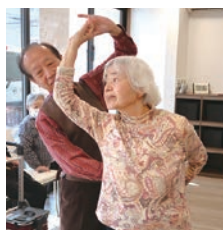
河内木綿の栽培で栄えた平野郷に、豪商辻元家が江戸時代初期に建築したとされる平野郷屋敷。そこを改装したレストランで、日本庭園を眺めながら、旬の食材を使った料理を楽しみました。お刺身から温かい鍋まであり、身も心も温まる料理を召し上がられ、「いい風景を眺めながら食べれて幸せ」と笑顔を見せておられましたよ。



■ 社交ダンス

2ヶ月に1回の社交ダンスを今回も楽しく開催しました!!

社交ダンスを行うことで自然と姿勢も正しくなり、楽しみながら柔軟性と心肺機能の持続が期待できます。皆様ステップを踏みながら笑顔で取り組まれていました。



■ クラフト

パールのネックレスを作成しました。貝を開けると真珠が入っており何色が出るかわからないドキドキを楽しまれていました。宝石言葉には「健康」「長寿」の意味も込められている世界に1つだけのオリジナル作品となりました。



■ 美容フェア

今月もボランティアの方々が来所されハンドマッサージ、ネイル、スキンケア、メイクをしてくださいました!!「何歳になってもオシャレをすることは嬉しい」と綺麗にメイクをしてもらった顔を鏡で見ながら喜ばれていました。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

12月の外食屋食会

堺のかほりに心躍らす贅沢
ホテルアゴーラリージェンシー
中国料理 龍鳳にて
中国料理の豪華ランチ

開催日: 12月20日(金)
岸里・御陵前・林寺 各10名様

料 金: 4,880円

※写真撮影の際はマスクを外しております。
※申込後、12月16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6年12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)
1	2 フランキンセンス ★☕🎵 林寺介護士の アロマ文香 フランキンセンス つくね塩ちゃんこ 里芋の含め煮 ほうれん草の菜種和え コンソメスープ 303kcal	3 フランキンセンス ★☕🎵 林寺介護士の アロマ文香 オレンジスイート とんかつ、付け合せ(ポイル ブロッコリー)、オムレツ、 からし菜の炒め物、味噌汁、 漬物 307kcal	4 フランキンセンス ★☕🎵 林寺介護士の 懐かしのソング 12月の唱歌 カレイの煮付 付け合せ(うぐいす豆) 冬瓜の煮付 うの花、味噌汁 216kcal	5 フランキンセンス ★☕🎵 林寺介護士の 懐かしのソング 12月の唱歌 はんぺんチーズサンド 付け合せ(しめじ)、茄子 の煮浸し、チンゲン菜のご ま炒め、味噌汁、漬物 303kcal	6 フランキンセンス ★☕🎵 林看護師の 手話ソング 手話で聞く音楽の魅力 白身魚の野菜あん 大豆煮 菜の花の和え物 中華スープ 253kcal	7 フランキンセンス ★☕🎵 林看護師の 手話ソング 手話で聞く音楽の魅力 煮ほうとう風 小松菜のカニカマ和え 小麦まんじゅう 269kcal
8	9 みかんの湯 ★☕🎵 林寺介護士の ハンドメイド お年玉袋 鰯の味噌煮 付け合せ(うぐいす豆) うの花、南瓜の煮物 味噌汁 335kcal	10 みかんの湯 ★☕🎵 林寺介護士の ハンドメイド お年玉袋 ハムカツ、付け合せ(ポイル ほうれん草)、三色ピーマン 炒め、冬瓜の煮付、味噌汁、 漬物 345kcal	11 みかんの湯 ★☕🎵 林寺介護士の 四季のお茶 ゆず茶 鶏と厚揚げのオイスター煮 カリフラワーの和え物 キャベツの塩昆布和え 中華スープ 241kcal	12 みかんの湯 ★☕🎵 林寺介護士の 四季のお茶 ゆず茶 塩ラーメン さつま芋の甘煮 野菜入りつくね 331kcal	13 みかんの湯 ★☕🎵 林看護師の 東洋医学セミナー ツボ押しで元気に 白身魚のチリソース 小松菜のおかか和え 枝豆のふんわり天 中華スープ 241kcal	14 みかんの湯 ★☕🎵 林看護師の 東洋医学セミナー ツボ押しで元気に すき焼風煮 えんどうの炒め煮 茄子の煮浸し 味噌汁、漬物 366kcal
15	16 フランキンセンス 📖★☕🎵 管理者高島の 百人一首写字 権中納言定頼 鶏の唐揚げおろしソース 南瓜の煮物 菜の花の和え物 味噌汁 459kcal	17 フランキンセンス ★☕🎵 林寺介護士の Cooking トナカイロール きつねうどん ブロッコリーの和え物 肉団子 299kcal	18 フランキンセンス ★☕🎵 林寺介護士の Cooking トナカイロール メンチカツ 付け合せ(ナポリタン) 小松菜のごま和え、冬瓜の 煮付、コンソメスープ 322kcal	19 フランキンセンス ★☕🎵 管理者高島の 百人一首写字 権中納言定頼 かに玉あんかけ えんどうの炒め物 金平ごぼう 味噌汁、漬物 251kcal	20 フランキンセンス 📖★☕🎵 林看護師の 健康セミナー 冬の皮膚トラブル 照焼チキン、付け合せ (ポイルブロッコリー)、 チンゲン菜の和え物、大豆 煮、味噌汁 223kcal	21 フランキンセンス ★☕🎵 林看護師の 健康セミナー 冬の皮膚トラブル 鮭の幽庵焼 付け合せ(筍煮) 菜の花のおかか和え、里芋 の含め煮、味噌汁、漬物 198kcal
22	23 みかんの湯 ★☕🎵 山崎介護士の 世界史ヒストリア イエスキリスト ロールキャベツトマトソー ス、しょうが天の炒め物、 カリフラワーの煮付、 コンソメスープ 158kcal	24 みかんの湯 ★☕🎵 林寺介護士の クリスマス パーティ カレイの煮付 付け合せ(うぐいす豆) ちくわの磯辺焼き、うの花、 味噌汁、漬物 241kcal	25 みかんの湯 ★☕🎵 クリスマス コンサート 出演:池田弥生さん スタッフ特製ランチ	26 みかんの湯 ★☕🎵 山崎介護士の 世界史ヒストリア イエスキリスト 木の葉丼 花型豆腐の煮付 いんげんとコーンの炒め 物、味噌汁、漬物 255kcal	27 みかんの湯 ★☕🎵 林寺介護士の クラフト フラワーアレンジメント 豆腐ナゲット、付け合せ (ポイルブロッコリー)、 小松菜のごま和え、 白菜の中華煮、味噌汁 234kcal	28 みかんの湯 ★☕🎵 林寺介護士の クラフト フラワーアレンジメント 年越し蕎麦定食
 年末休業日 29 30 31 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。 ※カロリー表示にはご飯分の カロリーは含まれておりません。 12月の行事ピックアップ! 12/24(火) クリスマスパーティー 12/24はクリスマスパーティーを開催します。 サンタクロースからのプレゼントも お楽しみに!!						

※第2、4週は季節のお風呂「みかんの湯」。第1、3、5週はアロマミスト「フランキンセンス」をお楽しみください。

12月のお風呂



みかんの湯
みかんには血行促進作用があり、果皮はクエン酸やビタミンCも含んでいるので、美肌効果も期待できます。

12月のアロマミスト



フランキンセンス
まるで森の中を散策しているような心地よさ、クリアでシャープな香りとともに気分が浄化されます。

編集部コラム

冬至(とうじ)二十四節気の一つです。冬至には行事食としてかぼちゃやこんにゃく、小豆粥(あずきがゆ)を食べたり、また、ゆず湯につかったりするといわれています。これらの風習の由来は諸説ありますが、寒さが厳しくなる冬至だからこそ体調を崩さないように、という意味が込められているようです。



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>

