

## Happy Birthday

2025年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。



K.S 様



Y.Y 様



Y.K 様



S.O 様



S.I 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

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られて幸せ」と笑顔を見せておられましたよ。



### ■ 駅弁の旅

珍しいあったかくなる駅弁3種類を選んでいただき召し上がっていただきました。「旅行すると駅弁食べてたね」「お出かけしている気分やわ」とお話しされながら皆様笑顔で完食されていきました。



### ■ フラワーアレンジメント

大人気の季節のお花を使ったフラワーアレンジメント。花の大きさやバランスを考えながら、茎の長さをカットしたり細部までこだわってアレンジされていました。お花を見ることで脳内に幸せを感じやすくなるホルモンが放出されるので、ぜひご自宅で飾って下さい!



### ■ 百人一首写字

百人一首は恋文を詠まれた詩が多いです。今回も昔の恋を思い出す詩をご紹介します。写字は目で読み手を使うことで脳が刺激を与えてくれる効果があります。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

## 6月の外出昼食会

美味しいビフテキ、おいしい幸せ  
南海グリル東店にて  
熟成宮崎牛のステーキを鉄板焼きで

開催日:6月20日(金)  
岸里:10名様  
御陵前・林寺:各6名  
料金:5,950円



※写真はイメージです。料理の内容は当日変更となる場合がございます。  
※申込後、6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7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)
1	2   	3   	4   	5   	6   	7   
	林寺介護士の アロマ文香 レモン	林寺介護士の アロマ文香 レモン	林寺介護士の 大人のトリビア 6月の雑学	林寺介護士の 大人のトリビア 6月の雑学	林寺介護士の 四季のお茶 アールグレイ	林寺介護士の 四季のお茶 アールグレイ
	ロールキャベツマトソース 小松菜のごま和え オムレツ コンソメスープ、漬物 131kcal	つくね塩ちゃんこ 金平ごぼう 里芋の含め煮 味噌汁 204kcal	金沢カレー 胡瓜の酢の物 きんつば 漬物 363kcal	豆腐ナゲット 付)ナポリタン チンゲン菜のおかか和え 麩のだし煮 コンソメスープ 252kcal	アジフライ、付)花型人参 カリフラワーの煮付 菜の花の煮浸し すまし汁、漬物 228kcal	なめこおろしそば ハムフライ 小松菜のごま和え 342kcal
8	9   	10   	11   	12   	13   	14   
	蒲看護師の 季節の講座 梅雨について	蒲看護師の ポストカード びわ・紫陽花	蒲看護師の 健康セミナー 気象病	蒲看護師の 世界のカルチャー 中国の国宝	蒲看護師の 世界のカルチャー 中国の国宝	平田介護士の 音楽鑑賞会 父の日に捧げる歌
	肉じゃが 切干大根の煮付 がんも煮 すまし汁 349kcal	鶏唐揚げ 付)ポイルキャベツヒジキ煮 チンゲン菜のおかか和え コンソメスープ、漬物 402kcal	すき焼風煮 ブロッコリーの和え物 茄子の煮浸し 味噌汁 343kcal	白身魚の野菜あん 南瓜の煮物 白菜の中華煮 すまし汁、漬物 254kcal	大豆ミートのビビンバ風丼 キャベツのゆかり和え カリフラワーの煮付 中華スープ 200kcal	海鮮の和風煮込み いんげんとコーンの炒め物 切干大根の煮付 中華スープ、漬物 167kcal
15	16   	17   	18   	19   	20   	21   
	平田介護士の 音楽鑑賞会 父の日に捧げる歌	林寺介護士の Cooking もちりクレープ	林寺介護士の Cooking もちりクレープ	山崎介護士の 世界史 ナイチンゲール	山崎介護士の 世界史 ナイチンゲール	蒲看護師の 健康セミナー 気象病
	照焼チキン 付)ポイルいんげん もやしの塩炒め、菜の花の 和え物、コンソメスープ、 漬物 186kcal	野菜カレーライス えびカツ キャロットラペ 漬物 456kcal	豆腐ハンバーグきのこソース カリフラワーの煮付 ほうれん草の菜種和え コンソメスープ 294kcal	けんちんうどん 野菜入りつくね いんげんのおかか和え 253kcal	鱈の照焼 付)うぐいす豆白和え えんどうの炒め物 味噌汁、漬物 316kcal	はとむぎごはん 厚揚げのラタトゥイユソース 黒豆と大根の煮物 メロン、冬瓜のスープ 242kcal
22	23   	24   	25   	26   	27   	28   
	管理者高島の 百人一首写字 式子内親王	平田介護士の 懐かしのソング 6月の唱歌	平田介護士の 懐かしのソング 6月の唱歌	林寺介護士の クラフト ジュートバックアレンジ	管理者高島の 百人一首写字 式子内親王	林寺介護士の クラフト ジュートバックアレンジ
	豆腐ナゲット 付)ナポリタン キャベツのゆかり和え からし菜の炒め物 コンソメスープ 284kcal	コロッケ二種盛 付)ポイルキャベツ ブロッコリーの和え物 枝豆のふんわり天、味噌汁 漬物 299kcal	かに玉あんかけ いんげんとコーンの炒め物 チヂミ 中華スープ 201kcal	デミハンバーグ 付)しめじ、高野の含め煮 菜の花の和え物 コンソメスープ、漬物 310kcal	えびカツ 付)ポイルいんげん 木の葉豆腐の煮付 金平ごぼう、味噌汁 322kcal	ロールキャベツマトソース 大豆煮 からし菜の中華炒め コンソメスープ、漬物 150kcal
29	30   	6月の行事ピックアップ				
	林寺介護士の ポストカード びわ・紫陽花	 <p>6/26(木)6/28(土)はクラフトアートです </p> <p>6/26(木)6/28(土)はクラフトアートを開催します。 今回はジュートバックをアレンジして頂きます。 皆様、是非ご参加下さい!!</p> 				
	海鮮の和風煮込み ブロッコリーの和え物 茄子の煮浸し すまし汁、漬物 246kcal	 <p>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 色が違う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。</p>				
	6月のお風呂	編集部コラム			記号の見方	昼食メニューの見方
	 <b>緑茶の湯</b> ※第2、4週は季節のお風呂「緑茶の湯」	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。			 体操・機能訓練	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、ご飯が付きまます。
					 ティータイム	※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。
					 カラオケ	
					 理容師来所の日	

