

Oak Club Report

Hayashiji

2025年11月
令和7年11月1日(通巻74号)

Happy Birthday

2025年10月にお誕生日を迎えた皆様
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.T.様



Y.S.様



A.K.様



K.K.様

イベント紹介

Event

■外出昼食会

今月の外出昼食会は「徳住之江店」で旬の食材をふんだんに使った料理を頂きました。白木の器に九つの小鉢。野菜を中心に魚、お肉、揚物など季節の味覚がバランスよく盛り込まれた見た目にも美しい料理に、「どれから手をつけたらいいの」と笑顔で話をされながら、召し上がられていきましたよ。



■イベント fluteコンサート

フルーティストの今田様をお招きし「flute 演奏会」を開催しました。

優しい音色がフロアいっぱいに広がり、皆様うっとりと聴き入っていました。

懐かしい曲や季節のメロディに、口ずさむ方や手拍子をする方もおられ、とても和やかな時間となりました。演奏終了後には「また聴きたい!」との声も多く上がり、大好評でした。



アクティビティ紹介

Activity

■クラフト

幸福・永遠・平和の意味をもつリースを使い「フラワーリース」を使いました。

ボンドを使いリースに花や葉を装飾されました。完成したリースはどれも個性豊かで華やかでした。玄関に飾る事で、無事に帰ってくるというおまじないの意味もあるのでお試し下さい!



■百人一首写字講座

筆ペンを持ちながら、一文字一文字丁寧に書いて頂きました。文字を書くことで、脳や手先の運動になり、集中力や記憶力の維持にもつながります。「久しぶりに集中できて楽しかった」「また書きたい」と笑顔で話される方も多く、心も体も元気になっていただきました。



*写真撮影の際はマスクを外しております。

11月の外食昼食会

心ほどける、至福のひととき

南海グリル
天兆閣別館 無盡亭^{で味わう}

厳選宮崎牛の贅沢なひと皿



開催日: 11月26日(水)

岸里10名、御陵前・林寺6名

料金: 4,520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、11月19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11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)
					11月の行事ピックアップ 11月28日(木)と29日(金)は 「世界のカルチャー」です。 歴史と自然を感じる 世界遺産「万里の長城」をご紹介!	1  林寺介護士の ポストカード イチョウ・柿 海鮮の和風煮込み 切干大根の煮付 いんげんのごま和え わかめスープ 168kcal
2	3 りんご生姜の湯 <small>文化の日</small>  林寺介護士の ポストカード イチョウ・柿 鶏と厚揚げのオイスター煮 春巻 菜の花の和え物 わかめスープ 302kcal	4 りんご生姜の湯  平田介護士の 懐かしのソング 11月の唱歌 ポークカレーライス コーンフライ 三色ピーマン炒め 漬物 327kcal	5 りんご生姜の湯  林寺介護士の 四季のお茶 しょうが湯 和風豆腐ハンバーグ クリームコロッケ ほうれん草の煮浸し 味噌汁 358kcal	6 りんご生姜の湯  平田介護士の 懐かしのソング 11月の唱歌 きつねそば からし菜の炒め物 野菜入りつくね 355kcal	7 りんご生姜の湯  林寺介護士の 四季のお茶 しょうが湯 オムレツきのこクリームソース さつま芋サラダ カブのコンソメスープ りんごゼリー 355kcal	8 りんご生姜の湯  林寺介護士の 大人のトリビア 11月の雑学 鯖の味噌煮 付)うぐいす豆 ちくわの磯辺焼き うの花 すまし汁 315kcal
9	10  蒲看護師の 健康セミナー インフルエンザ 白身魚のチリソース キャベツのゆかり和え 里芋の含め煮 すまし汁 237kcal	11  蒲看護師の 健康セミナー インフルエンザ ハムカツ 付)ミックスベジタブルソテー カリフラワーのコンソメ煮 ヒジキ煮 オニオンスープ 311kcal	12  プロ指導員の 社交ダンス 花岡先生 海鮮ラーメン かぼちゃコロッケ チンゲン菜の煮浸し 320kcal	13  管理者高島の 防災セミナー 命を守る カレイの煮付 付)赤板 うの花 金平ごぼう 味噌汁 191kcal	14  林寺介護士の クッキング 大学芋 かに玉あんかけ えんどうの炒め煮 肉団子 中華スープ 241kcal	15  林寺介護士の クッキング 大学芋 ロールキャベツマトソース 大豆煮 クリームコロッケ オニオンスープ 240kcal
16	17 りんご生姜の湯  山崎介護士の 日本史ヒストリア 明智光秀 マスの味噌ごまだれ 付)ボイルブロッコリー 白菜のわさび和え なめこ汁 巨峰カステラ 184kcal	18 りんご生姜の湯  平田介護士の 音楽鑑賞会 秋の名曲 かきあげうどん 高野の含め煮 菜の花の煮浸し 397kcal	19 りんご生姜の湯  平田介護士の 音楽鑑賞会 秋の名曲 つくね大葉巻 付)大根おろし 小松菜のごま和え 南瓜の煮物 味噌汁 280kcal	20 りんご生姜の湯  林寺介護士の クラフトアート 雪の結晶ライト 酢豚 キャベツのゆかり和え カリフラワーの煮付 わかめスープ 286kcal	21 りんご生姜の湯  林寺介護士の クラフトアート 雪の結晶ライト 海鮮の和風煮込み 胡瓜の塩昆布和え からし菜の炒め物 中華スープ 162kcal	22 りんご生姜の湯  山崎介護士の 日本史ヒストリア 明智光秀 白身魚の野菜あん うの花 茄子の煮浸し すまし汁 341kcal
23	24  <small>勤労感謝の日</small> 管理者高島の 百人一首写字 文屋康秀 白身魚のあんかけ ほうれん草の菜種和え がんも煮 すまし汁 206kcal	25  管理者高島の 百人一首写字 文屋康秀 チキン南蛮 付)ミックスベジタブルソテー ヒジキ煮 キャベツのゆかり和え わかめスープ 512kcal	26  山崎介護士の KOTOWAZA 喉元過ぎれば熱さを忘れる 豚の生姜焼き チヂミ いんげんとコーンの炒め物 すまし汁 280kcal	27  山崎介護士の KOTOWAZA 喉元過ぎれば熱さを忘れる すき焼風煮 えんどうの炒め物 里芋の含め煮 味噌汁 327kcal	28  蒲看護師の 世界のカルチャー 万里の長城 木の葉丼 金平ごぼう うの花 味噌汁 245kcal	29  蒲看護師の 世界のカルチャー 万里の長城 カレイの煮付 付)赤板 小松菜のごま和え 切干大根の煮付 すまし汁 153kcal
30	11月のお風呂 りんご生姜の湯 リンゴにはリンゴ酸やカブロン酸などの成分があり、新陳代謝を促進させます。生姜は血行促進や鎮静効果もあります。 ※第2、4週は季節のお風呂「りんご生姜の湯」。		編集部コラム 国民の祝日の中には、ハッピーマンデー制度のもとに土日とつなげて連休になるよう、毎年日付が変わる祝日がいくつか存在します。勤労感謝の日は、収穫を祝い感謝するための「新嘗祭(にいなめさい)」が由来です。神聖な儀式のため、年によって日付を変えるのは適当ではないという理由から、毎年11月23日と定められています。 	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。	

Oak Club Report

デイサービス オーク俱乐部 林寺

【ホームページ】<https://www.oak-club.jp/>

TEL.06-6712-7555

〒544-0023 大阪市生野区林寺3-15-24

