

## Birthday

### Happy Birthday

3月は11名のご利用者様のバースデーパーティを開きました。皆様、誕生日おめでとうございます。この一年が皆様にとって、幸福と健康に満ちた日々でありますように。



K.Y 様



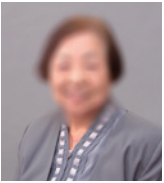
S.J 様



S.Y 様



N.T 様



Y.H 様



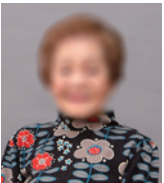
M.C 様



N.T 様



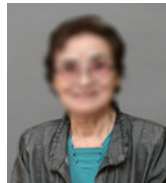
M.T 様



Y.S 様



S.T 様



K.K 様



## Interview ご利用者様インタビュー

今回はとてもお元気な M 様にお話を伺いました。なんと大正のお生まれでこの元気さ。その秘訣は生涯現役の看板娘だとか。現在もご自宅の洋品店では、お店にも立たれるそうですよ。弊所での運動と機能訓練を通して、ますます健康寿命を延ばされ、「看板娘」を続けて下さいね。



## Event

### 芝田山部屋力士来所



日本人横綱「稀勢の里」の優勝で盛り上がった大阪場所。その横綱の土俵入り（雲竜型）を指導したのが芝田山親方。その芝田山部屋から力士が訪れてくださり、相撲トークショーを開催しました。

### 春のコンサート



有名音大 OB で結成された合唱グループ「浪花小町」様をお招きして、ティータイムコンサートを開催しました。手拍子も軽やかに、ご利用者様も一緒に大きな声で歌っておられました。

## Activity

### リズム体操



リズム体操は音をしっかり聞くことがポイントです。そうすることで体が自然に動きますよ。軽快な音楽を聴くと体にスイッチが入るようですね。車椅子の方も一緒に楽しく参加されていました。

### 歌手が指導の音楽講座



今回の課題曲は、昭和のフォークソングの名曲「なごり雪」。ちょうどご利用者様のご子息、ご息女の世代の曲ですよ。「いま春が来て君は綺麗になった～」って言われてみたいですね。

### ハーブティ講座



今回のハーブティは春の訪れを感じる「エルダーフラワーティ」をお楽しみ頂きました。エルダーの花はマスカットの香りに包まれていて、皆様は一足早い春の訪れを感じておられましたよ。

### 色彩講座



色の組合せは何百とあり、直感とセンスを磨くことが重要です。しかし少しポイントを覚えると、食卓も衣装も見違えるようによくなりますよ。おいしく見える組合せ、若々しく見えるコーディネートを学びましょう。

### 季節のクラフト講座



今回はキラキラ光る色粉を使った桜の飾り絵を制作しました。細かな作業ですが完成して行く行程も楽しく、時間の経つのが忘れるほどのご様子。皆様の作品でいち早く所内では桜が満開になりましたよ。

### 季節のクッキング講座



今回はホワイトデーにちなんで、焼きマシュマロとホットチョコレートを作りました。部屋に広がるチョコレートの香りは何か気分を幸せにしてくれます。クッキングは五感を刺激する楽しい機能訓練ですね。

## New Face

### オーク倶楽部の新しいスタッフ



岸里介護士の角田です。オーク倶楽部では最年少ですが、若さと持ち前の笑顔で頑張りますのでよろしくお願い致します。



ドライバーの毛利です。皆様の素敵な笑顔を押見しながら、楽しく働かせて頂いております。安全運転で頑張ります。

# 平成 29 年 4 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 (SUN)	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)
<b>4 月の行事ピックアップ!</b> ★4月5日(水) 外出昼食会。春の外出は何と言ってもお花見ですね。そこで大阪城近くの KKR ホテルで、満開の桜と大阪城を眺めながらの昼食会です。詳しくはポスターでお知らせします。 ★4月3日(月)、13日(木)、28日(金) は大好評の音楽講座。4月の課題曲は、結婚式の定番曲「てんと虫のサンバ」です。 ★新アクティビティとして、山口介護士の「日本語講座」、林看護士の「呼吸講座」、林介護士の「色彩入門講座」もお楽しみに。						
2	3 桜の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 黒川ボーカルコーチ指導 <b>音楽講座</b>	4 桜の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 高木介護士の教養講座 <b>漢字講座</b>	5 桜の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ ハンドマッサージ 大阪城と桜を眺めながら <b>お花見昼食会</b>	6 桜の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 林看護士の健康アドバイス <b>健康講座</b>	7 桜の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマ陶國の健康体操 <b>リズム体操</b>	1 <b>アロマミスト</b> ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 山口介護士の教養講座 <b>日本語講座</b> 鰯の照り焼き、鶏ごぼろ、ほうれん草のツナ和え ※351Kcal
9	10 <b>アロマミスト</b> ★理容・美容 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 高木介護士の教養講座 <b>漢字講座</b>	11 <b>アロマミスト</b> ★理容・美容 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 林介護士の教養講座 <b>色彩入門講座</b>	12 <b>アロマミスト</b> ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 米国人ダスティンと話そう <b>日常英会話</b>	13 <b>アロマミスト</b> ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 黒川ボーカルコーチ指導 <b>音楽講座</b>	14 <b>アロマミスト</b> ★理容・美容 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 山口介護士の教養講座 <b>日本語講座</b>	15 <b>アロマミスト</b> ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 林看護士の健康アドバイス <b>健康講座</b>
16	17 桜の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 林介護士の教養講座 <b>色彩入門講座</b>	18 桜の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 米国人ダスティンと話そう <b>日常英会話</b>	19 桜の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 高木介護士の教養講座 <b>漢字講座</b>	20 桜の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 山口介護士の教養講座 <b>日本語講座</b>	21 桜の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマ陶國の季節のハーブティ <b>さくらコーデュアル</b>	22 桜の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ
23	24 <b>アロマミスト</b> ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 季節のクッキング講座 <b>三色団子と桜茶</b>	25 <b>アロマミスト</b> ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ	26 <b>アロマミスト</b> ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 季節のクラフト講座 <b>ブリザードフラワー</b>	27 <b>アロマミスト</b> ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ	28 <b>アロマミスト</b> ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 黒川ボーカルコーチ指導 <b>音楽講座</b>	29 <b>アロマミスト</b> ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 林看護士の健康講座 <b>呼吸講座</b>
30	カレイのバター焼き、春雨の鶏そぼろ炒め、ほうれん草の生姜醤油和え ※266Kcal	やわらか煮込みハンバーグ、白菜のスープ煮、スパゲティサラダ ※378Kcal	白身魚のマヨネーズ焼き、炒め昆布と野菜の煮物、ほうれん草のナムル ※259Kcal	ポークチャップ、茄子の煮びたし、春菊のおかか和え ※410Kcal	太刀魚の揚げ煮、ひじき煮、オクラの和え物 ※320Kcal	焼肉風、つみれと野菜のスープ煮、ほうれん草とカニカマのおひたし ※272Kcal

※毎月 第2、4週は季節のお風呂。第1、3、5週はアロマミストをお楽しみください。

## スタッフのこだわり

キッチン担当の越口です。みなさん揃って食べる食事はおいしいですね。そんな食事をもっとおいしく召上がって頂くため、お出しするタイミングはもちろん、ご利用者様の好みや分量などをチェックしてキッチンで配膳しています。完食されたかどうか、何を残されたかをメモして、次の食事に活かしていますよ。完食率 100%を目指して頑張ります。



## 4 月のお風呂

桜の湯  
一斉に咲き、ぱっと散る  
爽やかな姿が心にしみる、  
花が桜。樹皮を煮出した  
桜湯には、湿疹、打身  
などの炎症を抑える  
働きがあります。

## 4 月のアロマミスト

グレープフルーツ  
リフレッシュする爽やかな  
柑橘の香り。気分の浮き  
沈みをなくし幸福感を  
与えてくれます。ダイエ  
ットにも効果的です。

## オーク倶楽部のここがポイント

オーク倶楽部のスタッフは芸達者揃い。歴史や文化に詳しい人、ダンスがプロ級の人、菜園やガーデニングに強い人、グルメで美味しい店をよく知っている人…。それに旅行好きに、城オタクに鉄道オタク、写真マニアもおりますよ。ですからアクティビティもイベントも本格的な企画が立てられる訳です。ご利用者様が楽しんで、健康寿命が延ばせる行事をこれからも提供していきますね。



介護事業課長 木村

## 編集後記

4 月は新社会人が多いですね。いろんな職場で緊張した顔がなかなか新鮮です。人のために動いてこそ『働く』とはよく言ったもので、英語の『Work』には無い概念らしいですよ。それに『働く』は中国にも無いらしく、日本生まれの日本人にピッタリの漢字だとか。日本がここまで発展したのは、この言葉のおかげかも知れませんね。さあ、文句は言わず、人のために楽しく働きましょう。



デイサービス オーク倶楽部 TEL.06-6652-7555 〒557-0053 大阪市西成区千本北 2-31-6

【ホームページ】 <http://www.oak-club.jp/>

【スタッフブログ】 <http://ameblo.jp/oak-club>

