

Oak Club Report

Happy Birthday

2024年3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。



M.A 様



T.I 様



S.U 様



T.K 様



H.S 様



T.N 様



H.M 様

Event

岸里のイベント紹介

■ 日帰り旅行 日本海カニツアー

オーク倶楽部では「旬のものを現地で美味しく食べよう」という企画を、年間を通して行っています。すっかり恒例になった冬の味覚の王様、日本海の新鮮なズワイガニを食べるツアーです。カニ刺しに焼きガニ、最後は雑炊まであって大満足でした。やはり本場で食べるカニは格別なようで、普段食の細いご利用者様もたくさん召し上がっていました。



■ アロマレッスン

講師の荒木様をお招きしてアロマについてのお話をうかがいました。香ることの効果や効能について分かりやすい説明をきいたり、フロアにあふれるとても良いアロマの香りに包まれながらのアロマレッスンでした。最後に、認知症予防に効果があるといわれているアロマオイルを3種類ブレンドしてオリジナルの香りのアトマイザーを作りました。



Activity

岸里のアクティビティ紹介

■ クッキング

求肥を使ってフルーツ大福作りに挑戦しました。こし餡で苺を包み、その後、柔らかい求肥でそっと包み込みました。苺を使うことで春を感じるおやつが出来上がりました。

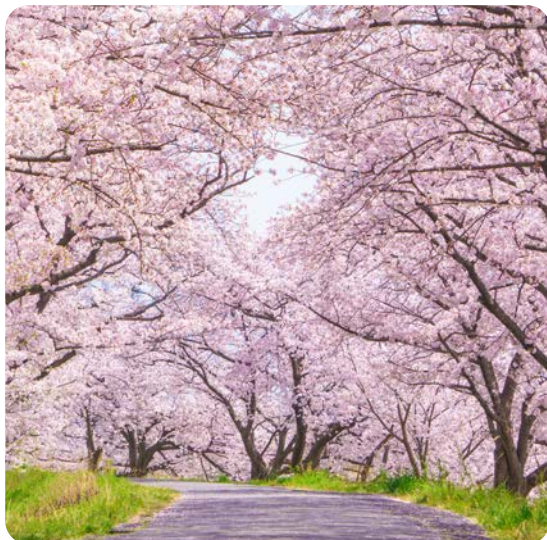


■ トレーシングピクチャー

「春」がテーマの下絵を筆ペンでなぞりました。そして、お花や新緑のイラストにお好きな色を付けていただきました。春はパステルカラーや明るい色を使うと気分も明るくなりますね。お好きな色を付けていくとグッと華やかな雰囲気の商品に仕上がりました。筆ペンでなぞることで手を使うので脳が刺激され、脳の活性化にもつながりますよ。



※写真撮影の際はマスクを外しております。



令和6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	月(MON)	火(TUE)	水(WED)	木(THU)	金(FRI)	土(SAT)
	1 ペパーミント ★☕🎵 池田介護士の 絵手紙 桜と蝶 豚とキャベツのみそ炒め 南瓜の煮物 枝豆のふんわり天 味噌汁 404kcal	2 ペパーミント ★☕🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 荒城の月 シーフードクリームシ チュー、金平ごぼう、 胡瓜のなめたけ和え、 漬物 281kcal	3 ペパーミント ★☕🎵 岸里介護士の 音楽鑑賞会 春にぴったりな曲 きつねうどん ささみの磯辺フライ 小松菜のお浸し 472kcal	4 ペパーミント ★☕🎵 岸里介護士の 能力トレーニング 数をかぞえて 桜ちらし、めばるの煮付、 付け合せ(花型人参)、 菜の花とあさりの炒め物 ゼリー、味噌汁 304kcal	5 ペパーミント ★☕🎵 岸里介護士の トリビア 4月について メンチカツ、付け合せ(ポ イルキャベツ)、ピーマン の金平、さつま芋の甘煮、 味噌汁 456kcal	6 ペパーミント ★☕🎵 岸里介護士の トレーシングピクチャー 端午の節句 親子丼、大豆煮、 ブロッコリーの和え物、 ぜんまいの炒め煮、 漬物、味噌汁 311kcal
7	8 桜の湯 ★☕🎵 大越看護師の 健康セミナー 歯の話 鯖の味噌煮、 付け合せ(うぐいす豆)、 高野の含め煮、ヒジキ煮、 味噌汁 342kcal	9 桜の湯 ★☕🎵 池田介護士の 絵手紙 桜と蝶 醤油ラーメン、 ぎょうざ、 からし菜の炒め物、 漬物 309kcal	10 桜の湯 ★☕🎵 池田介護士の トレーシングピクチャー 端午の節句 シーフードカレー、 コーンフライ、 チンゲン菜のおかか和え、 266kcal	11 桜の湯 ★☕🎵 岸里介護士の 漢字 料理で使う漢字 酢豚、 花型豆腐の煮付、 ブロッコリーの和え物、 漬物、味噌汁 375kcal	12 桜の湯 ★☕🎵 アロマ嶋田の 四季のお茶 ダーズリン 鶏と厚揚げのオイスター 煮、カリフラワーの煮付、 ほうれん草の菜種和え、 中華スープ 272kcal	13 桜の湯 ★☕🎵 岸里介護士の 四季のお茶 ダーズリン 豆腐ハンバーグきのこ ソース、白菜の中華煮、 ピーマンの金平、 茄子の煮浸し、漬物 305kcal
14	15 ペパーミント 📖★☕🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 荒城の月 すき焼風煮、 南瓜の煮物、 胡瓜のなめたけ和え、 味噌汁 286kcal	16 ペパーミント 📖★☕🎵 大越看護師の 健康セミナー 歯の話 豚の生姜焼き、 ヒジキ煮、 枝豆のふんわり天、 漬物、味噌汁 303kcal	17 ペパーミント ★☕🎵 岸里介護士の クッキング 桜色のうぐいす餅 鶏の唐揚げおろしソース、 からし菜の炒め物、 冬瓜の煮付、 味噌汁 445kcal	18 ペパーミント ★☕🎵 岸里介護士の クッキング 桜色のうぐいす餅 けんちんそば、 かぼちゃコロッケ、 カリフラワーの煮付、 漬物 378kcal	19 ペパーミント 📖★☕🎵 岸里介護士の 能力トレーニング 数をかぞえて 緑茶ごはん、サモフライ、 付け合せ(スナップエンドウ)、 春菊とツナのポン酢和え、 ゼリー、あさりの気巡りスープ 367kcal	20 ペパーミント 📖★☕🎵 大越看護師の 大人の雑学 4月に関するクイズ 豆腐のあんかけ、カロントウ イナのカレー、ブロッコリーの 和え物、麩のだし煮、漬物、 味噌汁 327kcal
21	22 桜の湯 ★☕🎵 岸里介護士の クラフトアート ビーズボールペン オムレツデミソース、 高野の含め煮、 えんどうの炒め煮、 コンソメスープ 291kcal	23 桜の湯 ★☕🎵 岸里介護士の クラフトアート ビーズボールペン 白身魚のチリソース、 ほうれん草のお浸し、 ヒジキ煮、漬物 中華スープ 231kcal	24 桜の湯 ★☕🎵 岸里介護士の 漢字 料理で使う漢字 鶏入り筑前煮、 茄子の煮浸し、 チンゲン菜のおかか和え、 味噌汁 340kcal	25 桜の湯 ★☕🎵 岸里介護士の 音楽鑑賞会 春にぴったりな曲 きつねうどん、 ささみの磯辺フライ、 いんげんとツナの炒め物、 漬物 451kcal	26 桜の湯 ★☕🎵 大越看護師の 大人の雑学 4月に関するクイズ 赤魚の煮付、付け合せ (筍煮)、大豆煮、小松菜 のごま和え、味噌汁 211kcal	27 桜の湯 ★☕🎵 岸里介護士の トリビア 4月について 肉じゃが、 オムレツ、 胡瓜のなめたけ和え、 麩のだし煮、漬物 318kcal
28	29 ペパーミント 📖★☕🎵 昭和の日 岸里介護士の 季節の文香 ペパーミント とろろ昆布そば、 ぎょうざ、 からし菜の炒め物、 312kcal	30 ペパーミント ★☕🎵 アロマ嶋田の 季節の文香 ペパーミント 鯖の味噌煮、付け合せ(う ぐいす豆)、切干大根の煮 付、えんどうの炒め物、 漬物、味噌汁 332kcal	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。	4月の行事ピックアップ! 4/22(月)・4/23(火) クラフトアート 4月22日(月)と23日(火)は クラフトアートです。 ビーズボールペンを一緒に 作りましょう!	
4月のお風呂  桜の湯には、桜の樹皮を煮出した成分が入っています。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  ペパーミントには鎮静効果があり、精神的な緊張を和らげ、イライラをしずめ、心身をリラックスさせる効果があります。		編集部コラム  花祭りとは、お釈迦様のお誕生日を祝う行事であり、お釈迦様の誕生日である4月8日前後に行われることが多く、仏教において唯一といえるほど珍しいお祭りです。また仏教の行事とは別に、花を愛するため開催される花祭りもあります。花を目的にレジャーへ出かけてみるのも楽しそうです。		

※第2、4週は季節のお風呂「桜の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ペパーミント」をお楽しみください。

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

【ホームページ】<https://www.oak-club.jp/>

【スタッフブログ】<https://ameblo.jp/oak-club>

