

Birthday

4月のバースデーパーティ

Happy Birthday

4月は7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。



H.A. 様 Y.C. 様 Y.I. 様 S.A. 様



N.K. 様 N.K. 様 E.H. 様

Event & Topics

お花見ドライブ

今年のお花見は大阪の桜の名所を巡る、ちょっと贅沢なお花見ドライブに出かけました。桜満開の大阪城から桜宮へ、造幣局の八重桜を眺めながら、毛馬公園までの桜街道をお楽しみ頂きました。スタッフのバスガイドぶりも見事でしたよ。



肖像写真を撮影



今月から誕生日の記念写真がグレードアップしました。オークグループ広報スタッフのご協力で、所内に仮設スタジオを設置し、本格的な写真をお撮りしました。年齢を重ね経験を積んだいまを、一枚の写真に残します。お気に入りの服やアクセサリでちょっとオシャレして、みなさんいつもと違う、凛々しい笑顔がとても素敵でしたよ。

Activity

リズム体操



アロマ陶園のリズム体操をご利用者様もノリノリです。音楽のリズムに乗ることで、みなさんも普段よりしっかりと体が動いておられる様子。ヒップホップの音楽や振りにはアメリカの介護施設でも使われているようですよ。

季節のクラフト



今月は「新緑と幸せの青い鳥」の壁飾りにチャレンジ。葉っぱと鳥の配置がポイントで、バランス感覚や色彩感覚が鍛えられますね。また、「幸せはすぐそばにある、気付かないだけ」という青い鳥のお話一同納得。

健康講座



今月は「身体の不思議」についての講座です。爪は体調のパロメーターであることや、最近の研究で盲腸は大切な臓器であることがわかってきたことなど、さすが医学知識のある看護師の講座でした。

春のお花講座



季節をより感じて頂くため、福島看護師のお花講座が開催されました。普段よく見かける花でも、名前を知らないものは結構あるようで、お花の名前を言うと「あっ、それぞれ！」っと歓声が上がっていました。

季節のクッキング



今月は「イチゴどら焼き」を作りました。コンビニでも人気の春にピッタリのスイーツを作りました。やはり調理は自分たちで作って、ワイワイ食べるのが良いですね。みなさん本当に楽しそうに召し上がっておられました。

新スタッフ紹介



アロマセラピスト
三輪 薫
五感に働きかけるアロマでリラックスして頂きます。
御陵前 看護師
佐川 鮎美
ご利用者様に笑顔になって頂けるお手伝いをさせていただきます。
御陵前 看護師
藤井 明美
病院勤務の経験を活かし、ご利用者様に安心して過ごして頂きます。

Interview ご利用者様インタビュー

今月はいつもオシャレな N 様お話を伺いました。「たくさん衣装をお持ちなんです」というスタッフの問いに、「オーク倶楽部でたくさんの人にお会いしますから、身なりはきちんとしないと…」と素敵な笑顔でお答え頂きました。やはりオシャレは元気の秘訣なんです。



5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)	
1 感謝祭	2 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマスタッフの 体に優しい！	3 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 季節のハーブティ 「ルイボスティ」	4 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ ダスティンと英語で遊ぶ 英会話	5 アロマミスト ★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 音楽講座	6 アロマミスト ●理容・美容 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 林看護師の健康アドバイス 健康講座	7 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 福島介護士のプチ講座 簡単イラスト講座	
8	9 菖蒲湯 ●理容・美容 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマ陶の健康体操 リズム体操	10 菖蒲湯 ●理容・美容 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ ★避難訓練 マイナンバーについて 特別講座	11 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマ松井のプチ講座 手話講座	12 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ ダスティンと英語で遊ぶ 英会話	13 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ ハモニカアンサンブル くらわんかカルテット 母の日コンサート	14 菖蒲湯 ●理容・美容 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 林看護師の健康アドバイス 健康講座	
15	16 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 福島介護士のプチ講座 簡単イラスト講座	17 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマ陶の健康体操 リズム体操	18 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマ三輪のマッサージ講座 ヘッドマッサージ	19 アロマミスト ★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 漢字講座	20 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 季節を感じる クラフトワーク	21 アロマミスト ★バースディパーティー ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ クラフト制作 「バラの小物入れ」	
22	23 菖蒲湯 ★バースディパーティー ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ ダスティンと英語で遊ぶ 英会話	24 菖蒲湯 ★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 音楽講座	25 菖蒲湯 ★バースディパーティー ★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 大阪のB級グルメの代表！「たこ焼き」	26 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ チキンカレー南蛮、高野豆腐 の煮物、アスパラの胡麻和え ※379Kcal	27 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 第2回「テバ地下グルメ」 マイナンバーについて 特別講座	28 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマ松井のプチ講座 フラワーアレンジメント	
29	30 アロマミスト ★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 漢字講座	31 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ ダスティンと英語で遊ぶ 英会話	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。※カロリー表示にご飯は含まれていません。			5月の行事ピックアップ！ ■1日(日)岸里開所5周年と御陵前新規オープン記念の「感謝祭」を開催。詳しくはオークレポート春の増刊号にて報告！ ■10日(火)、27日(金)の特別講座は、今さら聞けない「マイナンバー制度」について弊所スタッフが詳しく解説します。 ■13日(金)は母の日お祝いコンサート開催。ハモニカアンサンブルの「くらわんかカルテット」様が来所！	

※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。

5月のアロマミスト



ヒノキの香り

【ヒノキの香り】(ヒノキ、イモータル) 爽やかな木の香りで、まるで森林浴をしている様なリラックス効果があります。血行を促進する効果があり、冷えやむくみの改善に役立ち、脂質肌を取れんする作用も期待できます。

5月の健康一口メモ



抹茶ラテ

お茶に含まれる「カテキン」は抗酸化作用で認知症予防に良いそうです。でもこのカテキンは血液に吸収されにくい成分なんです。そこで牛乳とお茶と一緒に飲むとカテキンの吸収が30%もアップしたとか。牛乳の脂肪とくっつくことで血液中に入りやすくなるようですよ。たまには「抹茶ラテ」はいかがですか。

5月のお風呂



菖蒲湯

端午の節句は菖蒲(しょうぶ)湯。菖蒲は多くの精油成分を含んでおり、皮膚を刺激して血行を促進させる作用があります。また、香り高い菖蒲は、天然のアロマテラピー効果もあり、気持ちりをリラックスさせてくれます。

編集後記

介護事業課長の木村です。5月は連休が楽しみの方も多くおられることでしょう。でも毎年、混雑や渋滞のニュースがテレビを賑わしてますね。そんな連休は弊所でゆっくりお過ごしください。今月は感謝祭を皮切りに、母の日コンサート、新企画のテバ地下グルメ食べ歩き、スタッフ考案の新講座など、5月に相応しいアクティビティを用意してますよ。



介護事業課長 木村

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>

