

Event

外出昼食会



今回の外出はファミリーレストランで昼食会です。気心の知れた方と話も弾んでおられました。やはり外食は食欲も出るようですね。ボリュームたっぷりのランチに、暑さも吹き飛んだようでした。

浴衣で夏の風情を楽しむ会を開催



S.K 様

T.H 様

Y.Y 様

M.S 様



E.K 様

T.M 様

O.T 様

K.T 様



K.W 様

K.S 様

K.R 様

N.H 様



W.H 様

U.S 様

O.Y 様

K.T 様



Y.T 様

この夏は猛暑続きの堺でした。そんな暑い夏でしたが、見た目も涼しい浴衣をお召し頂き、日本の夏の風情をお楽しみ頂きました。着る機会も少なくなった浴衣ですが、みなさん着こなしが良いですね。着付のできるご利用者様もおられ、逆にスタッフが教えて頂きましたよ。最後に記念撮影を行いました。

Activity

季節のクッキング講座



今回は岐阜県の郷土料理「里芋もち」を作りました。おもちは喉に詰まるから心配と言われる方にも、里芋もちは大丈夫です。食感餅っぽく、しかも美味しく、みなさん満足頂けたご様子でした。

季節のクラフト講座



キャンドルゼリーとサンドアートを組み合わせた「サンドゼリー」を作りました。夏のリゾート地のお土産のような出来栄に、みなさんも納得。また一つ居間の飾り物が増えたと大喜びでしたよ。

福祉用具講座



介護用品の専門家をお招きしての福祉用具講座。今回は杖について解説して頂きました。意外と知らない杖の種類や選び方など、ご利用者様には実際に体験して頂きました。

リトミック体操



音楽に合わせて体を動かすリトミック体操。今回は発声練習も加えて行いました。姿勢も正しくすることでより効果があります。体操後はみなさんの姿勢も良くなった気がしますね。

歌声講座



カラオケも良いですが、一緒に唄うコーラスも楽しいですね。童謡や懐かしい歌謡曲など、所内に歌声が響いています。これから練習を重ねて、年末には第九の合唱ができれば良いですね。

オリンピック講座



オリンピックリオ大会では日本のメダルラッシュで盛り上がりましたね。所内でもオリンピックをより楽しく観戦して頂くために「オリンピックあるある講座」を行いました。

Interview

ご利用者様インタビュー

今回は笑顔のとても素敵な Y 様にお話を伺いました。お名前とも結びつくのか、指先が器用な Y 様。「昔は忙しくてなかなか作れなかったけれど、今は毎回いろんな作品が作れて嬉しいです」とクラフト講座を楽しんでおられます。これからもいろんな作品にチャレンジしてくださいね。



9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)
9月の行事ピックアップ! ★19日(月)、20日(火)は、敬老の日特別イベント! ●健康寿命を延ばすオリジナル100歳体操を初披露します。 ●スタッフが蕎麦を手打し長寿をお祝いします。 ●ゲストによるピアノ&二胡の演奏会、歌と映像で蘇る昭和20年代30年代など、楽しい企画をご用意しています。			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。	1 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 小倉介護士の音楽講座 歌声講座 和風きのこハンバーグ、鶏肉と大根の煮物、胡瓜のゆかり和え ※267Kcal	2 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 佐川介護士の健康体操 リトミック体操 鮭の味噌漬焼き、たまご豆腐のしんじょうあんかけ、はんぺんサラダ ※271Kcal	3
4	5 巨峰の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 小倉介護士の音楽講座 歌声講座 豚肉と野菜の旨塩炒め煮、やわらかたこ焼き、ほうれん草の柚香和え ※305Kcal	6 巨峰の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 佐川介護士の健康体操 リトミック体操 鯖の生姜煮、漬物盛り合わせ、胡瓜としらすの酢の物 ※243Kcal	7 巨峰の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 藤井看護師の健康アドバイス 健康講座 トンカツ、ひじき煮、野菜とハムの辛子マヨ和え ※354Kcal	8 巨峰の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 高島管理者の教養講座 日本地図講座 野菜五目あんかけそば、南瓜の煮付、キャベツの和え物 ※354Kcal	9 巨峰の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 親しい人に送ろう 絵手紙講座 牛肉のしぐれ煮、海老しゅうまい、ツナと野菜の和え物 ※320Kcal	10
11	12 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 小倉介護士の実用講座 福祉用具講座 鯖の照り焼き、肉詰めいなの煮物、さっぱりなます ※339Kcal	13 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ ガスティンと英語で遊ぶ 英会話 豚肉のスタミナ焼き、高野豆腐の五目野菜卵とじ、菜の花のポン酢和え ※329Kcal	14 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ もこもこマグカップケーキ クッキング 鮭の南蛮漬、がんも煮付、たまごサラダ ※394Kcal	15 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 小倉介護士の実用講座 福祉用具講座 ミートローフ、芋煮、野菜の和え物 ※336Kcal	16 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 黒川ボーカールコーチの 音楽講座 カレイのねぎ味噌焼き、鶏ごぼう、白菜のゆかり和え ※224Kcal	17
18	19 敬老の日 ★敬老の日オリジナル100歳体操 ★ピアノ&二胡演奏会 歌と映像と豪華な食事の二日間 敬老の日 祝賀イベント スタッフ手打の蕎麦。深清鮎の穴子寿司。おめでたいおやつ。	20 巨峰の湯 ★敬老の日オリジナル100歳体操 ★昭和の歌&映像 敬老の日 祝賀イベント スタッフ手打の蕎麦。深清鮎の穴子寿司。おめでたいおやつ。	21 巨峰の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ コースター制作 クラフト講座 メバルの塩焼き、厚揚げのおろし煮、胡瓜の梅和え ※231Kcal	22 秋分の日 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 座ったままでできるヨガ ヨガ体操 鶏肉の生姜焼き、きんぴらごぼう、ポテトサラダ ※402Kcal	23 巨峰の湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ もこもこマグカップケーキ クッキング 鯖の味噌煮、南瓜とがんもの煮物、柚子なます ※294Kcal	24
25	26 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ ガスティンと英語で遊ぶ 英会話 豚肉の生姜焼き、高野豆腐とカニカマの卵とじ、オクラのツナ和え ※368Kcal	27 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 親しい人に送ろう 絵手紙講座 醤油ラーメン、野菜大豆煮、胡瓜の酢の物 ※362Kcal	28 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 座ったままでできるヨガ ヨガ体操 鶏肉のチリソース、肉しゅうまい、アスパラのおひたし ※372Kcal	29 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ コースター制作 クラフト講座 鮭の味噌粕漬焼き、切り干し大根の煮付、小松菜のお浸し ※278Kcal	30 アロمامリスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 藤井看護師の健康アドバイス 健康講座 メンチカツ、豚肉とごぼうのうま煮、ツナポテトサラダ ※470Kcal	

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

9月のアロمامリスト



ハーブの香り

[ハーブの香り](ラベンダー・ローズマリー・ベルガモット) 集中力を高めてスッキリした気分させるローズマリーに、心を落ち着かせるラベンダーと柑橘系の爽やかな香りが加わったバランスの良い香りです。

9月のお風呂



巨峰の湯

芳醇な巨峰は旬の果物特有の豊かな香り立ちで、初秋の新鮮さを演出。また、ホホバオイル(保湿成分)が潤いを与え、肌をすべすべに整える効果があります。

スタッフ奮闘記

送迎担当の滝川です。一番最初にご利用者様にお会いするのが送迎担当者です。元気な挨拶と、爽やかな笑顔でお迎えします。送迎車に気持ちよくご乗車して頂くため、掃除と車両点検は欠かせません。また、車内での会話を通して、ご利用者様の健康面やメンタル面も把握して、気になることがあれば介護・看護スタッフに引き継ぎます。そういったこともデイサービスの送迎担当には重要だと考えています。



編集後記

猛暑だった大阪も、やっと涼しい9月になりました。そろそろお月見ですね。ところで月見の習慣は欧米には無いようですよ。かぐや姫の日本に対して狼男のヨーロッパですから、所変われば品変わるとはよく言ったものですね。さて9月は敬老の日です。今年はスタッフによるサプライズな演出でお祝いますよ。人生はまだこれからです。私たちと一緒に健康寿命を延ばし、楽しい晩年をお過ごしください。



介護事業課長 木村

デイサービス オーク倶楽部 御陵前 TEL.072-243-7555 〒590-0835 堺市堺区西湊町 1-3-24

【ホームページ】 <http://www.oak-club.jp/>

【スタッフブログ】 <http://ameblo.jp/oac-club>

