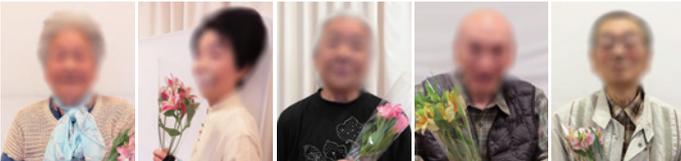


Birthday

Happy Birthday

4月は9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。



E.H 様 K.T 様 K.N 様 S.A 様 S.T 様



H.A 様 Y.C 様 Y.I 様 N.K 様

Interview

ご利用者様インタビュー

今回はダンディな K 様にお話を伺いました。毎朝犬を連れての散歩が日課だと嬉しそうに話されていました。旅行が好きで、食通で、弊所の外出企画や旅行には毎回参加されています。「外出のために足を鍛えたい」と、体操とエアロバイクに励まれる K 様。ご家族と愛犬のために健康寿命を延ばされ、また私たちと一緒に旅行しましょうね。



Event

お花見昼食会

春の外出は大阪城に隣接するホテルで昼食会を実施。大阪城の桜を眺めながらの豪華なランチに、皆様も満足頂けたご様子。ちょうど天守閣と同じくらいの高さからの眺望に、太閤さんもこういう景色を眺めていたのかと、歴史の話にも花が咲いていましたよ。



介護・医療セミナー開催

デイサービスオーク倶楽部と株式会社オーク製薬の共催で、介護・医療に携わる方を対象にセミナーを開催しました。今回は、ねこる内科循環器科の根来伸行先生をお招きして、「心房細動を捕まえる」というテーマで、心房細動の怖さを知り、早期発見のための意識改革についての講演でした。わかりやすい説明とユーモアあふれるトークで、参加者は熱心にメモを取っておられました。



ねこる内科循環器科 根来伸行先生

Activity

リズム体操



今回は体の一部をキープする不思議に見える動きにチャレンジして頂きました。集中力のいる動きでしたが、みなさん楽しく動いておられました。少しパントマイムのように笑いも起きてましたよ。

ハーブティ講座



ご好評を頂いているハーブティ講座、今回は春らしく桜コーティアルティをお楽しみ頂きました。リラックス効果のある桜の香りと、ほんのり甘い優しい味に心も体も安らいで頂けたご様子でした。

歌手が指導の音楽講座



今回の課題曲は、結婚式の定番曲「てんとう虫のサンバ」です。聞いているだけでも幸せな気分になる曲ですね。来る春を感じながら、リズムカルに、みなさん大きな声で唄っておられましたよ。

英会話



語学は「習うより慣れる」。子供が言葉を覚えるのと同じですね。ネイティブの発音を聞いているうちに、みなさんも舌の動きも軽やかに「ハロ〜」と、ネイティブにも通じる挨拶をされています。

Information

岸里 5 周年記念祭開催

5月21日(日)はオーク倶楽部岸里開所5周年です。今回のテーマは『和』で、オーク(多く)の和(輪)を広げようが合い言葉。ゲストに和太鼓集団「烈火」様をお招きして盛大な演奏をお楽しみ頂きます。そしてひと回り大きく成長したスタッフの6年目の意気込みをご覧ください。

●ご昼食「手まり弁当」 ●おやつ「水ようかん」



●太鼓集団「烈火」様



新しいスタッフの紹介



看護師 野村

ご利用者様の健康と安全をお守りし、安心してお過ごし頂けるデイサービスにしたいと思います。どうぞ宜しくお願い致します。



アロマセラピスト 鈴木

アロマで心も体もリラックスして頂きます。アロマの精油の香り私の笑顔で、ご利用者様に癒しの時間をご提供させていただきます。



ドライバー 寺坂

ドライバーにとって重要な、笑顔と平常心を忘れずに、皆様に安心してご乗車頂ける送迎に勤めて参ります。よろしくお願致します。

平成 29 年 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 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマ陶国の健康体操 リズム体操 白身魚フライ、蓮根の煮物、ひじきの胡麻和え ※283Kcal	2 アロマミスト ★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 日常英会話 タンダーリーチキン、そば天の煮物、長いもの酢の物 ※362Kcal	3 アロマミスト 憲法記念日 ★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 ビルマ語講座 エビの五目炒め煮、肉団子、ほうれん草のおかか和え ※246Kcal	4 アロマミスト みどりの日 ★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 混ぜ込みピラフ、ハンバーグ、ポテトベーコン ※433Kcal	5 アロマミスト こどもの日 ★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 色彩入門講座 鮭の味噌漬け焼、れんこん饅頭、はんぺんサラダ ※231Kcal	6 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 豚肉のバーベキュー、白菜とチクワの煮浸し、インゲンの胡麻和え ※293Kcal	
7	8 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマ陶国の季節のハーブティ ローズティ 豚肉の旨塩炒め、やわらかたこ焼き、ほうれん草の柚香和え ※326Kcal	9 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマ陶国の季節のハーブティ ローズティ 鯖の生姜煮、煮物盛り合せ、胡瓜としらすの酢の物 ※243Kcal	10 菖蒲湯 ★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 母の日講座 トンカツ、ひじき煮、ほうれん草の白和え ※296Kcal	11 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 冷やし温玉ぶっかけうどん、高野豆腐の煮物、アスパラの胡麻和え ※408Kcal	12 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 御陵前 母の日コンサート 林看護師の健康アドバイス 健康講座 カレイのムニエル、じゃがいもの鶏そぼろ煮、菜の花としめじのお浸し ※211Kcal	13 菖蒲湯 ★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 漢字講座 肉団子の甘酢あん、海老しゅうまい、明太ポテトサラダ ※411Kcal	
14	15 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 高木介護士の教養講座 漢字講座 穴子ちらし寿司、昆布と大豆のやわらか煮、ほうれん草のわさび和え ※197Kcal	16 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 山口介護士の教養講座 ビルマ語講座 海老カツ、じゃがいものきんぴら、胡瓜サラダ ※322Kcal	17 アロマミスト ★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 日常英会話 鮭の南蛮漬け、がんも煮物、たまごサラダ ※394Kcal	18 アロマミスト ★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 色彩入門講座 ピーマンの肉詰め、豆腐の中華煮、野菜の和え物 ※182Kcal	19 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 季節のクラフト講座 タイルアート さんまの煮付、鶏ごぼう、白菜のゆかり和え ※353Kcal	20 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 季節のクラフト講座 タイルアート 鶏のマスタード焼き、白菜と厚揚げの煮物、胡瓜の酢の物 ※385Kcal	
21 五周年記念祭 食事会と和太鼓演奏	22 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 消防避難訓練 防災訓練 太刀魚の味噌焼、豚じゃが、春菊のおひたし ※328Kcal	23 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ アロマ陶国の健康体操 リズム体操 豚肉のうま煮、じゃがいもの洋風煮、お豆の五品目サラダ ※301Kcal	24 菖蒲湯 ★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 おはぎ風かしわ餅 ホキの磯焼、厚揚げのおろし煮、胡瓜の梅和え ※224Kcal	25 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 鯖の味噌煮、南瓜とがんもの煮物、柚子なます ※294Kcal	26 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 鯖の味噌煮、南瓜とがんもの煮物、柚子なます ※294Kcal	27 菖蒲湯 ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 角田介護士の教養講座 お花講座 牛肉コロッケ、豚肉と厚揚げの煮物、白菜のおかか和え ※345Kcal	
28	29 アロマミスト ★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 日常英会話 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	30 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 角田介護士の教養講座 お花講座 赤魚の煮付け、野菜大豆煮、胡瓜の酢の物 ※210Kcal	31 アロマミスト ★オーク倶楽部体操 ★頭の体操 ★カラオケ 山口介護士の娯楽講座 懐かしの映画講座 鶏肉のチリソース、海老しゅうまい、アスパラのお浸し ※401Kcal	5月の行事ピックアップ! ★5月12日(金) 母の日コンサート! 御陵前にハーモニカアンサンブルの「くらわんかカルテット」様が来所。 ★5月21日(日) 岸里5周年記念祭。今年は『和』をテーマに「太鼓集団 烈火」様の豪快な演奏をお楽しみ頂きます。		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、ご飯が付きませす。 ※カロリー表示にご飯は含まれていません。	

※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

管理者の高島です。介護事業で大切なことは何と言っても人の温もりです。でも業務では書類の作成など雑用に忙殺されがちですね。そこで私のこだわりは「雑用の効率化」。理系出身の強みを活かし、事務作業の効率化に取り組んでいます。それによりスタッフはご利用者様と接する時間が多く作れ、温もりのある介護業務に集中できると確信しています。



5月のお風呂



菖蒲は多くの精油成分を含んでおり、血行を促進させる作用があります。また、菖蒲の香りは気持ちをリラックスさせてくれます。

5月のアロマミスト



ローズには鎮静作用があり、香りは気持ちを落ち着かせリラックスさせます。感性を刺激し、気分を高揚させ、幸福感をもたらします。

オーク倶楽部のここがポイント

5月はオーク倶楽部が岸里にオープンした月です。もう6年目に入りました。6年目のオーク倶楽部は少し遠くの北海道か沖縄の旅を計画しています。ほかに多彩なゲストをお招きしての音楽イベントや、旬の味覚を楽しむグルメイベント、フラダンス VS 盆踊りの季節イベントなど楽しい行事が盛りだくさん。楽しいことを通して健康寿命を延ばす! 行事の質の高さと豊富さは弊所の強みです。



介護事業課マネージャー 木村

編集後記

日本人が好きな月は何と5月が1位。気候も爽やかでゴールデンウィークもあるからでしょうね。しかし好きな月1位にもかかわらず、5月病というものがあるのが不思議です。5月病は新社会人や新入生が新しい環境に馴染めず落ち込む、日本独特の季節病だとか。そんな時は音楽を聴いたり唄ったり、おいしい物を食べたり、旅行をしたりして、余計なストレスを取り払うといいですよ。



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>

