

平成 30 年 8 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)
8 月の行事ピックアップ！ ★5 日（日）はカラオケデー。思いっきりお歌いください。カラオケ講師来所！終日カラオケ三昧～ ★26 日（日）はサマーフェスティバル。ハワイ料理にトロピカルドリンクをご用意。そしてフラオカピオラニ様をお招きしてのてフラダンス大会開催。			1 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 黒川ボーカルコーチ指導 音 楽 講 座 魚の明太マヨ焼き、里芋鶏そぼろ煮、さっぱりなます 248Kcal	2 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ アロマ陶国の健康体操 リズム体操 梅わかめうどん、菜の花とささみのおひたし、フルーツ缶 322Kcal	3 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 喜田看護師の健康講座 解剖生理学入門 トンカツ、ジャーマンポテト、マスタード和え 327Kcal	4 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 高木介護士の教養講座 漢 字 講 座 千草焼き、豚肉とごぼうの旨煮、ブロッコリーの胡麻和え 251Kcal
5 カラオケデー カラオケ講師来所	6 朝顔の湯 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 角田介護士の教養講座 お 花 講 座 魚の幽庵焼き、鶏肉と大根の煮物、ほうれん草のおひたし 284Kcal	7 朝顔の湯 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 大阪市出前講座 感染症対策講座 夏のちらし寿司、れんこん饅頭、インゲンの胡麻和え 192Kcal	8 朝顔の湯 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 林看護師の健康アドバイス 健 康 講 座 ミートボールのトマト煮、ハムポテト、フレッシュサラダ 314Kcal	9 朝顔の湯 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 親しい人に送ろう 絵 手 紙 講 座 魚の煮付、信田巻き、オクラの和え物 227Kcal	10 朝顔の湯 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 季節の講座 花 火 講 座 メンチカツ、炒め昆布の旨煮、胡瓜とワカメの酢の物 330Kcal	11 朝顔の湯 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 林看護師の健康アドバイス 健 康 講 座 魚の磯焼き、網寄せしんじょう、アスパラのボン酢和え 329Kcal
	12	13 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 黒川ボーカルコーチ指導 音 楽 講 座 白身魚の和風あんかけ、豚肉と厚揚げの煮物、オクラおかか和え 324Kcal	14 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 角田介護士の教養講座 お 花 講 座 豚肉の旨煮、筑前煮、胡瓜の酢の物 277Kcal	15 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 季節のクッキング た こ 焼 き ハヤシシチュー、フレッシュサラダ、りんごのコンポート 324Kcal	16 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ キング講座 マリンカラーのリボンリース ざるそば、ほうれん草のお浸し、フルーツ缶 370Kcal	17 プルメリア ★理容・美容 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 季節のクラフト講座 松風焼き、豆腐の中華煮、菜の花のツナ和え 336Kcal
	19	20 朝顔の湯 ★理容・美容 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 季節のハーブティ講座 ハイビスカス 牛肉のしぐれ煮、大根の煮物、白菜のごま和え 249Kcal	21 朝顔の湯 ★理容・美容 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ ブティ講座 ハ イ ビ ス カ ス 八宝菜、肉しゅうまい、春雨サラダ 216Kcal	22 朝顔の湯 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 親しい人に送ろう 絵 手 紙 講 座 魚のパジルオイル焼き、白菜とちくわの煮浸し、オクラの和え物 241Kcal	23 朝顔の湯 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 高木介護士の教養講座 動物雑学講座 カレーライス、野菜サラダ、フルーツヨーグルト 378Kcal	24 朝顔の湯 ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ アロマ鈴木 ツボ押し講座 白身魚の南蛮漬け、春雨の鶏そぼろ炒め、インゲンの梅和え 323Kcal
	26 サマーフェスティバル	27 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 季節の講座 花 火 講 座 チキン南蛮、焼きナス、小松菜のおひたし 393Kcal	28 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 黒川ボーカルコーチ指導 音 楽 講 座 タラの野菜あんかけ、ひじき煮、インゲンのお浸し 191Kcal	29 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 高木介護士の教養講座 漢 字 講 座 カニ玉、長芋と豚肉のオイスターソース炒め、ほうれん草のナムル 364Kcal	30 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 喜田看護師の健康講座 解剖生理学入門 サーモンフライ、大根の洋風煮、南瓜サラダ 326Kcal	31 プルメリア ★オーク倶楽部体操 ★ティータイム ★カラオケ 高木介護士の教養講座 動物雑学講座 鯖の味噌煮、豚じゃが、胡瓜の酢の物 311Kcal
			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。			

※第 2、4 週は季節のお風呂「朝顔の湯」。第 1、3、5 週はアロマミスト「プルメリア」をお楽しみください。★理容師来所の理容・美容の日

優勝しました！

医療法人オーク会グループ CS（顧客満足度）コンクールで、オーク倶楽部介護士の佐川結美が、全職員 150 名の中から見事優勝しました。



8 月のお風呂



朝顔の湯

夏の花といえば朝顔ですね。サマーブルーの爽やかなお湯に、上品な香りをお楽しみください。

8 月のアロマミスト



プルメリア

太陽をたくさん浴びて育ったプルメリアの香りは、女性を元気にする効果効能を持っています。

編集後記

関西では地震があったり、記録的な豪雨に記録的な猛暑と、この夏はうんざりされた方も多いはず。あらためて天変地異の恐ろしさを認識させられましたね。しかし恐ろしいのは「警報慣れ」。テレビでもネットでも「〇〇警報」「避難〇〇」がやたら多くなり、「また出た」とかなり鈍感になっているようです。せめて避難場所や避難経路の確認、家族間の連絡方法、非常食の準備ぐらいはしておきましょう。それとご近所同士の共助が大切ですよ。



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】<https://www.oak-club.jp/> 【スタッフブログ】<https://ameblo.jp/oak-club>



ご利用者とオーク倶楽部を結ぶ情報誌「オーク倶楽部 岸里レポート」

Kishinosato

Oak Club Report

2018 年 8 月
平成 30 年 8 月 1 日（通巻 71 号）

今月の内容

誕生日のご利用者様ご紹介
岸里写真アルバム
アクティビティ・イベント紹介
ご利用者様インタビュー
行事予定、昼食メニュー紹介

今月の表紙
看護師 林 志織
姉御肌でとても頼りになる林看護師。
無類の猫好きで、自宅には保護猫が三匹もいるんです。
漢方検定一級の保持者で、
西洋医学と東洋医学の造詣も深い看護師です。



Happy Birthday

7月は6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。



オーク倶楽部 岸里写真アルバム

(2018年7月の記録)



Event

岸里のイベント紹介

縁日屋台と盆踊り大会で盛り上がる、オーク倶楽部恒例の夏祭りを開催！



今年も盛大に夏祭りを開催しました。縁日屋台の懐かしい輪投げや風船つりで景品をゲット！スタッフのたこ焼きの腕前も年々アップしています。そしてメインは盆踊り大会。河内音頭指導グループのおかげで、手の振りも足の動きも様になって来ました。ご利用者様の浴衣姿も涼やかに、暑い夏を思い切りお楽しみいただきました。



♪日曜カラオケデー開催



カラオケ指導講師のレッスンも受けられる日曜カラオケデー。今日ばかりはいつもと違う曲にチャレンジ。ご利用者様もレパートリーが増えたようですね。

Activity

岸里のアクティビティ紹介

季節のクッキング講座



今回は、濃厚なクリームチーズをパンにのせ、クルッと巻いた、見た目もオシャレなフレンチトーストに挑戦。仕上げに、パイナップルを添えて完成。

季節のクラフト講座



今回はカラフルな砂を交互に重ねた可愛らしいグラスサンドアートを制作しました。幻想的でメルヘンチックな完成作品に皆様もご満足いただけたようです。

プロが教える音楽講座



今回の課題曲はペギー葉山の「南国土佐を後にして」。発声練習のあとは、皆様よくご存知の曲とあって、歌詞カードなしで最後まで歌いきっておられました。

ヒップホップのリズム体操



今回は手と足の違う動作を同時に行う動きに挑戦。皆様戸惑われながらも、リズムに乗って練習されていました。この動きは筋力と脳を同時に鍛えられますよ。

Interview

ご利用者様インタビュー



今月は博学で紳士の E 様にお話を伺ったところ「ここのアクティビティや日帰り旅行はとても楽しい」と笑顔でお答えいただきました。語学も堪能な E 様は、昔は英語やドイツ語も少し話せたそうですよ。若い時から旅行が好きで、アメリカやヨーロッパにも行かれたらしいです。また、弊所の広報担当とカメラ談義をされるほど、写真やカメラにも詳しい E 様。いままでお撮りになった写真をぜひご披露ください。秋の旅行では、その写真の腕前も見せてくださいね。

8月26日(日)「サマーフェスティバル開催」

オーク倶楽部の夏を楽しむイベント第二弾！ハワイのグルメにトロピカルドリンク、そして、優雅なハワイアンの音色とフラダンスをお楽しみいただきます。詳しくはポスターで掲示します。アロ～ハ！

