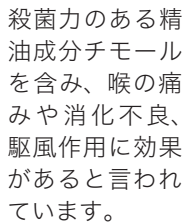
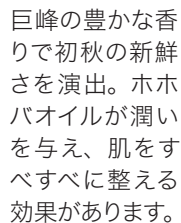


※予定は変更になる場合がございます

※第2、4週は季節のお風呂「巨峰の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ベルガモット」をお楽しみください。【理美容は理容師来所の日

編集後記



記録的な暑さの夏でした。ところで日中の最高気温が 30 度以上で真夏日、35 度以上で猛暑日と分類されているそうです。でも 40 度を越えた場合の言い方はまだないそうですよ。ひょっとすると来年あたりは猛暑日超えの「〇〇日」という言葉が予報で使われるかもしれませんね。やっと朝晩涼しくなった 9 月、夏の疲れが出るのも秋口です。湯船に浸かって体を温めたり、起きがけに白湯を飲んで体内を温めると夏バテ予防になるらしいですよ。



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



G o r y o m a e

2018 年 9 月

平成30年9月1日(通巻31号)

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

表情通り誠実で丁寧な運転が評判の毛利ドライバー。
毎朝「おはようございます」と彼の明るい声で、
ご利用者を元気づけています。

Happy Birthday

8月は5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。



O.S 様



F.M 様



T.K 様



T.H 様



F.S 様

オーク倶楽部 御陵前写真アルバム (2018年8月の記録)



Event

ハワイアンミュージックとフラダンスで盛り上がる、サマーフェスティバルを開催！



オーク倶楽部恒例のサマーフェスティバルは、スタッフ手作りのハワイグルメと、本格的なフラダンスをお楽しみいただきました。今年もフラダンス教室の「フラオカピオラニ様」から吉田先生と生徒さんたちが応援に来てくださり、華やかで優雅なフラダンスをご披露していただきました。ご利用者様のレイも素敵でしたよ。



御陵前のイベント紹介

御陵前フラガール公演



今回の音楽鑑賞会は南国の歌を特集。懐かしい歌や思わず体が動いてしまうハワイアンソングをお楽しみいただきました。最後はスタッフが密かに練習したフラダンスで会場は拍手喝采でしたよ。

Activity

御陵前のアクティビティ紹介

季節のクラフト講座



今回はマリンカラーのリボンリース作りに挑戦。リボンや貝などいろいろな素材に触れ、指先を通して刺激を受けることは心地良く、リラックス効果もあります。

プロが指導の音楽講座



今回の課題曲は「憧れのハワイ航路」ハワイの青空や雲、爽やかな風などを想像していただき、もうハワイにいる気分が気持ち良く歌っておられました。

季節のクッキング



今回は「たこ焼き」を作りました。関西では一家に一台たこ焼き器があると言われるだけあって、もうスタッフが何も手伝わなくても、見事な出来上がりでしたよ。

セラバンドエクササイズ



今回は姿勢の改善に効果があるローイングという筋トレ。背中や肩甲骨に付着する広背筋や大円筋、菱形筋アップに効果のあるエクササイズをしました。

Interview

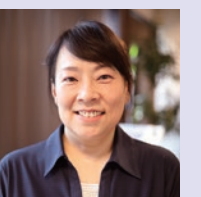
ご利用者様インタビュー



今回はスポーツマンのS様にお話を伺いました。若い頃はサッカーをされており、今もアスリートの体型を維持されています。体を動かすことがお好きで、弊所ではエアロバイクは日課となっていますよ。また、クッキング講座では同じテーブルの方をリードされたり、カラオケではS様十八番の曲もリクエストが掛かります。オーク倶楽部が「生活の一部です」「満足しています」と言うお言葉も頂戴し、それに「スタッフが可愛い！」と満面の笑みでお答えいただきました。

スタッフ日記 「話し上手よりも聞き上手であれ」

会話では一方的なコミュニケーションにならないように意識しています。日頃の楽しいことだけでなく、悩み、辛さ、不安などを誰かに聞いてもらいたいことがどなたにもありますね。そんな時に話をしたいと思ってもらえるようなスタッフでありたいと思います。人生の大先輩に失礼のないように、よき理解者となれるように、話をするだけではなく、うなずき、しっかりと耳を傾けることを意識しています。アクティビティでは、私の得意な音楽やダンスに磨きをかけて、今日は岡本のアクティビティの日だから休まずに参加しよう！となるように頑張ります。



介護士 岡本 敬子