

令和元年6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	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)
						1 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 御陵前介護士の 思い出ノート 自分史を作る お好み焼き、ひじき煮、 フルーツ缶 (ミックス) 351Kcal
2	3 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ お天気姉さんミユキの 健康講座 健康と天気 魚の幽庵焼き、鶏ごぼろ、 オクラの和え物 282Kcal	4 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 御陵前介護士の チェアヨガ 太陽礼拝 ビーフシチュー、スパゲ ティースラダ、フルーツ 缶 (みかん) 398Kcal	5 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ お茶好きスタッフの ハーブティ講座 ダンデリオン 焼鳥丼、茄子と揚げの煮 物、白菜の柚子和え 362Kcal	6 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 西岡介護士の 音楽講座 君といつまでも 肉団子の甘酢あん、小松 菜の錦糸和え、金時豆甘 煮 381Kcal	7 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 御陵前介護士の 大人の写字 山口素堂 鯖の味噌煮、春雨の鶏そ ぼろ炒め、菜の花とかま ぼこのお浸し 368Kcal	8 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 岡本介護士の 季節の文香 ベルガモット ロールキャベツ、切干大 根の煮付、カリフラワー のゆかり和え 204Kcal
9 初夏の日帰り旅行 近江八幡で近江牛ランチ	10 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 絵の得意なスタッフの 絵手紙講座 あじさい・びわ スペイン風オムレツ、白 菜とベーコンのクリーム 煮、ポテトサラダ 275Kcal	11 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ お天気姉さんミユキの 健康講座 健康と天気 鮭の南蛮漬、ジャーマ ンポテト、インゲンと竹 輪のからし和え 360Kcal	12 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 料理好きスタッフによる 季節のクッキング レアチーズ大福風 たこ焼き&玉子焼き、菜 の花の胡麻和え、リンゴ のコンポート 423Kcal	13 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 村上アロマセラピストの セルフセラピー むくみケア カレーライス、フレッ シュサラダ、杏仁フルー ツ 463Kcal	14 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 村上アロマセラピストの セルフセラピー むくみケア ポークソテー、きんぴら ごぼろ、たまごサラダ 449Kcal	15 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 父の日に感謝を込めて 歌声喫茶 昭和の名曲特集 魚のタルタルソース、鶏 じゃが、オクラおかか 和え 298Kcal
16	17 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 御陵前介護士の チェアヨガ 太陽礼拝 トンカツ、ほうれん草ハ ムソテー、フルーツ缶 (ミックス) 296Kcal	18 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 理美容 お茶好きスタッフの ハーブティ講座 ダンデリオン 鶏のスタミナ焼き、れん こん饅頭、ごま昆布 309Kcal	19 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 御陵前ダンス部の ダンス講座 座ってできるダンス カレイの山椒焼き、炒り 豆腐、胡瓜のゆかり和え 232Kcal	20 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 御陵前介護士の 大人の写字 山口素堂 魚のマスタード焼き、明 太スバゲッティ、キャ ベツの和え物 345Kcal	21 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 御陵前バレーンガール バレーンアート ダックスフント ちらし寿司、野菜大豆煮 インゲンの胡麻和え 255Kcal	22 緑茶の湯 ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 絵の得意なスタッフの 絵手紙講座 あじさい・びわ 魚の明太マヨ焼き、たけ のこのおかか煮、白菜の 柚子和え 241Kcal
23	24 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ プロが教える 社交ダンス 基礎からのダンス 鯖の照り焼き、筑前煮、 菜の花の胡麻和え 300Kcal	25 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 岡本介護士の 季節の文香 ベルガモット 鶏のからあげ、大根とあ さりの煮物、ほうれん草 のお浸し 327Kcal	26 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 西岡介護士の 音楽講座 君といつまでも 鯖の西京焼き、絹寄せ しんじょう、人参サラダ 397Kcal	27 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 村上アロマセラピストの セルフセラピー むくみケア チキンライス、肉団子、 小松菜のおひたし 248Kcal	28 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ 工芸の得意なスタッフによる 季節のクラフト サンキャッチャー 冷やし中華麺、肉しゅう まい、フルーツ缶 (黄桃) 377Kcal	29 レモン ★体操・機能訓練 ■ティータイム ♪カラオケ カニ玉、長芋と豚肉のオ イスターソース炒、胡瓜 サラダ 376Kcal
30						

※第2、4週は季節のお風呂「緑茶の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「レモン」をお楽しみください。 **理美容**は理容師来所の日

6月のお風呂

緑茶の湯 緑茶はウイルスを撃退する効果のあるカテキンを豊富に含有。ビタミンも豊富で、つやつやでうるおいのあるお肌してくれます。

6月のアロマミスト

レモン レモンの香りには心を刺激して、積極性を高めくれる働きもあります。また優れた抗菌作用で気分も爽快にさせてくれます。

編集部コラム

令和になって初の6月。6月と言えばジュニアブライド。令和婚、令和ベイビーが流行っていると聞きます。久しぶりに気持ちの良い6月が迎えられましたね。さて、今月はG20大阪サミットという大きな国際会議が開催されます。空も海も道路も交通規制で窮屈ですが、世界に向けて大阪のイメージアップのために協力しましょう。街でサミット関係者の外国人を見かけたら関西弁で「oideyasu」と笑顔で挨拶しましょう。意味は通じなくても気持ちは通じますよ。



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



Oak Club Report

ご利用者とオーク倶楽部を結ぶ情報誌「オーク倶楽部 御陵前レポート」 Goryomae

2019年 6月

令和元年6月1日
(通巻40号)

今月の内容

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ー、姉妹施設紹介
行事予定、昼食メニュー紹介



元気なご利用者様を表紙でご紹介する、御陵前「元気印」
今月はいつもおしゃやかなK・T様。

Happy Birthday

2019年5月は4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。

I.S 様 K.M 様 K.M 様 T.K 様

オーク倶楽部 御陵前写真アルバム (2019年5月の記録)

Event 御陵前のイベント紹介

■オーク倶楽部御陵前初登場! 民謡・三味線講座

御陵前ではオペラやジャズのライブ公演の他に、今回は日本の伝統音楽の民謡・三味線をお楽しみいただきました。心に響く音色と節回しは、日本人の琴線に触れるようで皆様も大きな声で歌っておられました。スタッフの掛け声も見事でしたよ。

Activity 御陵前のアクティビティ紹介

■大人気のフラワーアレンジメント

毎回好評のフラワーアレンジメント講座。今回はカーネーションをメインに飾り付けました。茎の高さを調整し、全体のバランスを整えて完成！出来上がりに満足されたご様子で、母の日のプレゼントになったようですね。

Activity 御陵前のアクティビティ紹介

■西岡介護士の音楽講座

時代は平成から令和になりましたが、ご利用者様の青春の時代の曲は、昭和の歌謡曲ですね。そこで今回は昭和歌謡メドレーをお楽しみいただきました。

■バルーンアートに挑戦

大道芸で人気のバルーンアートに挑戦。空気の量を調整しながら膨らませてひねるのがポイント。スタッフの見本を見ながら可愛い犬が出来上がりましたよ。

Activity 御陵前のアクティビティ紹介

■懐かしの映画特集

今回は1950年代の映画をご紹介します。ご利用者様も熱中された裕次郎のアクションや、ローマの休日のロリー・ヘプバーンのお姫様姿に歓声が上がりました。

■母の日音楽講座

オーク倶楽部の母の日は、日頃の感謝を込めて歌をプレゼント。この日のために選曲した歌と、御陵前ダンサーズの踊りもあり、皆様も大喜びでしたね。

Interview ご利用者様インタビュー

今月の表紙 K.T 様

オシャレには目がないK様。今日もネイルでオシャレに指先を整えられています。

Q. いつもお召し物がオシャレですね。
A. 服は息子と買いに行きます。息子も選んでくれますし、やっぱり、洋服で気分が変わり気持ちもウキウキしますよ。

Q. オーク倶楽部はいかがですか？
A. 楽しいですね。特に体操やカラオケ、外出や旅行も楽しみです。

Q. 好きな食べ物は何ですか？
A. すき焼きに焼肉。お肉を食べると元気が出ます。私の元気の秘訣です。

Q. 好きな歌手は？
A. 五木ひろし！あの節回しが良いですね～
K様ありがとうございました。

Topics 新施設オーク倶楽部「林寺」情報

■昼食試食会と生野本通商店会でイベントに参加

オーク倶楽部 林寺では、事業所のケアマネージャーをお招きしての昼食試食会を開催しました。味や盛り付けからメニュー構成に到るまでご試食とアドバイスをいただきました。また、近隣の生野本通商店街のイベントに参加して、施設の紹介やチラシの配布もさせていただきました。