

Happy Birthday

9月は10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.T 様



U.Y 様



K.M 様



K.H 様



J.A 様



T.K 様



T.A 様



N.N 様



F.S 様



F.H 様

Activity

岸里のアクティビティ紹介

■ 季節のクッキング

「簡単りんごおやき」を作りました。ホットケーキミックスで作った生地を平らに伸ばし、煮詰めたりんごを乗せ、ホットプレートで焼いていただきました。ボリュームがありましたが、とても美味しいと完食されていました！



■ 社交ダンス

花岡ダンススタジオの花岡先生をお招きし、社交ダンスを体験。初めての利用者様も曲に合わせてステップを踏み、経験のある利用者様は、軽快に踊られ楽しまれていましたよ。



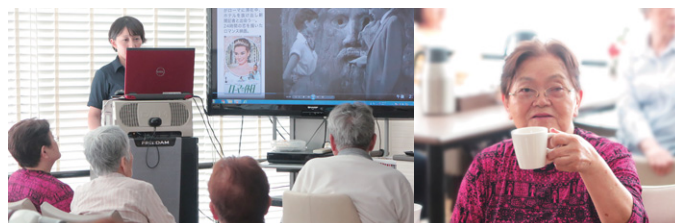
■ クラフト

今回のクラフトでは、デコパージュランチバックを作っていました。ご自身の好きな柄の布と鞆の形を選んで頂き、制作しました。刷毛でのりをつけたりと、細かな作業が多かったのですが、皆様黙々と作業に打ち込んでおられました。それぞれの好みが出た、世界に一つだけの素敵な鞆が完成しました。



■ 懐かしの映画特集

昭和の名作「嵐を呼ぶ男」「チャップリンの独裁者」等、懐かしの映画をご覧いただきました。有名なシーンを見ながら会話を楽しめたり、笑い声も聞かれてとても盛り上がっていました。



令和元年 10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)
	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 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ アロマ嶋田の 果物講座 秋の果物 魚の野菜あんかけ、切干大根の煮付、さつま芋サラダ風 281kcal	2 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 音楽好きスタッフによる ジャズ講座 映画のジャズ 牛肉のすき焼き、れんこん饅頭、ほうれん草のなめらか白和え 256kcal	3 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 湯面看護師の 健康講座 秋バテについて 鯖の生姜煮、豆腐のさっぱり煮、人参サラダ 227kcal	4 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 思い出ノート 自分史を作る カニ玉中華野菜あん、長芋と豚肉のオイスターソース炒め、青菜のナムル 331kcal	5 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ アロマ嶋田の ハーブティ 雑穀ブレンド トンカツ、筑前煮、ブロッコリーの胡麻和え 291kcal
6	7 紅葉の湯 ★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 さつま芋団子 ちらし寿司、季節のしんじょう、季節のゼリー 211kcal	8 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 豚肉の生姜焼き、うの花煮、小松菜のお浸し 438kcal	9 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ アロマ嶋田の ハーブティ 雑穀ブレンド オムレツ、大根と油揚げの煮物、青菜のからし和え 235kcal	10 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 平田介護士の 貼り絵講座 栗 魚のマスタートド焼き、豚肉と厚揚げの煮物、インゲンの和え物 326kcal	11 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 大越看護師の チェアヨガ 便秘予防 ゆかりごはん、きつねうどん、かき揚げ、ほうれん草の柚香和え 326kcal	12 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 湯面看護師の 健康講座 秋バテについて 鶏の中華風ネギ焼き、ひじき煮、マカロニサラダ 310kcal
13	14 ラベンダー 体育の日 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 音楽好きスタッフによる ジャズ講座 映画のジャズ 豚肉のバーベキュー、大豆と野菜のトマト煮、ブロッコリーの胡麻和え 302kcal	15 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 平田介護士の 貼り絵講座 栗 サーモンフライ、信田巻き、さっぱりなます 259kcal	16 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 平田介護士の 手相講座 手のツボ 豚肉のうま煮 (トマト風味)、厚揚げのおろしがけ、スバゲティーサラダ 356kcal	17 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ アロマ嶋田の 果物講座 秋の果物 焼肉風、じゃが芋の洋風煮、青菜としめじのお浸し 240kcal	18 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の タオル体操講座 島田のブンブン 魚のマリネ風、長芋の煮物、ほうれん草の錦糸和え 216kcal	19 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 大越看護師の 誕生石講座 10月の誕生石 ピラフ、焼き餃子、フルーツ缶 (ミックス) 223kcal
20	21 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の タオル体操講座 島田のブンブン 肉団子の甘酢あん、茄子の煮物、ポテトサラダ 367kcal	22 紅葉の湯 正即 座位 儀 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 思い出ノート 自分史を作る 天ぷら盛り合わせ、がんもの煮物、アスパラのお浸し 277kcal	23 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の タオル体操講座 島田のブンブン 鮭の西京焼き、じゃが芋の鶏そぼろ煮、オクラの和え物 217kcal	24 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 平田介護士の 手相講座 手のツボ カレーライス、温野菜のサラダ、フルーツ缶 (みかん) 303kcal	25 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 花が好きなスタッフによる 季節のクラフト フラワーアレンジメント 八宝菜、なめらか大学芋、インゲンのお浸し 222kcal	26 紅葉の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ わかめごはん、ちゃんぽん麺、菜の花の胡麻和え、フルーツ缶 (黄桃) 451kcal
27	28 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 大越看護師の チェアヨガ 便秘予防 やわらかロールキャベツ、ジャーマンポテト、温野菜のサラダ 192kcal	29 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 大越看護師の 誕生石講座 10月の誕生石 魚の梅味噌焼き、大根の洋風煮、小松菜の錦糸和え 206kcal	30 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ ハロウィン パーティ やわらか豆腐ハンバーグ、ササミとブロッコリー炒め、白菜の和風サラダ 218kcal	31 ラベンダー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 藤本流師範来所 民謡・三味線講座 シマホッケの塩焼き、里芋鶏そぼろ煮、青菜のお浸し 222kcal	10月の行事ピックアップ! ■10月30日(水)はハロウィンパーティ 🎃 スタッフの力が入ったコスプレをお楽しみに! ■10月31日(木)は藤本流師範来所 🎵 三味線・民謡の講師をお招きしての講座を開催します。	

※第2、4週は季節のお風呂「紅葉の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ラベンダー」をお楽しみください。☑理美容は理容師来所の日

10月のお風呂



紅葉の香りが気分を変えて、疲労を回復させます。ゆったりした至福の時間をお過ごしください。

10月のアロマミスト



ラベンダーの丘を連想させる心地良い癒しを与えてくれる香りです。リラックスタイムをお楽しみください。

編集部コラム

世界陸上にワールドカップバレーボール、もうすぐ始まるクライマックスシリーズとスポーツの秋真っ盛りですね。そして、今年は何といてもラグビーワールドカップ! 日本開催&日本チームの活躍で、大変な盛り上がりです。選手がぶつかったり、押し合ったりしている場面は迫力がありますよね。その中でも、ボールを持って走っている選手のスピードがどんなものかご存知ですか? 100mに換算すると10秒台の選手もいるんだとか! あんな大きな体(個人的な主観です)ですごくですね。11月2日まで開催されています。



デイサービス オーク倶楽部 岸里 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>

