

Happy Birthday

6月にお誕生日を迎えられた皆様の
この一年が幸福と健康に満ちた
日々でありますように。



I.F 様



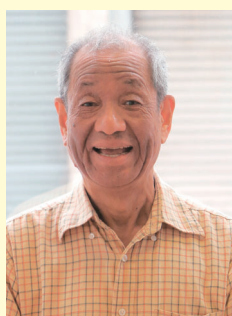
K.N 様



K.Y 様



S.S 様



S.E 様



N.S 様



F.K 様



H.Y 様

Activity

岸里のアクティビティ紹介

■ クラフト講座 - 型抜きアート -

初夏に釣り鐘状のお花を咲かせる「ホタルブクロ」の型抜きアートでした。手先を使う細かい作業でしたが集中して色々な模様のちりめんをどこに貼ろうか考えながら作られました。「細かくて難しい!」と話されながらも夏らしく涼し気な手作りアートができました!



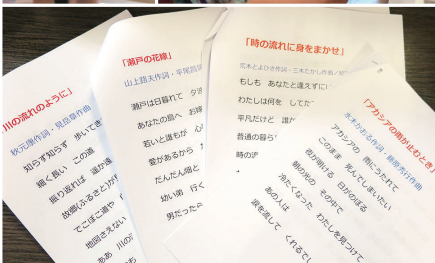
■ クッキング講座 - お麩で簡単ラスク -

お麩を使って、簡単にできるラスクを作りました。お麩が洋菓子になる発想に驚かれ、カリカリとした食感を楽しませていました。



■ 音楽講座

6月は梅雨入りや時の記念日などがありました。それにまつわる歌を何曲か紹介しました。懐かしの歌謡曲の意味を説明した後は、まるで合唱のように素敵な歌声が響き渡っていました♪



■ 季節の花講座

夏に咲くお花について紹介させていただきました。定番のお花から初めて見るお花も沢山あり、「これは何やる?」「綺麗なー!」と画面に映る花を笑顔でご覧になっていました。



令和2年7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)
	7月の行事ピックアップ! プロに教わる 社交ダンス 花岡講師とともに ダンスをお楽しみ ください。 		1 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 花火講座 花火のいろは 牛肉のチャブチ風、ロー ル玉子焼き、インゲンのお 浸し 354kcal	2 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の スクラッチアート 季節のアート 鮭のマヨネーズ焼き、蓮根 そぼろ、オクラの和え物 258kcal	3 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 花火講座 花火のいろは やわらかロールキャベツ、 ラタトゥイユ、ブロッコリー サラダ 135kcal	4 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 七夕講座 夏の星空 たら彩り洋風あんかけ、 アスパラソーテ、 ポテトサラダ 176kcal
5	6 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 絵手紙講座 暑中見舞い 鰯の西京焼き、 鶏肉と大根の煮物、 もずく和え 259kcal	7 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 七夕講座 夏の星空 ゆかりごはん、七夕そうめん、 夏野菜の炊き合わせ、フルー ツ缶(ミックス) 492kcal	8 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 絵手紙講座 暑中見舞い 魚の明太マヨ焼き、きんぴ らごぼう、菜の花の胡麻 和え 284kcal	9 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ アロマ嶋田の 四季のお茶講座 ウーロン茶 煮込みハンバーグ、 ジャーマンポテト、 人参のサラダ 372kcal	10 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ プロダンサー指導の 社交ダンス 花岡ダンススタジオ 花岡先生 五目ちらし寿司、 さつま揚げの磯辺煮、 白菜のお浸し 161kcal	11 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 日本の文化講座 土用の丑の日 肉豆腐、とろろ、 アスパラの和え物 270kcal
12	13 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ アロマ嶋田の 野菜講座 夏野菜 カニ玉中華野菜あん、 ハムポテト、ほうれん草の 白和え 260kcal	14 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ アロマ嶋田の 四季のお茶講座 ウーロン茶 豚肉のおろし煮、南瓜の 煮付、ひじきのサラダ 306kcal	15 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 季節のクラフト 風鈴 鯖の味噌煮、 豚肉と厚揚げの煮物、 柚子なます 314kcal	16 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 季節のクラフト 風鈴 カレーライス、キャベツの サラダ、フルーツ缶(みか かん) 293kcal	17 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 理美容 大越看護師の 健康講座 熱中症 鶏の南蛮漬、じゃがいもの きんぴら、アスパラのお浸 し 351kcal	18 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 理美容 岸里介護士の 歴史講座 日本の名所 豚肉の野菜巻き、焼きナ ス、春雨の和え物 321kcal
19	20 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 理美容 料理好きスタッフの 季節のクッキング 茄子の餃子風 ポークソテー、がんも煮、 オクラのおかか和え 290kcal	21 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 理美容 料理好きスタッフの 季節のクッキング 茄子の餃子風 そぼろ丼、高野豆腐の煮 物、フルーツ缶(黄桃) 333kcal	22 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 歴史講座 日本の名所 天ぷら盛り合わせ、豚肉と ごぼうのうま煮、アスパ ラのお浸し 329kcal	23 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 季節の花講座 夏の花 魚のタルタル焼き、チン ジャオロース、ポテトの明 太和え 304kcal	24 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 大越看護師の 健康講座 熱中症 やわらか豆腐ハンバーグ、大 豆と野菜のトマト煮、ほう れん草の柚香和え 175kcal	25 薔薇の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 大越看護師の 雑学講座 生物の不思議 魚のおろしがけ、じゃがい もの鶏そぼろ煮、インゲン の和え物 180kcal
26	27 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 日本の文化講座 土用の丑の日 豚肉の甘辛煮、季節のし んじょ、明太スパゲッティ サラダ 383kcal	28 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の スクラッチアート 季節のアート 鯖の塩焼き、大根と豚肉 の味噌煮、人参の白和え 風 257kcal	29 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ アロマ嶋田の 野菜講座 夏野菜 千草焼き、長芋の煮物、 アスパラのお浸し 223kcal	30 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 大越看護師の 雑学講座 生物の不思議 酢鶏風、うの花煮(ひじき 入り)、小松菜のお浸し 343kcal	31 ユニバー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 季節の花講座 夏の花 わかめごはん、冷やし中華 麺(醤油)、かき揚げ、リン ゴのコンポート 492kcal	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「薔薇の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ユニバー」をお楽しみください。 理美容は理容師来所の日

7月のお風呂



薔薇の湯
 バラにはお肌の
 収れん効果があ
 ります。バラのお
 風呂で贅沢なリ
 ャクスタイムを
 お楽しみくださ
 い。

7月のアロマミスト



ジュニパー
 冷えと湿気を取
 り除き、冷え
 で悪化する腰痛
 や関節炎、
 膀胱炎、リウマ
 チ痛などに効
 果的です。

編集部コラム

「ふみの日」をご存知でしょうか? 1979年に当時
 の郵政省が、毎月23日を「ふみの日」(「2(ふ)・
 3(み)」の語呂合わせ)と制定しました。中でも7
 月は「文月」のため、毎年かわいい切手が発売さ
 れています。コロナ禍で、気軽に人に会えないこ
 の期間、絵手紙講座で作ったはがきを身近な人
 に送ってみたいいかがでしょうか?



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>

