

Happy Birthday

4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。



N.K 様



M.F 様



M.M 様



Y.C 様



Y.I 様

Event & Activity

岸里のイベント&アクティビティ紹介

■ 季節のクッキング

今月は、「もちもち桜もち」と題して、桜もちを皆様と作りました。生地をホットプレートで焼き、桜の葉の上に乗せ、あんこを巻いて召し上がって頂きました。甘いのと、塩のバランスが丁度良く、美味しかったと完食されていました。



■ 社交ダンス

花岡先生をお迎えし、社交ダンスを開催しました。一人ひとり、先生と色々な音楽にのって、ステップに合わせて踊っておられました。少し照れながらも、とてもいい表情をされていましたよ。楽しい時間になりましたね。



■ 四季のお茶講座

4月はジャスミン茶をご用意しました。今ではペットボトルで販売されるほど人気のある中国茶です。皆様のお好みはいろいろでしたが、独特な香りのお茶を召し上がって頂きました。



■ 絵手紙講座

4月はお花見をテーマにお描きいただきました。今年もコロナ禍の為実際のお花見を行うことは困難な状況でしたが、描かれた絵手紙は桜やお花見弁当など、どれも心温まる素敵な春のお花見の世界が描かれていました♪



令和3年5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)
			5月の行事ピックアップ! 8周年記念特別企画! 周年スペシャルランチ いつもと違うスペシャルランチで皆様をおもてなしします!		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 ローズ ★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 かわいいそんな動物 赤魚の煮付、蓮根そぼろ、インゲンのツナ和え 200kcal
2	3 菖蒲の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 四季の花講座 5月の誕生花 お好み焼き風オムレツ、大根の洋風煮、春雨の彩りサラダ 250kcal	4 菖蒲の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ アロマ嶋田の 母の日歌謡史講座 昭和40年代 鯖の香味焼き、筍のおかか煮、インゲンの卵の花和え 322kcal	5 菖蒲の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 大人の字字講座 織田作之助・坂口安吾 エビカツ、大根の洋風煮、マカロニサラダ 302kcal	6 菖蒲の湯 ★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 新茶 鯖の味噌焼き、里芋の含め煮、菊菜のおかか和え 231kcal	7 菖蒲の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 大人の字字講座 織田作之助・坂口安吾 ハンバーグ、大根とあさりの煮物、さつま芋サラダ 348kcal	8 菖蒲の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 脳トレ講座 トリックアート かに玉中華野菜あん、焼き餃子、ブロッコリーサラダ 214kcal
9	10 ローズ ★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 新茶 鶏肉の磯辺焼き、さつま揚げの煮物、キャベツのサラダ 331kcal	11 ローズ ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 絵が得意なスタッフの 絵手紙講座 端午の節句 鯖の照り焼き、大根と油揚げの煮物、チンゲン菜のしらす和え 282kcal	12 ローズ ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 四季の花講座 5月の誕生花 煮込みハンバーグ、春雨の鶏そぼろ炒め、菜の花の白和え 385kcal	13 ローズ ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ アロマ嶋田の 日本歌謡史講座 昭和40年代 豚肉のうま煮、筑前煮、ほうれん草の胡麻和え 374kcal	14 ローズ ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 絵が得意なスタッフの 絵手紙講座 端午の節句 とんかつ、ひじき煮、白菜の柚子和え 344kcal	15 ローズ ★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 紫外線 魚(アジ)のマリネ風、信田巻き、人参サラダ 291kcal
16	17 菖蒲の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 脳トレ講座 トリックアート 白身魚フライ、チンジャオロース、春雨のサラダ 369kcal	18 菖蒲の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 防災講座 災害から身を守る 牛肉の芋煮、れんこん饅頭、アスパラピーナッツ和え 244kcal	19 菖蒲の湯 ★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 かわいいそんな動物 鮭の西京味噌焼き、がんもの煮付け、菜の花の和え物 247kcal	20 菖蒲の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 季節のクラフト フラワーアレンジメント ごちそうキャベツメンチカツ、ジャーマンポテト、スパゲッティーサラダ 379kcal	21 菖蒲の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 季節のクラフト フラワーアレンジメント カレーライス、漬物(福神漬)、コールドソーダ、缶果物(みかん缶) 368kcal	22 菖蒲の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 星座講座 おうし座について 焼き肉炒め、焼き餃子、春雨の彩りサラダ 267kcal
23	24 ローズ ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 雑学講座 ことわざ オムレツ、豚肉とごぼうのうま煮、ほうれん草の柚香和え 295kcal	25 ローズ ★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 紫外線 サーモンフライ、ひじき煮、人参の白和え風 312kcal	26 ローズ ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 脳トレ講座 漢字 鮭のきのこ野菜あん、高野豆腐の煮物、もずくとおクラの和え物 231kcal	27 ローズ ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 雑学講座 ことわざ 野菜塩ラーメン、たれ付肉団子、フルーツ缶 383kcal	28 ローズ ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 星座講座 おうし座について 鯖の生姜煮、菜の花の胡麻和え、茶碗蒸し 317kcal	29 ローズ ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 料理好きスタッフの 季節のクッキング カップ蒸しパン カレーライス(ミンチ)、漬物(福神漬)、温野菜サラダ 343kcal
30	31 菖蒲の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 料理好きスタッフの 季節のクッキング カップ蒸しパン お好み焼き、南瓜の煮付け、菜の花とカニカマのお浸し 394kcal	5月のお風呂  菖蒲の湯 菖蒲は多くの精油成分を含んでおり、血行を促進させる作用があります。菖蒲の香りは気持ちをリラックスさせてくれます。 5月のアロマミスト  ローズ ローズには鎮静作用があり、香は気持ちを落ち着かせリラックスさせます。感性を刺激し、気分を高揚させ、幸福感をもたらします。 編集部コラム 5月9日はアイスクリームの日です。歴史は意外にも古く、1964年に東京アイスクリーム協会がはじめたイベントがきっかけなのとか。冷菓の季節には少し早い気もしますが、暦の上ではたしかに夏。気温の変化にむけて、体調管理には気を付けていきたいですね。				

※第2、4、6週は季節のお風呂「菖蒲の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ローズ」をお楽しみください。【理美容】は理容師来所の日

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>

