

Oak Club Report

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。



A.K 様



I.F 様



K.N 様



K.Y 様



S.S 様



F.K 様



H.Y 様



Y.T 様



I.K 様

Event & Activity

岸里のイベントとアクティビティ紹介

■ 季節のクラフト

今回のクラフトではハニカムタイルのコースターを作成いたしました。ご自身でデザインを決めてコルクの上にタイルを貼っていただき、とても素敵なコースターが完成しました。是非使ってくださいね。



■ 社交ダンス

花岡講師をお招きし、社交ダンスを開催しました。ワルツなどのステップの曲に合わせて練習し、一つひとつの動きを確認しながら踊られていました。



■ 四季のお茶講座

今月のお茶は「インスタントコーヒー」でした。ひと手間で、いつものインスタントコーヒーがお家でもおいしく淹れられるポイントをご紹介します。実際に皆様にご自身のコーヒーを淹れていただきました。淹れたてのコーヒーの香りが漂うティータイムとなりました。



■ 健康講座

今月は、「食中毒」についてお話をさせて頂きました。菌の種類・起こりうる症状や夏だけでなく年中、食中毒が起こりうる事をお伝えするととても驚かれています。手の消毒、食べ物の保管方法など、再度確認されていました。



令和3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)
	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。	7月の行事ピックアップ! 七夕会 七夕らしいスイーツをお楽しみに!		1 ジュニパー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 大人の写字 歌行灯・五重塔 サバの南部焼き、蓮根そぼろ、オクラの和え物 322kcal	2 ジュニパー ★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 七夕 牛肉コロッケ、炒り豆腐、ブロッコリーサラダ 390kcal	3 ジュニパー ★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 かに座 たらの彩り洋風あんかけ、桜しゅうまい、ひじきとレンコンサラダ 264kcal
4	5 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 四季の花講座 7月の誕生花 煮込みハンバーグ、ジャーマンポテト、人参サラダ 421kcal	6 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 昭和歌謡史 昭和50年代前半 白身魚フライ、さつま揚げの磯辺煮、ほうれん草のお浸し 226kcal	7 薔薇の湯 ★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 七夕 七夕★うどん、南瓜の煮付け、フルーツ缶 368kcal	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 星座講座 かに座 豚肉のうま煮、卵の花煮、ブロッコリー卵サラダ 317kcal	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 コーン茶 鮭の照り焼き、里芋鶏そぼろ煮、菊菜のお浸し 205kcal	10 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 7月の雑学クイズ 肉豆腐、とろろ、アスパラの和え物 285kcal
11	12 ジュニパー ★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 コーン茶 かに玉中華野菜あん、ハムポテト(カレー味)、ブロッコリーの辛子和え 264kcal	13 ジュニパー ★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 不眠 鯖の味噌煮、豚肉と厚揚げの煮物、柚子なます 412kcal	14 ジュニパー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 大人の写字 歌行灯・五重塔 鶏の南蛮漬、絹寄せホタテしんじょう、五目豆甘煮 400kcal	15 ジュニパー ★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 7月の雑学クイズ 夏野菜カレー、キャベツのサラダ、漬物(福神漬)、フルーツ缶 415kcal	16 ジュニパー ★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 季節のクラフト 貼り絵うちわ チキンマヨ、肉詰めいなり煮物、ほうれん草の卵の花和え 436kcal	17 ジュニパー ★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 季節のクラフト 貼り絵うちわ カレイの幽庵焼き、がんもの煮付け、南瓜サラダ 276kcal
18	19 薔薇の湯 ★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 脳トレ講座 間違い探し ポークソテーハニーマスタード、がんも煮、オクラとおかかの和え 276kcal	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 フルーツ白玉あんみつ かき揚げ丼、高野豆腐の煮物、杏仁フルーツ缶 211kcal	21 薔薇の湯 ★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 フルーツ白玉あんみつ コロッケ(カレー味)、豚肉とごぼうのうま煮、アスパラのお浸し 321kcal	22 薔薇の湯 海の日 ★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 県名クイズ 鮭のタルタルソースがけ、大根とあさりの煮物、オクラの和え物 228kcal	23 薔薇の湯 スポーツの日 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 宇宙講座 宇宙の不思議 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 316kcal	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 不眠 赤魚のおろしがけ、じゃが芋の鶏そぼろ煮、インゲンの和え物 212kcal
25	26 ジュニパー ★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 県名クイズ サーモンフライ、じゃが芋の洋風煮、オクラの和え物 263kcal	27 ジュニパー ★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 間違い探し 鶏のソース焼き、茄子と揚げの煮物、インゲンの和え物 354kcal	28 ジュニパー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の ファッション講座 ~50年代~ サワラの梅味噌焼き、れんごんの煮物、ほうれん草のお浸し 210kcal	29 ジュニパー ★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 7月の誕生花 酢鶏風、卵の花煮(ひじき入り)、小松菜のお浸し 347kcal	30 ジュニパー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ アロマ嶋田の 昭和歌謡史 昭和50年代前半 冷やし中華(醬油)、桜しゅうまい、ソーダゼリー 434kcal	31 ジュニパー ★体操・機能訓練 ☑ティータイム ♪カラオケ 岸里介護士の 宇宙講座 宇宙の不思議 タラのマヨネーズ焼き、野菜大豆煮、白菜のサラダ 227kcal

※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「ジュニパー」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

7月のアロマミスト

編集部コラム



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ラックスタイムをお楽しみください。



ジュニパー
 冷えと湿気を取り除き、冷えて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。

今年の7月カレンダーが例年と少し違っていることに、皆様もうお気づきでしょうか？そう、実はオリンピック開催日にあわせて国民の休日が移動しているのです。7月19日ははずだった海の日、7月22日は、10月11日ははずだったスポーツの日は7月23日へ、それぞれ移動しています。コロナの影響で、当初の予定どおりとはいかなくなってしまったのが残念ですね。



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>

