ご利用者様とオーク倶楽部を結ぶ情報誌「オーク倶楽部 岸里レポート」

Oak Club Report

Kishinosato

Happy Birthday

5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。



H.K 様



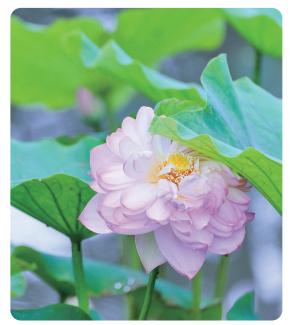
S.K 様



M.Y 様



S.Y 様



Event & Activity 岸里のイベントとアクティビティ紹介

■10周年記念イベントで二胡演奏会



岸里10周年記念イベントを開催しました。 二胡演奏家のあこ先生をお招きしての演奏会でした。二胡のどこか懐かしい音色を楽しんだり、あこ 先生の演奏テクニックに驚かれていました。 おやつは中国ではお祝いの席に欠かせない桃饅頭 と中国茶を楽しまれていました。















■ 季節の文香「ローズ」

5月~6月にかけては薔薇、ローズが咲き誇る季節です。ローズに関する豆知識のお話の後は、優しいローズの香り漂う文香を皆様に折り紙で作っていただきました。







■ 四季のお茶講座

今月は5/2の八十八夜にちなんで、四季のお茶講座は「新茶」ついてのお話でした。皆様にはさわやかな香りの新茶にぴったりのおやつも一緒に召し上がっていただきました。



■ 雑学講座

音読には、年齢に関係なく、様々なよい効果があると注目されています。簡単な発声練習の後、リズミカルな詩の北原白秋「五十音」と唱歌「荒城の月」の歌詞を皆様と一緒に音読しました。また「荒城の月」はカラオケでも歌っていただきました。



令和4年6月の行事&昼食カレンダー \Box 月 (MON) 火 (TUE) JK (WED) + (SAT) 木 (THU) 金 (FRI) 6月の行事ピックアップ! 月 月 厅 月 $6/18(\pm)$ 湯面看護師の 角田介護士の アロマ嶋田の 大越看護師の 父の日講座 季節の文香 建康講座 干支講座 雑学講座 レモン 巳年 〇× クイズ 都道府県 父の日の由来などを サバの照焼き、 赤飯、鶏ハラミのポン酢 きつねうどん (関西風)、 御飯、ミックスフライ、 へルシーチンジャオ、 の花の胡麻よごし、キ 煮、マカロニトマトソラ じゃが芋コロッケ 菜 豆腐の柚子あんかけ お話しします。 小松菜のおかか和え、 鶏肉のみぞれ和え チンゲン菜の辛子和え、 なめこおろし和え、 中華スープ 538kcal ベツのフレンチ風サラダ、 コンソメスープ 648kcal 日頃の感謝を伝えましょう! うぐいす豆、すまし汁 543kcal 606kcal 6 緑茶の湯 10 緑茶の湯 11 緑茶の湯 5 緑茶の湯 8 緑茶の湯 Q 緑茶の湯 大越看護師の 嶋田介護士の 嶋田介護士の 湯面看護師の 角田介護士の 角田介護士の 四季のお花 大人の音読 健康講座 季節の文香 ことわざ講座 思い出しプリント 生き物編 夏に咲く花 タオル体操 古典 レモン 御飯、イワシ生姜煮、 アジの煮付け、 海鮮八宝菜 焼きそば さつま芋の彩り煮、 枝豆豆腐の炊き合せ、 ねぎ入りだし巻き玉子、 ハムと玉ねぎの玉子とじ、 大根の鶏そぼろあんかけ、 くら高野の合せ煮、鶏と オクラのおかか和え、 あさりのしぐれ煮、彩り シーザー風サラダ、 色和え、大根とカニカ 小松菜の柚子和え、 三色豆、 菜の花の和え物、人参と わかめのごま酢和え、 すまし汁 555kcal マの酢の物 白花豆 572kcal すまし汁 662kcal みそ汁 529kcal みそ汁 585kcal みそ汁 518kcal 13 18 12 14 16 Ħ 月 Ħ 月 月 月 大越看護師の 大越看護師の 嶋田介護士の 大越看護師の アロマ嶋田の 大越看護師の 季節のクラフト 季節のクラフト 四季のお茶講座 大人の音読 健康講座 父の日講座 フラワーアレンジメント フラワーアレンジメント 古典 タオル体操 なた豆茶 カレイの唐揚げ 大根葉と 御飯、サバのみりん漬け 鶏のおろし煮、 桜えび炊き込みご飯、 ジャコの炒り煮、さつま (しょうゆ味)、マカロニ ソテー、ほうれん草のご さつま芋のバター風味炒め、小松菜の土佐和え、 鶏肉のみぞれ和え、中華 肉と茄子の味噌炒め、 げ茄子と人参の煮物、 芋の田舎煮、菜の花の辛 芋のサラダ、717kcal わ スープ 614kcal まだし和え、杏仁豆腐、 コンソメスープ 640kcal 大根さくら漬け、みそ汁 子和え、刻みたくあん、 すまし汁 607kcal かめとしらすの酢の物、 610kcal みそ汁 530kcal 19 20 緑茶の湯 21 緑茶の湯 22 緑茶の湯 23 緑茶の湯 24 緑茶の湯 25 緑茶の湯 アロマ嶋田の 湯面看護師の 角田介護士の 嶋田介護士の 大越看護師の 湯面看護師の 建康講座 四季のお花 ₹のお茶講座 干支講座 レモン O× クイズ 夏に咲く花 なた豆茶 巳年 思い出しプリント ブリの利休焼き、 かに玉風あんかけ丼 冷やし鶏天うどん、 ポークカレ アジの梅煮、 御飯、鶏肉の炭火焼き風、 四色豆腐、五目ひじき、なめこおろし和え、 オクラのおかか和え、 福神漬、 白菜とミンチの炒め物、 豆乳デザート、 京合せ 南瓜のいとこ煮 卯の花、茄子とオクラの 蕗と油揚げの煮物、キャ 春菊のお浸し、もずく酢、 辛子和え コンソメスープ 736kcal すまし汁 532kcal ベツのフレンチ風サラダ 黄桃缶 長芋の梅肉かけ コンソメスープ 645kcal 588kcal 517kcal 495kcal 26 29 30 28 記号の見方 **★**□ □ 体操・機能訓練 料理好きスタッフの 料理好きスタッフの 角田介護士の 角田介護十の ティータイム 雑学講座 季節のクッキング とわざ講座 季節のクッキング キラキラクラッシュパフェ 都道府県 キラキラクラッシュパフェ 生き物編 **月** カラオケ 豚肉と舞茸の生姜 御飯、ホッケの味噌焼き、 御飯、クリームシチュー 炒め煮、ごま南瓜煮、 チンゲン菜のしらす和え、 キャベツとウインナーの ポークチャップ、南瓜煮、 ブロッコリーとハムのソ 大豆五月者. 1 理容師来所の日 ソテー、ほうれん草のわ 春菊のおかか和え、 さび和え、アロエフ ツミックス 560kcal 白菜の柚子香和え、 みかん缶 柚子大根、 みそ汁 440kcal アロエフルー コンソメスープ 575kcal すまし汁 563kcal

※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。

6月のお風呂

6月のアロマミスト

編集部コラム



緑茶はウイルスを撃 退する効果のある力 テキンを豊富に含 有。ビタミンも豊富 で、 つやつやでうる おいのあるお肌に導 きます。



レモンの香りには 心を刺激して、積 極性を高めてくれ 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。

間もなく梅雨が到来し、気候もどんどん夏に近づいて きます。長袖から半袖へ衣替えするいい機会ですね。 衣替えの起源は平安時代にまで遡ります。気候の変 化に合わせて衣服を変えるだけではなく、心身の穢 れを除く「物忌み」に伴う祓えの行事だったとも。他に も暑気払いや夏越の大祓など、来る夏へ向けた準備 を意味する行事が多い6月。今年の夏を元気に過ごす ために今から準備を始めてみてはいかがでしょうか。



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

