# Oak Club Report

Kishinosato h和5年2月1日(通巻126号

## Happy Birthday

1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。





M.U 様

T.A 様

M.U 様





A.K 様

Y.K 様

S.K 様

A.S 様

Y.N 様



M.N 様





M.Y 様

Y.Y 様

# 都宮津 天橋立ホテルにて冬の日帰りバス旅行~ 2月19日(日) 定員30名様 締切は2月8日(水) 詳しくはスタッフまでお申し出ください。 ※申込み後のキャンセルについては、所定のキャンセル料が発生します。

### **Event & Activity**

岸里のイベントとアクティビティ紹介

#### ■ 無病息災を祈願して「鏡開き」

新年最初の行事は毎年恒例の鏡開きでスタートいたしました。代表のご利用者様と 一緒に「よいしょー!!」と樽を叩いたり、最後は大阪締めで皆様の健康とご多幸をお 祈りいたしました。おやつにはきんつばと甘酒を召し上がり「美味しかった」と笑顔が 見られていました。









#### ■ 住吉大社吉祥殿にて彩り豊かな会席料理を味わう

2023年最初の外出昼食会は、オーク倶楽部恒例となっています住吉大社吉祥殿に、 縁起の良い会席料理を食べに行きました。季節の彩りで見た目にも楽しめる和会席 を前に、「どれから食べようかな」と笑顔で箸を伸ばしておられました。普段のお食事 よりボリュームもありましたが、皆様しっかりと食べておられました。









#### ■ 館内に漂うゆずの香り

今月の「季節の文香」では、爽やかさの 中にも落着きもある柑橘の香り「ゆず」 を使ってかわいい文香を作っていただき ました。今回は文香の香りと合わせてお やつに「ゆず茶」も召し上がっていただ き、館内に「ゆず」の香り漂うリラックスし たひとときになりました。



#### ■ 温かいぜんざいでほっこり

季節のクッキングでは、「白玉抹茶ぜん ざい」を召し上がっていただきました。あ んこ、白玉をご自身でお椀に入れていた だき抹茶を注ぎ召し上がっていただき ました。ぜんざいの由来のお話や、今年 のラッキーフードはあんこ!とお話しする と皆様良いことあるわ!と召し上がって おられました。





※写真撮影の際はマスクを外しております。

### 令和5年2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		記号の見方	1 ティーツリー * <b>ロ</b> 月	2 〒ィーツリー ★ <b>旦</b> 月	3 <del>-</del>	4 <del>-</del> ₹ <b>-</b> 7   1
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。		<ul><li>★ 体操・機能訓練</li><li>プ ティータイム</li></ul>	角田介護士の 四季の花 2月の誕生花 赤飯、アカウオの香味ソー	アロマ嶋田の 大人の音読 早春賦 胡麻豆乳うどん、さつま芋	アロマ嶋田の 季節の文香 ティーツリー 御飯、イワシ生姜煮、大豆	林看護師の 体操 太極拳 御飯、鶏肉の炭火焼き風、
※カロリー表示にご飯は含まれていません。		カラオケ 理容師来所の日	ス、五目炒り玉子、白菜と 竹輪の和え物、うずら豆、 みそ汁 611kcal	とレーズンの煮物、れんこんの洋風きんぴら、三色ピーマンのマリネ462kcal	と竹輪の甘辛煮、春菊の お浸し、黄桃缶、みそ汁 473kcal	御飯、鶏肉の灰火焼き風、 卯の花、茄子とオクラの辛 子和え、長芋の梅肉かけ 531kcal
5	6 蓬の湯	7 蓬の湯	8 蓬の湯	9 蓬の湯	10 蓬の湯	11 蓬の湯 建国記念日 【
	★□原 角田介護士の 都道府県クイズ 神奈川県	★ <b>旦</b> 月 アロマ嶋田の 四季のお茶 ココア	★ <b>旦</b> 月 アロマ嶋田の 四季のお茶 ココア	★ <b>2</b> 月 角田介護士の 四季の花 2月の誕生花	★ 望 月 林看護師の 体操 太極拳	建国記念日 ★ 9 万 月 日本
	梅菜ごはん、厚揚げと牛ミンチの甘辛煮、ごま南瓜煮、チンゲン菜のしらす和え、みかん缶、コンソメスープ556kcal	御飯、カレイのおろし煮、 大豆のコンソメ煮、金平ご ぼう、胡瓜と穴子の 胡麻酢和え、みそ汁 500kcal	御飯、クリームシチュー、 キャベツとツナの炒め物、 ほうれん草のわさび和え、 アロエフルーツミックス 534kcal	御飯、ポークチャップ、南 瓜煮、ブロッコリーとハム のソテー、白菜の柚子香 和え、すまし汁 539kcal	御飯、アジの揚げ浸し、さつま芋と昆布の煮物、春菊の胡麻和え、彩りシーザー風サラダ、みそ汁603kcal	デミかつ丼、切干大根の炒り煮、キャベツとカニカマのサラダ、コンソメスープ618kcal
12	13 ティーツリー	14 ティーツリー	15 ティーツリー	16 דירשע –	17 ティーツリー	18 ティーツリー
	★ <b>全</b> 月 林看護師の 手話歌 ふるさと	★□月 角田介護士の 雑学 バレンタインについて	大越看護師の 健康 ヒートショック	★ 2 月 角田介護士の ことわざ 「い」からはじまることわざ	<ul><li>は ★ 望 月</li><li>株看護師の</li><li>手話歌</li><li>ふるさと</li></ul>	<ul><li>【 ★ 望 月</li><li>大越看護師の</li><li>ことわざ</li><li>明るいことわざ</li></ul>
	御飯、鶏のさっぱり煮、厚焼き玉子、さつま芋のきんびら、大根とハムの中華ドレサラダ、すまし汁572kcal	散らし寿司 貝と根菜の五目煮 大根の柚香漬け 456kcal	尾道ラーメン風	御飯、チキン南蛮タルタル ソース、桜えびしんじょの 炊き合わせ、小松菜とじゃ この和え物、胡瓜のピリ辛 漬け、みそ汁 675kcal	ビーフカレー 菜の花のくるみ和え 南瓜サラダ つぼ漬け 603kcal	御飯、グリルチキン、里芋 のごま味噌煮、ひじきと大 豆の煮物、コーンとツナの サラダ、コンソメスープ 571kcal
19	20 蓬の湯	21 蓬の湯	22 蓬の湯	23 蓬の湯 天皇	24 蓬の湯	25 蓬の湯
		は 大 写		<ul> <li>大量</li> <li>無量</li> <li>無量</li> <li>無量</li> <li>本等川県</li> <li>御飯、サワラのパター醤油風味焼き、スパゲティナポリタン、葉の花の胡麻よごし、白花豆、すまし汁588kcal</li> </ul>	角田介護士の クッキング 生春巻き 御飯、肉じゃがコロッケ、 ふっくら高野の合せ煮、春 菊のお浸し、黄桃缶、コン ソメスープ 563kcal	★ <b>全</b> 月 角田介護士の クッキング 生春巻き 御飯、鶏肉の山賊焼き風、 ビーフン炒め、茄子のおろ し煮、白菜のレモン酢和え 、みそ汁 594kcal
26	27 ティーツリー	28 ティーツリー	2月 <i>0</i> 行事ピックアップ!			
	★ <b>旦</b> 月 大越看護師の クラフト ひな飾り	大越看護師の     大越看護師の       クラフト     クラフト		2/19(日) 日帰り旅行「カニツアー」		
	御飯、アジの蒲焼き、白菜 とミンチの炒め物、筍と蕗 の炊き合せ、フルーツミッ クス、みそ汁 452kcal	ポークカレー れんこんの洋風金平 カリフラワーのマリネ 509kcal	日帰り旅行カニツアーが3年ぶりに 開催されます! 美味しいカニを食べに行きましょう!			700

※第2、4週は季節のお風呂「蓬の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ティーツリー」をお楽しみください。

#### 2月のお風呂



蓬 (よもぎ) は血行を 促進させ、肩こりや 腰痛などをやわらげ る働きがあります。 香りはストレス解消 や安眠にもよいとい われています。

#### 2月のアロマミスト



ティーツリー。細菌、 真菌、ウイルスの3つに 対して有用という珍 しい精油です。

#### 編集部コラム

数ある精油の中でも バレンタインデーがチョコレートを贈る日とさ ラベンダーと並んで世れているのは、実は日本だけです。

界的に使われているどこの会社が始めたかは諸説ありますが、神 戸モロゾフ製菓、森永製菓など様々な企業 がバレンタインデーのキャンペーンを展開し 始めたことで「2月14日は女性から好きな男 性にチョコレート送って告白する日」という文 化が広く浸透しました。



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

