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
2023年5月
令和5年5月1日（通巻129号）

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。

T.K 様

T.K 様

S.S 様

A.N 様

K.N 様

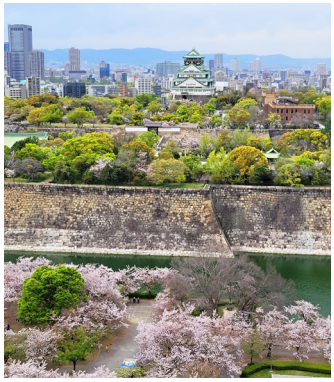
S.N 様

M.M 様

Event & Activity 岸里のイベントとアクティビティ紹介

■ 大阪城と桜を眺めながら頂く「春の会席料理」

春の陽気を感じ、大阪城を眺めながら食事ができるKKRホテル12階、聚楽庵にて、春の会席料理を頂きました。今年は桜の開花が早く、食事会の日は満開の時期を少しすぎた時でしたが、それでもたくさん咲いている桜をみながらということもあり、食事だけでなく、風景にも満足そうにされていました。



■ お米の桜餅で春を味わう

今回のクッキングでは『お米で桜餅』を作りました。桜色のご飯に丸めたあんこを包んでいただき、桜の葉を巻いたら完成！春らしい見た目と味に皆様「美味しかった」と笑顔が見られていました。

■ 色鮮やかな４月の誕生花

今回の四季の花講座では、４月の誕生花についてご紹介いたしました。
春らしい色鮮やかな花の画像をご覧になったり、花の名前の紹介を皆様とても興味深そうにお聞きになっていました。

■ ジャスミン茶の香りでリラックス

今月の四季のお茶講座では、今ではペットボトルで販売されるほど人気の「ジャスミン茶」の歴史や製法、効果効能などお話しました。
西太后も愛飲していたというジャスミン茶、柔らかな花の香りのお茶は時を越えて女性を癒してくれるのでしょうね。

※写真撮影の際はマスクを外しております。

令和５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)
	1 ローズ 角田介護士の 四季の花 ５月の誕生花 赤飯、ポークチャップ、南瓜コロッケ、小松菜とエノキの和え物、白菜のレモン酢和え 572kcal	2 ローズ 大越看護師の 健康講座 食中毒 スパイシーチキンカレー ツナマカロニサラダ 福神漬 抹茶のババロア 544kcal	3 ローズ 憲法記念日 角田介護士の 都道府県クイズ 石川県 御飯、豚肉と舞茸のバターポン酢炒め、じゃが芋のコンソメ煮、いんげんの胡麻和え、三色ピーマンのマリネ、みそ汁　563kcal	4 ローズ みどりの日 大越看護師の ことわざ 七転び八起き 御飯、白身魚のレモンペッパーソテー、さつま芋の炒り煮、白菜と竹輪の和え物、菜の花の白和え、みそ汁 453kcal	5 ローズ こどもの日 角田介護士の 雑学講座 こどもの日について 彩りちらし寿司 焼売 春菊のナムル アセロラジュレ 657kcal	6 ローズ 林看護師の 手話歌 ふるさと 御飯、豚肉の塩ダレ炒め、キャベツと焼売のソテー、オクラのおかか和え、ごぼうサラダ、コンソメスープ 532kcal
7	8 菖蒲の湯 林看護師の 体操 チェアヨガ 肉入りたぬきそば ごま南瓜煮 蕗と油揚げの煮物 黄桃缶 584kcal	9 菖蒲の湯 アロマ嶋田の 季節の文香 ローズ 御飯、ブリの利休焼き、大豆と竹輪の甘辛煮、大根葉とジャコの炒り煮、牛蒡の辛子マヨ和え、みそ汁 573kcal	10 菖蒲の湯 角田介護士の 脳トレ 分類センサー 御飯、豚肉と舞茸の生姜炒め煮、じゃが芋コロッケ、菜の花のおかか和え、カリフラワーのマリネ、コンソメスープ　629kcal	11 菖蒲の湯 角田介護士の 防災訓練 火災から身を守る 御飯、サワラのバター醤油風味焼き、和風スパゲティ、茄子のしぎ焼き、鶏肉と人参のクリーミー生姜和え、みそ汁　565kcal	12 菖蒲の湯 アロマ嶋田の 四季のお茶 美酢マスカット 御飯、クリームシチュー、ハヤシオムレツ、春菊のおかか和え、アロエフルーツミックス 499kcal	13 菖蒲の湯 角田介護士の 音楽鑑賞会 母に捧げる曲 御飯、肉団子の酢豚風、炒り豆腐、チンゲン菜と蒲鉾の和え物、うぐいす豆、中華スープ 617kcal
14	15 ローズ アロマ嶋田の 四季のお茶 美酢マスカット 御飯、水餃子鍋 さつま芋とレーズンの煮物、ハムとキャベツのマリネ 509kcal	16 ローズ 林看護師の 手話歌 ふるさと 御飯、アジの煮付け、ハムと玉ねぎの玉子とじ、いんげんと竹輪の和え物、大根の三杯酢和え、みそ汁 473kcal	17 ローズ 大越看護師の 健康講座 食中毒 御飯、豚肉の柚子味噌炒め、厚揚げのおかか煮、二色和え、ライチジュレ、すまし汁 543kcal	18 ローズ アロマ嶋田の 季節の文香 ローズ 御飯、サーモンフライ、じゃが芋のうま煮、オクラの胡麻和え、わかめの青ドレサラダ、コンソメスープ 526kcal	19 ローズ 大越看護師の ことわざ 七転び八起き かき揚げそば 里芋の田舎煮 三色豆 535kcal	20 ローズ 林看護師の 体操 チェアヨガ 御飯、肉じゃが、おでん風煮、いんげんのドレッシング和え、白菜の生姜和え、みそ汁 570kcal
21	22 菖蒲の湯 11 周年記念イベント 特製ランチ	23 菖蒲の湯 角田介護士の 都道府県クイズ 石川県 御飯、牛肉と筍のオイスターソース炒め、枝豆焼売、菜の花の辛子和え、ポテトサラダ、コンソメスープ 636kcal	24 菖蒲の湯 角田介護士の 四季の花 ５月の誕生花 御飯、ヒレカツ、じゃが芋のコーンクリーム煮、揚げ茄子と人参の煮物、マスカットゼリー、みそ汁 607kcal	25 菖蒲の湯 アロマ嶋田の 大人の音読 茶摘み 御飯、イワシ生姜煮、ふっくら高野合せ煮、オクラとコーンのツナ和え、刻みたくあん、みそ汁 461kcal	26 菖蒲の湯 大越看護師の クッキング クレープ 御飯、鶏のおろし煮、マカロニソテー、青菜と鮭の焼浸し、みかん缶、すまし汁 576kcal	27 菖蒲の湯 大越看護師の クッキング クレープ ポークカレー ミモザサラダ 三色ピーマンのマリネ 517kcal
28	29 ローズ 角田介護士の クラフト 花びらキーホルダー 御飯、サワラの幽庵焼き、筑前煮、ひじき煮、フルーツみつ豆、みそ汁 525kcal	30 ローズ 角田介護士の クラフト 花びらキーホルダー 焼うどん(しょうゆ味) じゃが芋コロッケ ブロッコリーとコーンのサラダ 456kcal	31 ローズ アロマ嶋田の 大人の音読 茶摘み 豚丼 大根葉とジャコの炒り煮 ビーンズサラダ みそ汁 567kcal			

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。

記号の見方

- ★ 体操・機能訓練
- ティータイム
- カラオケ
- 理容師来所の日

5月の行事ピックアップ！

5/22（月）周年記念イベント

5月22日(月)は岸里11周年記念イベントです。
特製ランチと池田 弥生さんをお招きして『心のサプリメントをあなたに…』スペシャルコンサートを開催します。ご期待ください。

※第2、4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。

５月のお風呂

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

もともと、昭和天皇の誕生日だった4月29日が「みどりの日」でした。
しかし、平成17年（2005年）の祝日法改正により、4月29日は「昭和の日」、5月4日が「みどりの日」になりました。
みどりの日には、日本各地で自然に親しむイベントが行われたり、国公立の動物園や公園、植物園などが入園無料になったりします。

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