

Oak Club Report

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。



K.I 様



S.K 様



H.T 様



M.D 様



M.Y 様



S.Y 様

Event

岸里のイベント紹介

■ 岸里 11 周年記念イベント

5月は弊所の開業記念日で11周年記念イベントを開催しました。
シャンパンで乾杯し、スタッフお手製洋食ランチを堪能されました。そして大阪を拠点に活躍されているミュージシャン池田弥生様をお招きしてのコンサートでは、音楽を通して心と体を癒していただけるイベントで大盛況でした。
オーク倶楽部 岸里は12周年に向かって「クオリティ・オブ・ライフ」を合言葉にスタッフ一同、ご利用者様に「健康」と「生きがい」をご提供してまいります。今後ともよろしくお願いいたします。



■ ライブキッチンスタイルで頂く「宮崎牛のビフテキ」

南海グリルにビフテキを食べに行きました。ライブキッチンスタイルで、甘みよく風味豊かな宮崎牛を調理してもらい、匂いだけでなく目でも食事を堪能することができました。フランベの瞬間は、目の前で上がる大きな炎に驚かれていましたが、柔らかく焼き上がった肉を心ゆくまで堪能することができました。



Activity

岸里のアクティビティ紹介

■ 紫陽花の花びらキーホルダー

「花びらキーホルダー」を作りました。
指先を使ってキーホルダーキットに紫陽花の花びらやパールビーズを入れていきました。お名前シールを貼って完成です。
素敵な花びらキーホルダーをぜひ鞆に付けてくださいね!



※写真撮影の際はマスクを外しております。

初夏の日帰り旅行

関西の迎賓館 奈良ホテルでのお食事会

旅行日:6月18日(日)

関西の迎賓館、奈良ホテルへのバスツアーです。
ホテルにある「三笠」にて、フランス料理を
お楽しみください。

お食事の後は、東大寺大仏殿の拝観を予定しています。
(往復15分ほど歩きます)

※申込締切は6月8日(木)まで。

※旅行代金は介護度別となっています。詳しくはスタッフまでお申し出ください。

令和5年6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。		6月の行事ピックアップ! 6/22(木) 日本茶について 6月22日(木)はお茶の専門店 角野商店様を招きして「日本茶について」教えていただきます。 美味しいお茶も一緒にご堪能ください!		1 レモン ★☎🎵 池田介護士の 絵手紙 紫陽花 赤飯、鶏肉のクリーム煮、和風スパゲティ、小松菜の土佐和え、ひとくち焼いも風、コンソメスープ 621kcal	2 レモン ★☎🎵 角田介護士の 四季の花 6月の誕生花 御飯、白身魚のフライ(オーロラソース)、蓮根と里芋のおかか煮、チンゲン菜とカニカマの和え物、フルーツミックス、コンソメスープ 567kcal	3 レモン ★☎🎵 林看護師の 体操 チェアヨガ 御飯、鶏のさっぱり煮、ヘルシーチンジャオ、春菊の胡麻和え、南瓜サラダ、すまし汁 584kcal
4	5 緑茶の湯 ★☎🎵 池田介護士の トレーニングピクチャー 七夕 御飯、えびカツ、さつま芋の煮しめ、わかめ中華ドレ和え、ブロッコリーサラダ、すまし汁 542kcal	6 緑茶の湯 ★☎🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 大きな古時計 きのこカレー キャベツと焼豚のソテー カリフラワーのマリネ 503kcal	7 緑茶の湯 ★☎🎵 アロマ嶋田の 季節の文香 レモン 御飯、サバの照焼き、茄子と牛ひき肉のトマト煮、白菜と揚げの煮浸し、彩りシーザー風サラダ、みそ汁 615kcal	8 緑茶の湯 ★☎🎵 アロマ嶋田の 季節の文香 レモン 肉そば さつま芋のバター風味炒め 大根とハムの中華ドレサラダ、黒豆 677kcal	9 緑茶の湯 ★☎🎵 大越看護師の 健康セミナー 熱中症について 御飯、さわらの塩焼き、大豆コンソメ煮、小松菜の胡麻和え、アロエフルーツミックス、すまし汁 484kcal	10 緑茶の湯 ★☎🎵 角田介護士の 四季の花 6月の誕生花 御飯、バーベキューチキン、春雨とハムのソテー、青菜と鮭の焼浸し、白花豆、コンソメスープ 615kcal
11	12 レモン ★☎🎵 角田介護士の 脳力トレーニング 分類センサー 御飯、鶏肉の唐揚げ、おでん風煮、オクラのおかか和え、黄桃缶、みそ汁 624kcal	13 レモン ★☎🎵 林看護師の 手話歌 脳を活性化させる手話歌 御飯、シルバーの蒲焼き、さつま芋の彩り煮、筍と路の炊き合せ、鶏肉と人参のクリーミー生姜和え、すまし汁 486kcal	14 レモン ★☎🎵 角田介護士の クッキング どうぶつパフェ 冷やし梅かつおうどん 海老焼売 こんにゃくの炒め煮 マスカットゼリー 432kcal	15 レモン ★☎🎵 角田介護士の クッキング どうぶつパフェ 御飯、アジの揚げ浸し、木の葉南瓜、春菊のおかか和え、ピーンズサラダ、みそ汁 579kcal	16 レモン ★☎🎵 角田介護士の 音楽鑑賞会 父に捧げる歌 シーフードカレー さつま芋のレモン煮 キャベツと鶏肉の胡麻ドレサラダ 498kcal	17 レモン ★☎🎵 大越看護師の 音楽鑑賞会 父に捧げる歌 御飯、鶏の揚げ煮、カリフラワーのクリーム煮、小松菜と鮭のピーナツ和え、大根の柚香ドレサラダ、みそ汁 662kcal
18 『初夏の日帰り旅行』	19 緑茶の湯 ☎★☎🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 大きな古時計 桜えび炊き込みご飯 メンチカツ、ジャーマンポテト、ほうれん草のごまだし和え、鶏肉のみぞれ和え 571kcal	20 緑茶の湯 ☎★☎🎵 アロマ嶋田の 四季のお茶 烏龍茶 御飯、白身魚のきのこあんかけ、さつま芋と昆布の煮物、チンゲン菜と蒲鉾の和え物、キャベツとカニカマのサラダ、中華スープ 416kcal	21 緑茶の湯 ★☎🎵 大越看護師の 絵手紙 紫陽花 御飯、牛とじ煮、枝豆焼売、茄子のおろし煮、胡瓜とトマトの土佐酢和え、みそ汁 690kcal	22 緑茶の湯 ★☎🎵 角野商店のお茶講座 散らし寿司 里芋のご味噌煮 うぐいす豆 すまし汁 545kcal	23 緑茶の湯 ☎★☎🎵 大越看護師の クラフトアート フラワーアレンジメント 御飯、アジの蒲焼き、さつま芋の煮しめ、大根とささみの和え物、マカロニサラダ、コンソメスープ 486kcal	24 緑茶の湯 ☎★☎🎵 大越看護師の クラフトアート フラワーアレンジメント 焼きナポリタン カレーオムレツ いんげんのドレッシング和え、フルーツミックス 516kcal
25	26 レモン ★☎🎵 林看護師の 手話歌 脳を活性化させる手話歌 御飯、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、中華スープ 551kcal	27 レモン ★☎🎵 池田介護士の トレーニングピクチャー 七夕 御飯、チキンとかぼちゃのシチュー、マカロニトマトソース、ブロッコリーのおかか和え、ふじりんごゼリー 506kcal	28 レモン ★☎🎵 アロマ嶋田の 四季のお茶 烏龍茶 御飯、厚揚げとひき肉の坦々風炒め、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 581kcal	29 レモン ★☎🎵 大越看護師の 健康セミナー 熱中症について 御飯、白身魚のレモンペーパーソテー、さつま芋の彩り煮、白菜と竹輪の和え物、菜の花の白和え、みそ汁 453kcal	30 レモン ★☎🎵 林看護師の 体操 チェアヨガ 牛丼 焼売 春菊のナムル 691kcal	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

※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



緑茶の湯

蓬緑茶はウイルスを撃退する効果のあるカテキンを豊富に含有。ビタミンも豊富で、つつやでうるおいのあるお肌へ導きます。

6月のアロマミスト



レモン

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。

編集部コラム

6月の花といえば紫陽花です。花の色は青やピンク、紫などいろんな色があります。花の色が違うのは生育している土地の質によって変化するといわれ、酸性の土ならピンクや紫、アルカリ性の土なら青い花を咲かせると言われています。梅雨はどんより薄暗い日々が続きますが、紫陽花の姿を楽しむことができれば気分も晴れやかになりますね。

