

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。



K.A 様



K.I 様



S.T 様



T.T 様



K.F 様



H.M 様



T.Y 様

Event

岸里のイベント紹介

■ 初夏の日帰り旅行 ～奈良の旅～

日帰り旅行で奈良へ行ってきました。今回は東大寺を拝観しました。神の使いと言われている鹿と触れ合い、国宝の毘盧遮那仏(大仏様)を参拝しました。大仏様の壮大さに訪れるたびに受ける印象も変わりますね。昼食は関西の迎賓館と言われている奈良ホテルでクラシックな雰囲気を感じながら特別コースのお食事に皆様も満足いただけただけの様子でした。



■ お茶の専門店「角野商店」のお抹茶を味わう

お茶の専門店角野商店様をお招きしてお抹茶講座を開催しました。クイズ形式でお抹茶の基礎知識から楽しく丁寧に説明していただきました。お抹茶を点てた経験があるご利用者様も多く、懐かしみながら点てておられました。おやつでは口いっぱい広がるお抹茶そのものの味わいや香りやお菓子を楽しめました。



Activity

岸里のアクティビティ紹介

■ ゆったりとした気持ちで、「大きな古時計」を音読

今月の大人の音読講座では「大きな古時計」を皆様と一緒に音読しました。そして合唱版の大きな古時計をゆったりと聴いていただきました。6/10は「時の記念日」です。曲を聴きながら「時間の大切さ」に思いをめぐらせていただけたことと思います。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

7月の外食昼食会
暑い夏に打ち勝とう! **木曽路住之江公園店にて**
鰻ひつまぶし
のコース料理
お店の都合上、お席は「**掘りごたつ**」席のみとなります。

開催日:7月28日(金)
岸里・御陵前・林寺/各12名様 **料金:4,080円**

※写真はイメージです。料理の内容は当日変更となる場合がございます。
※申込後、7月21日以降にキャンセルした場合、キャンセル料が発生します。

令和5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)
			7月の行事ピックアップ!			
			7/7(金) セタ			
			7月7日(金)はセタですね。 おやつにセタにピッタリな和菓子を ご用意します。お楽しみに!			
						1 ジュニパー ★☎🎵 佐川介護士の 脳カトレニング 四字熟語 赤飯、豚肉の塩ダレ炒め、 キャベツと焼豚のソテー、 オクラのおかか和え、ごぼ うサラダ、コンソメスープ 554kcal
2	3 薔薇の湯 ★☎🎵 池田介護士の 絵手紙 暑中見舞い 御飯、鶏肉のレモンクリーム煮、ごま南瓜煮、落と揚げの煮物、黄桃缶、コンソメスープ 564kcal	4 薔薇の湯 ★☎🎵 アロマ嶋田の 季節の文香 ジュニパー 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 553kcal	5 薔薇の湯 ★☎🎵 アロマ嶋田の 四季のお茶 アールグレイ 御飯、豚肉とキャベツのオイスターソース炒め、じゃが芋コロケ、葉の花のおかか和え、カリフラワーのマリネ、コンソメスープ 574kcal	6 薔薇の湯 ★☎🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 夏は来ぬ 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 547kcal	7 薔薇の湯 ★☎🎵 佐川介護士の セタの節句 セタにまつわるトリビア 七たそうめん かに焼売 春菊のおかか和え アロエフルーツミックス 430kcal	8 薔薇の湯 ★☎🎵 佐川介護士の トレーニングピックアップ 夏 御飯、肉団子の酢豚風、炒り豆腐、チンゲン菜と清鮮の和え物、うぐいす豆、中華スープ 605kcal
9	10 ジュニパー ★☎🎵 大越看護師の 健康セミナー 夏が来る前に気をつける事 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 512kcal	11 ジュニパー ★☎🎵 池田介護士の 絵手紙 暑中見舞い 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 446kcal	12 ジュニパー ★☎🎵 林看護師の 体操 チェアヨガ ビーフカレー ひじきと枝豆のサラダ つば漬 ふじりんごゼリー 563kcal	13 ジュニパー ★☎🎵 佐川介護士の 音楽鑑賞会 思い出の夏の曲 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 498kcal	14 ジュニパー ★☎🎵 池田介護士の トレーニングピックアップ 夏 かき揚げうどん 里芋の田舎煮 三色豆 489kcal	15 ジュニパー ☎★☎🎵 林看護師の 手話歌 脳を活性化させる手話歌 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 564kcal
16	17 薔薇の湯 海の日 ☎★☎🎵 林看護師の 体操 チェアヨガ 御飯、鶏のハラミのボン酢煮、南瓜コロケ、チンゲン菜のしらす和え、白花豆、みそ汁 615kcal	18 薔薇の湯 ☎★☎🎵 大越看護師の 大人の雑学 健康クイズ 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 616kcal	19 薔薇の湯 ★☎🎵 大越看護師の クラフトアート ビーズプレスレット 御飯、ヒレカツ、じゃが芋のコンクリーム煮、揚げ茄子と人参の煮物、マスカットゼリー、みそ汁 581kcal	20 薔薇の湯 ★☎🎵 佐川介護士の クラフトアート ビーズプレスレット 御飯、イワン生姜煮、ふくら高野の合わせ煮、春菊のお浸し、刻みたくあん、みそ汁 438kcal	21 薔薇の湯 ☎★☎🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 夏は来ぬ 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 566kcal	22 薔薇の湯 ★☎🎵 大越看護師の 健康セミナー 夏が来る前に気をつける事 ポークカレー ミモザサラダ 三色ピーマンのマリネ 518kcal
23	24 ジュニパー ★☎🎵 林看護師の クッキング 餃子の皮ピザ 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 511kcal	25 ジュニパー ★☎🎵 大越看護師の クッキング 餃子の皮ピザ 焼うどん(しょうゆ味) じゃが芋コロケ ブロッコリーとコーンのサラダ 464kcal	26 ジュニパー ★☎🎵 大越看護師の 大人の雑学 健康クイズ 豚丼 大根葉とジャコの炒り煮 ビーンズサラダ みそ汁 563kcal	27 ジュニパー ★☎🎵 アロマ嶋田の 四季のお茶 アールグレイ 御飯、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 590kcal	28 ジュニパー ★☎🎵 林看護師の 手話歌 脳を活性化させる手話歌 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和え、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 562kcal	29 ジュニパー ★☎🎵 佐川介護士の シネマ 映画の名シーン 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 556kcal
30	31 薔薇の湯 ★☎🎵 アロマ嶋田の 季節の文香 ジュニパー 御飯、えびカツ、さつま芋の煮しめ、わかめの中華ドレ和え、ブロッコリーサラダ、すまし汁 543kcal	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。		今年の夏の「土用の丑の日」は7月30日です。日本では、古来より丑の日に「うの付く食べ物」を食べると縁起がよいとされ、うの付く食べ物食べて無病息災を願うという習わしがありました。7月30日には、ウナギや梅干しを夏バテ予防には是非いただきたいものですね。

※第2、4、6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。

