

Oak Club Report

Happy Birthday

7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。



Y.I 様



F.N 様



T.F 様



S.F 様



S.M 様



J.M 様



K.M 様

Event

岸里のイベント紹介

■ 外出昼食会 ～土用の丑の日に因んで『鰻のひつまぶし』～

7月の外出昼食会は、土用の丑の日を前にして、木曽路へ鰻のひつまぶしを食べに行きました。鰻は久しぶりに食べるという方が多く、味わうことはもちろん香りも楽しんでおられました。今年の夏も暑いですが、これで乗り切ることができそうですね。



Activity

岸里のアクティビティ紹介

■ 『暑中見舞い』の絵手紙

今回のテーマは暑中見舞いでした。絵柄の色をどのような色にするか真剣に考えておられました。配色によって出来上がりの雰囲気が変わりますね。ぜひ暑中見舞いとして大切な方に送ってくださいね。



■ 脳を活性化させる『手話歌』

意味と手の動きや形を覚えて、最後は曲に合わせました。手話の意味が言葉とリンクしているので印象に残りやすく、すぐに手の動きを覚えておられました。多くの脳神経細胞とつながる手や顔を動かすと、ほどよい刺激となり、脳が活性化されますよ。



8月の外出昼食会

梅の花 さかい利晶の杜にて
夏の特別ランチ

開催日:8月28日(月)

岸里・御陵前・林寺/各12名様

料金:4,900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、8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。

※写真撮影の際はマスクを外しております。

令和5年8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)
8月の行事ピックアップ! 8/23~24 クッキング 8月23日24日はクッキングです。 夏にピッタリな「はしまき」を一緒に作りましょう!		1 プルメリア ★☎🎵 岸里介護士の 脳力トレーニング 数を数えて 赤飯、サバの照焼き、姫こうやの炊き合せ、白菜と揚げの煮浸し、南瓜と枝豆のサラダ、みそ汁 608kcal	2 プルメリア ★☎🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 蜘蛛の糸 ハヤシライス いんげんのドレッシング和え ポテトサラダ 556kcal	3 プルメリア ★☎🎵 佐川介護士の 音楽鑑賞会 夏の曲 御飯、鶏肉の山賊焼き風、南瓜シューマイ、大根とハムの中華ドレサラダ、黒豆、みそ汁 666kcal	4 プルメリア ★☎🎵 アロマ嶋田の 季節の文香 プルメリア 御飯、サワラの塩焼き、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	5 プルメリア ★☎🎵 林看護師の 体操 チェアヨガ 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 614kcal
6	7 朝顔の湯 ★☎🎵 佐川介護士の 大人の雑学 夏の花 御飯、鶏の唐揚げ、おでん風煮、オクラのおかか和え、みかん缶、みそ汁 622kcal	8 朝顔の湯 ★☎🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 蜘蛛の糸 御飯、シルバーの蒲焼き、さつまいもの彩り煮、筍と落の炊き合せ、鶏肉と人参のクリーム生姜和え、すまし汁 486kcal	9 朝顔の湯 ★☎🎵 大越看護師の 健康セミナー 夏バテ 冷やし中華 海老焼売 ごぼうサラダ マスカットゼリー 566kcal	10 朝顔の湯 ★☎🎵 池田介護士の トレーニングピックアップ 十五夜 御飯、アジの揚げ浸し、麩と鶏肉のうま煮、春菊のおかか和え、ビーンズサラダ、みそ汁 577kcal	11 朝顔の湯 山の日 ★☎🎵 林看護師の 体操 チェアヨガ シーフードカレー さつまいものレモン煮 キャベツと鶏肉の胡麻ドレサラダ 498kcal	12 朝顔の湯 ★☎🎵 大越看護師の 大人の雑学 8月の健康クイズ 御飯、鶏の揚げ煮、カリフラワーのクリーム煮、小松菜のピーナッツ和え、大根の柚子ドレサラダ、みそ汁 662kcal
13	14 プルメリア ★☎🎵 佐川介護士の 脳力トレーニング 数を数えて 御飯、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、コンソメスープ 594kcal	15 プルメリア 📖★☎🎵 岸里介護士の 音楽鑑賞会 夏の曲 御飯、サワラのレモン蒸し、さつまいも昆布の煮物、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 450kcal	16 プルメリア ★☎🎵 岸里介護士の トレーニングピックアップ 十五夜 御飯、牛とじ煮、枝豆焼売、茄子ののろし煮、胡瓜とトマトの土佐酢和え、みそ汁 690kcal	17 プルメリア ★☎🎵 佐川介護士の 体操 リズム運動 中華丼、里芋のごま味噌煮、わかめの青ドレサラダ、中華スープ 446kcal	18 プルメリア 📖★☎🎵 アロマ嶋田の 四季のお茶 大麦ラテ 御飯、イワンハンバーグ、さつまいもの煮しめ、大根とささみの和え物、マカロニサラダ、コンソメスープ 521kcal	19 プルメリア 📖★☎🎵 佐川介護士の 絵手紙 花火 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
20	21 朝顔の湯 📖★☎🎵 大越看護師の 大人の雑学 8月の健康クイズ 御飯、ポークチャップ、里芋の田舎煮、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 521kcal	22 朝顔の湯 ★☎🎵 大越看護師の 健康セミナー 夏バテ 夏野菜カレー ツナマカロニサラダ 福神漬 ふじりんごゼリー 567kcal	23 朝顔の湯 ★☎🎵 岸里介護士の クッキング はしまき 御飯、肉団子の甘酢あんかけ、じゃが芋のコンソメ煮、いんげんの胡麻和え、キャベツとわかめの味噌マヨネーズ和え、みそ汁 524kcal	24 朝顔の湯 ★☎🎵 岸里介護士の クッキング はしまき 高菜ご飯、白身魚のレモンペッパーソテー、さつまいもの彩り煮、白菜と竹輪の和え物、菜の花の白和え、みそ汁 455kcal	25 朝顔の湯 ★☎🎵 岸里介護士の 絵手紙 花火 散らし寿司 焼売 春菊のナムル 540kcal	26 朝顔の湯 ★☎🎵 大越看護師の 四季のお茶 大麦ラテ 御飯、豚肉の塩だれ炒め スパゲティナポリタン、オクラのおかか和え、ごぼうサラダ、コンソメスープ 547kcal
27	28 プルメリア ★☎🎵 池田介護士の クラフトアート ハーバリウム フェイスローラー 肉入りたぬきそば ごま南瓜煮 落と揚げの煮物 黄桃缶 585kcal	29 プルメリア ★☎🎵 池田介護士の クラフトアート ハーバリウム フェイスローラー 御飯、ブリの利休焼き、大豆と竹輪の甘辛煮、大根葉とジャコ炒り煮、牛蒡の辛子マヨ和え、みそ汁 553kcal	30 プルメリア ★☎🎵 岸里介護士の 大人の雑学 夏の花 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 635kcal	31 プルメリア ★☎🎵 アロマ嶋田の 季節の文香 プルメリア 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ム生姜和え、みそ汁 547kcal	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

※第2、4週は季節のお風呂「朝顔の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「プルメリア」をお楽しみください。

8月のお風呂



夏の花といえば朝顔ですね。サマーブルーの爽やかなお湯に、上品な香りをお楽しみください。

8月のアロマミスト



太陽をたくさん浴びて育ったプルメリアの香りは、女性を元気にする効果効能を持っています。

編集部コラム

2023年の立秋は、8月8日から8月22日です。「立秋」は二十四節気のひとつ。立秋といっても、立秋に入る日と、立秋(二十四節気の第13)〜処暑(二十四節気の第14)までの約15日間をさす場合があります。暦の上では立秋から秋に入りますが、まだまだ暑い日が続くため、立秋以降の暑さを「残暑」といいます。



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>

