

Happy Birthday

2024年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。



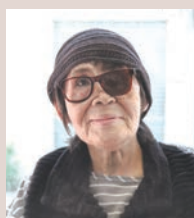
T.K 様



Y.S 様



H.N 様



N.H 様



K.H 様



M.M 様



T.Y 様

Event

岸里のイベント紹介

■ 外出昼食会

桜咲く大阪城を眺めながら、KKRホテルのレストラン聚楽庵にて春のランチを召し上がられました。大阪城天守閣や大阪城公園を一望できるレストランということもあり、「大阪城を見ながらご飯を食べることができて幸せ」とお話しされながら、しっかりと召し上がられていました。季節を感じることができる外出に、とても満足された様子でした。

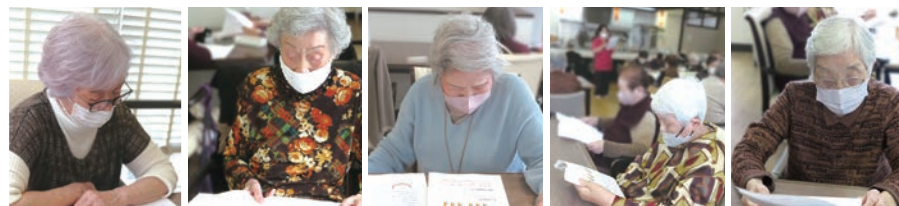


Activity

岸里のアクティビティ紹介

■ 健康セミナー

4月18日は「4よ1い8は」の日にちなんで8020運動の「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」というお話をさせていただきました。仮に8020を達成できなくても、しっかりと噛み合い、きちんと噛むことができる義歯などで口腔の状態を良好に保つことで歯が20本ある時と同程度の効果が得られますよ。よく噛むことで脳が活性化されますので、健康寿命を伸ばすためにも口腔内の健康を保ちましょう！



■ 絵手紙

ハガキに筆ペンから色鉛筆・水ペンを使って、表現力を高める絵手紙に挑戦されました。絵手紙とは、「絵のある手紙を送ること」です。送る相手を思いながら絵を描き、文字を添える事で形として表現されました。見本と同様に描くことは難しいですが、個々の思いがしっかりと表現された作品になりました。



■ クラフトアート

今回は「ビーズボールペン」作りにチャレンジしました。指先を使ってビーズを通していきました。最後にキャップを閉めるとキラキラ光るビーズでカスタマイズした自分だけのボールペンが完成しました。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

5月の外出昼食会

堺の歴史・文化の魅力を発信する
「さかい利晶の杜」に併設されている

梅の花 さかい利晶の杜店にて
季節の特別ランチ

開催日:5月27日(月)

岸里・御陵前・林寺
各10名様

料金:4,800円



※写真掲載イメージです。料理の内容は当日変更となる場合がございます。
※申込後、5月21日以前にキャンセルした場合、キャンセル料が発生します。

令和6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)
	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	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。	1 ローズ ★☕🎵 池田介護士の 絵手紙 カーネーション シーフードカレー コーンフライ 菜の花の和え物 漬物 288kcal	2 ローズ ★☕🎵 アロマ嶋田の 四季のお茶 新茶 えびフライ、付け合せ(ポ イルキャベツ) ヒジキ煮、冬瓜の煮付 味噌汁 356kcal	3 ローズ ★☕🎵 憲法記念日 アロマ嶋田の 季節の文香 ローズ 豚丼 しょうが天の炒め物 んげんとツナの炒め物 漬物、味噌汁 346kcal	4 ローズ ★☕🎵 みどりの日 田中介護士の 能力トレーニング 数を数えて 鶏と厚揚げのオイスター煮 オムレツ ブロッコリーの和え物 味噌汁 280kcal
5 こどもの日	6 菖蒲の湯 ★☕🎵 振替休日 大越看護師の 大人の雑学 5月に関するクイズ 鯛の照焼、付け合せ(し めじ)、高野の含め煮、 からし菜の炒め物、 漬物、味噌汁 300kcal	7 菖蒲の湯 ★☕🎵 池田介護士の トレーニングピクチャー 青葉雨 鶏の唐揚げおろしソース 菜の花の和え物 切干大根の煮付 味噌汁 460kcal	8 菖蒲の湯 ★☕🎵 角田介護士の 四季の花 5月の誕生花 白身魚の野菜あん 南瓜の煮物 胡瓜のなめたけ和え 味噌汁、漬物 250kcal	9 菖蒲の湯 ★☕🎵 池田介護士の 絵手紙 カーネーション はんぺんチーズサンド 付け合せ(ナポリタン) 冬瓜の煮付、いんげんと ツナの炒め物、味噌汁 277kcal	10 菖蒲の湯 ★☕🎵 下部介護士の 能力トレーニング 数を数えて つくねちゃんこ 大豆煮 小松菜のごま和え 漬物、味噌汁 326kcal	11 菖蒲の湯 ★☕🎵 田中介護士の 漢字 難読駅名 きつねうどん 南瓜の煮物 枝豆のふんわり天 325kcal
12	13 ローズ ★☕🎵 下部介護士の 音楽鑑賞会 母に捧げる曲 シーフードクリームシチュー かぼちゃコロッケ からし菜の炒め物 292kcal	14 ローズ ★☕🎵 田中介護士の 音楽鑑賞会 母に捧げる曲 醤油ラーメン きのこ玉子焼 カリフラワーの煮付 288kcal	15 ローズ ★☕🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 茶摘み 鶏入り筑前煮 花型豆腐の煮付 ピーマンの金平 漬物、味噌汁 323kcal	16 ローズ ★☕🎵 大越看護師の 健康セミナー 春バテ 海鮮の和風煮込み 南瓜の煮物 金平ごぼう 味噌汁 234kcal	17 ローズ ★☕🎵 岸里介護士の クッキング 動物カップケーキデコ 親子丼 マカロニとウィンナーのソテー 菜の花の和え物 漬物、味噌汁 286kcal	18 ローズ ★☕🎵 岸里介護士の クッキング 動物カップケーキデコ ロールキャベツマトソース 高野の含め煮 ほうれん草の菜種和え コンソメスープ 168kcal
19	20 菖蒲の湯 ★☕🎵 角田介護士の 防災セミナー 火事から身を守る 長崎ちゃんぽんめん アジフライ ゼリー 413kcal	21 菖蒲の湯 ★☕🎵 角田介護士の 四季の花 5月の誕生花 シーフードカレー きのこ玉子焼 もやしの塩炒め 漬物 246kcal	22 菖蒲の湯 ★☕🎵 12周年記念 イベント 小箱懐石 千鳥	23 菖蒲の湯 ★☕🎵 岸里介護士の クラフトアート メモスタンドデコ 豆腐ハンバーグきのこソース 南瓜の煮物 ピーマンの金平 味噌汁 346kcal	24 菖蒲の湯 ★☕🎵 岸里介護士の クラフトアート メモスタンドデコ ポトフ オムレツ ブロッコリーの和え物 245kcal	25 菖蒲の湯 ★☕🎵 大越看護師の 季節の文香 ローズ すき焼風煮 南瓜の煮物 胡瓜のなめたけ和え 味噌汁 284kcal
26	27 ローズ ★☕🎵 池田介護士の トレーニングピクチャー 青葉雨 中華丼 ぎょうざ からし菜の炒め物 漬物、中華スープ 212kcal	28 ローズ ★☕🎵 大越看護師の 大人の雑学 5月に関するクイズ 豚の生姜焼き きのこ玉子焼 カリフラワーの煮付 味噌汁 291kcal	29 ローズ ★☕🎵 大越看護師の 健康セミナー 春バテ チキンカレー 花型豆腐の煮付 ピーマンの金平 漬物 346kcal	30 ローズ ★☕🎵 アロマ嶋田の 大人の音読 茶摘み きつねうどん 肉団子 いんげんとツナの炒め物 337kcal	31 ローズ ★☕🎵 角田介護士の 漢字 難読駅名 カレイの煮付、付け合せ (赤板)、南瓜の煮物 ブロッコリーの和え物 漬物、味噌汁 195kcal	5月の行事ピックアップ! 5月22日(水)は 12th ANNIVERSARY 岸里 12周年記念イベント 大道芸SOLA様をお招きしての パフォーマンスを お楽しみください。

※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、香り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>

