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
2024年 6月
令和6年6月1日（通巻142号）

Happy Birthday

2024年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。

Y.O 様

S.K 様

K.K 様

Y.S 様

K.N 様

K.H 様

M.Y 様

大阪の奥座敷へ
不死王閣
初夏の日帰り旅行
●伏尾温泉 不死王閣でのお食事会
●旅行日 6月30日(日)
初夏の日帰り旅行は、大阪の奥座敷、伏尾温泉 不死王閣のバスツアーです。大阪市内から車で30分ほどの温泉旅館で、大自然のイルミネーションや旬の味覚を盛り込んだ料理を堪能ください。
復路は久安寺に立ち寄り、季節を感じることができるあじさいを鑑賞いただきます。

温泉旅館 不死王閣

旬の食材を盛り込んだ料理
●申込締切は 6月14日(金)
詳しくはスタッフまで お申し出ください。

※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あります。

Event 岸里のイベント紹介

■ 12周年記念イベント

5月は弊所の開業記念日で12周年記念イベントを開催しました。シャンパンで乾杯し、ランチを堪能されました。そして「大道芸人SOLA」様をお招きしてのパフォーマンスでは、様々な驚きや溢れるパワーを感じるイベントで大盛況でした。オーク倶楽部 岸里は13周年に向けて「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。今後もよろしくお願いいたします。

■ 外出昼食会

利休と晶子を通じて堺を体験できるミュージアム「さかい利晶の杜」に併設されている梅の花にて、豆腐料理と牛すきを召し上がりました。豆腐料理ということで、ヘルシーなメニューでしたが、サラダにシュウマイ、湯葉料理とボリュームがあり「お腹いっぱいになった」と満足されていました。

Activity 岸里のアクティビティ紹介

■ クッキング

カップケーキを動物の顔に見えるようにデコレーションしました。カップケーキの上に生クリームをしぼって土台にしました。クラッカーで耳を、ベビーチョコで目を、マーブルチョコでほっぺたをイメージしながらデコレーションして仕上げました。
それぞれの出来上がりを笑顔で周りのご利用者様と見せ合っておられました。

■ トレイシングピクチャー

今回は「青葉雨」がテーマの下絵を筆ペンでなぞっていただきました。木々の青葉に降りかかる雨を青葉雨といいます。イラストにお好きな色を付けていただくと初夏の風情を感じさせる個性的な作品に仕上がりました。

※写真撮影の際はマスクを外しております。

令和6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

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

6月の行事ピックアップ！

6/24(月)、25(火)
クラフトアート

大好評の「フラワーアレンジメント」です。
ぜひ、ご参加ください。

日	月(MON)	火(TUE)	水(WED)	木(THU)	金(FRI)	土(SAT)
						1 レモン ★ ティータイム カラオケ 角田介護士の 絵手紙 紫陽花 肉じゃが 金平ごぼう ほうれん草のお浸し 味噌汁 335kcal
2	3 緑茶の湯 ★ ティータイム カラオケ 下部介護士の 漢字 食べ物 鶏入り筑前煮 コーンフライ チンゲン菜のおかか和え 味噌汁 315kcal	4 緑茶の湯 ★ ティータイム カラオケ アロマ嶋田の 四季のお茶 烏龍茶 豆腐のあんかけ 冬瓜の煮付 いんげんとツナの炒め物 漬物、味噌汁 294kcal	5 緑茶の湯 ★ ティータイム カラオケ 池田介護士の 脳力トレーニング オノマトペクイズ 岡山デミカツ丼 胡瓜とパプリカの酢の物 ゼリー おすまし 158kcal	6 緑茶の湯 ★ ティータイム カラオケ 角田介護士の 季節の文香 レモン 白身魚のチリソース 大豆煮 小松菜のごま和え 漬物、中華スープ 249kcal	7 緑茶の湯 ★ ティータイム カラオケ アロマ嶋田の 大人の音読 五十音(北原白秋) 照焼チキン 付け合せ(しめじ) ヒジキ煮 枝豆のふんわり天、味噌汁 249kcal	8 緑茶の湯 ★ ティータイム カラオケ 田中介護士の 脳力トレーニング オノマトペクイズ 醤油ラーメン ぎょうざ からし菜の炒め物 310kcal
9	10 レモン ★ ティータイム カラオケ 角田介護士の 四季の花 6月の誕生花 赤魚の煮付 付け合せ(筍煮) 花型豆腐の煮付 菜の花の和え物、味噌汁 238kcal	11 レモン ★ ティータイム カラオケ 下部介護士の 漢字 食べ物 コロッケ二種盛 付け合せ(ボイルブロッコリー)、ヒジキ煮、冬瓜の煮付、漬物、味噌汁 296kcal	12 レモン ★ ティータイム カラオケ 池田介護士の トレイシングピクチャー 七夕 豚丼 しょうが天の炒め物 いんげんとツナの炒め物 味噌汁 342kcal	13 レモン ★ ティータイム カラオケ 大越看護師の 大人の雑学 6月に関する雑学クイズ けんちんうどん 肉団子 菜の花の和え物 292kcal	14 レモン ★ ティータイム カラオケ 大越看護師の 健康セミナー ドライマウス ポトフ オムレツ ブロッコリーの和え物 245kcal	15 レモン 理容師来所の日 ★ ティータイム カラオケ 田中介護士の 音楽鑑賞会 父に捧げる曲 鯖の照焼、付け合せ(しめじ)、高野の含め煮、ほうれん草の菜種和え 漬物、味噌汁 306kcal
16	17 緑茶の湯 理容師来所の日 ★ ティータイム カラオケ アロマ嶋田の 四季のお茶 烏龍茶 豆腐ナゲット、付け合せ(ナポリタン)、茄子の煮浸し、チンゲン菜のおかか和え、味噌汁 370kcal	18 緑茶の湯 理容師来所の日 ★ ティータイム カラオケ 大越看護師の トリビア 紫陽花 はんぺんチーズサンド、付け合せ(ボイルキャベツ)、冬瓜の煮付、いんげんとツナの炒め物 味噌汁　239kcal	19 緑茶の湯 ★ ティータイム カラオケ 岸里介護士の クッキング トルティーヤ つくね塩ちゃんこ 大豆煮 小松菜のごま和え 味噌汁 326kcal	20 緑茶の湯 ★ ティータイム カラオケ 岸里介護士の クッキング トルティーヤ きつねうどん 肉団子 菜の花の和え物 317kcal	21 緑茶の湯 理容師来所の日 ★ ティータイム カラオケ 大越看護師の 大人の雑学 6月に関する雑学クイズ はとむぎごはん 鶏のラタトゥイユソース 黒豆と大根の煮物 ハネジューメロン 冬瓜のスープ　512kcal	22 緑茶の湯 ★ ティータイム カラオケ 角田介護士の 四季の花 6月の誕生花 鮭の幽庵焼、付け合せ(筍煮)、切干大根の煮付 からし菜の炒め物、漬物 味噌汁 199kcal
23	24 レモン ★ ティータイム カラオケ 岸里介護士の クラフトアート フラワーアレンジメント 海鮮の和風煮込み コーンフライ ピーマンの金平 味噌汁 245kcal	25 レモン ★ ティータイム カラオケ 岸里介護士の クラフトアート フラワーアレンジメント 親子丼 南瓜の煮物 ブロッコリーの和え物 漬物、味噌汁 266kcal	26 レモン ★ ティータイム カラオケ 角田介護士の 季節の文香 レモン 味噌ラーメン ぎょうざ からし菜のゆかり和え 322kcal	27 レモン ★ ティータイム カラオケ 下部介護士の トレイシングピクチャー 七夕 シーフードカレー きのこ玉子焼 ほうれん草の菜種和え 漬物 261kcal	28 レモン ★ ティータイム カラオケ 池田介護士の 絵手紙 紫陽花 鯖の味噌煮 付け合せ(うぐいす豆) 切干大根の煮付 キャベツの塩昆布炒め 味噌汁　305kcal	29 レモン ★ ティータイム カラオケ 大越看護師の 健康セミナー ドライマウス 酢豚 がんも煮 チンゲン菜のおかか和え 漬物、中華スープ 352kcal
30	※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

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、つやつやでうるおいのあるお肌に導きます。

6月のアロマミスト

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。

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