

Oak Club Report

Happy Birthday

2024年9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.I 様



Y.U 様



M.K 様



I.S 様



H.Y 様

Event

岸里のイベント紹介

■ 外出昼食会

日本料理たけむらにて、正統派会席料理を頂きました。季節の食材をふんだんに使い、見目麗しい料理が一品一品提供され、その都度「おいしそう」「いい味してる」と楽しまれていました。落ち着いた雰囲気も気に入られたようで、また行きたいねと会話もはずんでいましたよ。



Activity

岸里のアクティビティ紹介

■ クラフトアート

大人気の季節のお花を使ったフラワーアレンジメント。花の色や大きさのバランスを考えながら茎の長さをカットしたりと細部までこだわってアレンジされました。可愛くて素敵なアレンジメントが完成しました。お花を見ることで脳内に幸せを感じやすくなるホルモンが放出されるので、ぜひ出来上がったアレンジメントを飾ってくださいね。



■ クッキング

9/19～9/25はお彼岸ということで「おはぎ」を作りました。皆さま、慣れた手つきでご飯をつぶしていきます。つぶして俵型にまとめたご飯をあんこで包んで出来上がりです。「甘くて美味しかった!」と大好評でした。



■ トレーシングピクチャー

「ハロウィン」がテーマの下絵を筆ペンでなぞりました。そして、お化けカボチャやコウモリのイラストにお好きな色を付けていただきました。ハロウィンは紫や橙色を使うと雰囲気が出ますね。筆ペンでなぞることで手を使うので脳が刺激され、脳の活性化にもつながりますよ。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

10月の外出昼食会

美味しいピフテキ、おいしい幸せ

南海グリル 東店にて

熟成宮崎牛のステーキを鉄板焼きで



開催日: 10月29日(火)

岸里・御陵前・林寺 各10名様

料金: 5,400円

※写真撮影の際はマスクを外しております。

令和6年10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) |
|----|---|--|--|---|---|--|
| | <p>10月の行事ピックアップ!</p> <p>10/31(木)ハロウィン 10月31日(木)は「ハロウィン」です。ハロウィンならではのシールを使ったカードを作製します。おやつはハロウィン仕様になっています。 お楽しみに!</p>  | <p>1 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>下部介護士の 音楽鑑賞会 月や星がタイトルの曲</p> <p>かに玉あんかけ チンゲン菜のおかか和え ちくわの磯辺焼き 中華スープ、漬物 211kcal</p> | <p>2 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>アロマ嶋田の 大人の音読 旅愁</p> <p>白身魚の野菜あん さつま芋の甘煮 いんげんとコーンの炒め物 コンソメスープ 279kcal</p> | <p>3 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>池田介護士の 絵手紙 秋の味覚</p> <p>チンジャオロース風炒め 金平ごぼう 枝豆のふんわり天 中華スープ、漬物 263kcal</p> | <p>4 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>池田介護士の トリビア ハロウィンクイズ</p> <p>せんざんき 付合せ(ポイルキャベツ) いもたき、みかんゼリー 石花汁 502kcal</p> | <p>5 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>田中介護士の 漢字 意外な漢字</p> <p>海鮮の和風煮込み 小松菜のごま和え 春巻、中華スープ、漬物 215kcal</p> |
| 6 | <p>7 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>角田介護士の 季節の文香 ラベンダー</p> <p>オムレツデミソース 菜の花の和え物 高野の含め煮 コンソメスープ 268kcal</p> | <p>8 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>アロマ嶋田の 季節の文香 ラベンダー</p> <p>けんちんそば 肉団子 三色ピーマン炒め 355Kcal</p> | <p>9 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>下部介護士の 音楽鑑賞会 月や星がタイトルの曲</p> <p>照焼チキン 付合せ(ポイルいんげん) きのこ玉子焼 キャベツの塩昆布炒め 味噌汁 217kcal</p> | <p>10 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>角田介護士の 四季のお茶 ロイヤルミルクティ</p> <p>カレーの煮付 付合せ(赤板) 人参の炒め物 枝豆のふんわり天 味噌汁、漬物 204kcal</p> | <p>11 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>池田介護士の トレイシングピクチャー 秋の恵み</p> <p>きのこのカレーライス ブロッコリーの和え物 もやしの塩炒め 味噌汁 329kcal</p> | <p>12 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>田中介護士の トリビア ハロウィンクイズ</p> <p>豚の生姜焼き オムレツ からし菜のおかか和え 味噌汁、漬物 283kcal</p> |
| 13 | <p>14 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>大越看護師の 大人の雑学 10月の雑学クイズ</p> <p>デミハンバーグ 付合せ(スナップエンドウ) 三色ピーマン炒め キャベツの塩昆布炒め コンソメスープ 232kcal</p> | <p>15 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>大越看護師の 健康セミナー 秋バテ</p> <p>コロッケ二種盛 付合せ(ポイルブロッコリー) 大豆煮、えんどうの炒め煮 コンソメスープ、漬物 323kcal</p> | <p>16 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>下部介護士の 漢字 意外な漢字</p> <p>赤魚の煮付 付合せ(筍煮) からし菜の炒め物 高野の含め煮、味噌汁 223kcal</p> | <p>17 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>アロマ嶋田の 大人の音読 旅愁</p> <p>チキン南蛮 さつま芋の甘煮 菜の花の和え物 味噌汁、漬物 583kcal</p> | <p>18 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>角田介護士の 四季の花 10月の誕生花</p> <p>豆腐のあんかけ チンゲン菜のごま炒め しょうが天の炒め物 中華スープ 308kcal</p> | <p>19 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>田中介護士の トレイシングピクチャー 秋の恵み</p> <p>メンチカツ 付合せ(ポイルキャベツ) からし菜の煮浸し 南瓜の煮物、コンソメスープ 漬物 330kcal</p> |
| 20 | <p>21 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>大越看護師の 健康セミナー 秋バテ</p> <p>鮭の幽庵焼 付合せ(筍煮) 人参の炒め物 枝豆のふんわり天、味噌汁 208kcal</p> | <p>22 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>大越看護師の 大人の雑学 10月の雑学クイズ</p> <p>塩ラーメン 春巻 大豆煮 354kcal</p> | <p>23 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>池田介護士の 絵手紙 秋の味覚</p> <p>豚肉と秋野菜の薬膳炒め ほうれん草のクルミみそ和え 季節のゼリー 南瓜の味噌汁 351kcal</p> | <p>24 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>岸里介護士の クラフトアート キャンドルホルダー</p> <p>えびカツ 付合せ(ポイルキャベツ) さつま芋の甘煮 えんどうのソテー、味噌汁 漬物 327kcal</p> | <p>25 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>岸里介護士の クラフトアート キャンドルホルダー</p> <p>鶏肉と野菜のクリーム煮 きのこ玉子焼 ブロッコリーの和え物 コンソメスープ 245kcal</p> | <p>26 紅葉の湯 ★☕🎵</p> <p>角田介護士の 四季の花 10月の誕生花</p> <p>豚丼 南瓜の煮物 チンゲン菜の和え物 中華スープ、漬物 346kcal</p> |
| 27 | <p>28 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>岸里介護士の クッキング さつま芋の茶巾絞り</p> <p>豆腐ナゲット 付合せ(ナポリタン) 金平ごぼう ほうれん草の菜種和え コンソメスープ 315kcal</p> | <p>29 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>岸里介護士の クッキング さつま芋の茶巾絞り</p> <p>オムレツデミソース 小松菜のごま和え さつま芋の甘煮 コンソメスープ 279kcal</p> | <p>30 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>角田介護士の 四季のお茶 ロイヤルミルクティ</p> <p>鯖の味噌煮 付合せ(しめじ) ちくわの磯辺焼き 人参の炒め物、味噌汁 284kcal</p> | <p>31 ラベンダー ★☕🎵</p> <p>ハロウィン シールアート</p> <p>チキン南蛮 南瓜の煮物 えんどうの炒め物 中華スープ、漬物 553kcal</p> | <p>記号の見方</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ 体操・機能訓練 ☕ ティータイム 🎵 カラオケ 🗣️ 理容師来所の日 | <p>昼食メニューの見方</p> <p>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ます。 ※カロリー表示にはご自分のカロリーは含まれておりません。</p> |

※第2、4週は季節のお風呂「紅葉の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ラベンダー」をお楽しみください。

10月のお風呂



紅葉の湯
紅葉の香りが気分を変えて、疲労を回復させます。ゆったりした至福の時間をお過ごしください。

10月のアロマミスト



ラベンダー
ラベンダーの丘を連想させる心地良い癒しを与えてくれる香りです。リラックスタイムをお楽しみください。

編集部コラム

10月末から11月頭にかけて約2週間程度、読書週間が開催されます。読書週間は、戦争の傷跡がまだまだ深かった終戦間もない1947年に、出版社・書店・新聞社などが協力し開催したことが始まりです。電子書籍が世に出て以来、完全にデジタル移行した方も多いかと思いますが、この読書週間中は紙の本で思いを馳せてみるのはいかがでしょうか。



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>

