

Happy Birthday

この一年が幸福と健康に満ちた
日々でありますように。



A.I 様



K.W 様



K.T 様



S.S 様



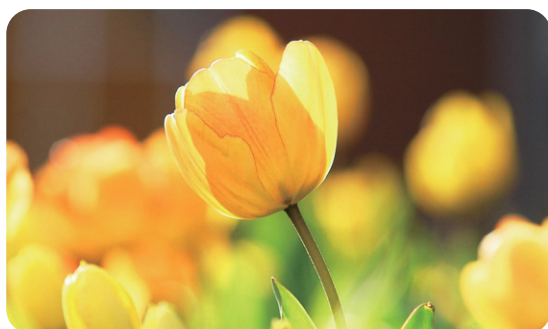
N.F 様



N.Y 様



M.T 様



Event

御陵前のイベントレポート

■ 日本海の新橋立で新鮮なカニをいただきました

オーク倶楽部では「旬のものを現地で美味しく食べよう」という企画を、年間を通して行っています。すっかり恒例の冬の味覚の王様、日本海の新鮮なズワイガニを食べるツアーです。カニ刺しに焼きガニ、最後は雑炊まであって大満足。やはり本場で食べるカニは格別なようで、普段食の細いご利用者様も完食されていましたよ。



■ ひな祭り講座

ひな祭りの豆知識をお話しました。三人官女の一人は既婚者なのでお歯黒で眉毛がないことを説明すると驚いておられました。おやつではスタッフ手作りの小箱に入れたひなあられを召し上がっていただきました。「春らしくて良いわ～」と喜ばれていました。



Activity

御陵前のアクティビティ紹介

■ 音楽講座

大好評の音楽講座、今回の課題曲は「仰げば尊し」にチャレンジ。発声練習の後、姿勢を正して、口を大きく開けて合唱スタート。歌い終わったあとの達成感で皆様満面の笑みでしたよ。



■ 絵手紙講座

ひな祭りや桜などを描いて頂きました。華やかな色使いで、待ちわびた春の訪れを葉書いっぱい表現されていました。毎月描いていると、上達しているのがご自身でもお分かりのご様子で、お友達と作品論議にも花を咲かせておられました。



令和2年4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)
	4月の行事ピックアップ! 春の外出屋食会  春の訪れを感じながら 昼食をお楽しみください。 日程・お料理は、 ただいま計画中です。 お楽しみに。		1 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 大越看護師の チェアヨガ 顔ヨガ ホイコーロー、海老しゅうまい、小松菜の錦糸和え 287kcal	2 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ アロマ嶋田の 四季のお茶講座 ダージリン 白身魚フライ、茄子の煮びたし、野菜のサラダ 238kcal	3 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 音楽講座 春のうた 桜ちらし寿司、季節のしんじょと筍の煮物、アスパラのサラダ 147kcal	4 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の ちぎり絵講座 桜の木 鯖の香味焼き、ササミとブロッコリー炒め、春雨の和え物 352kcal
5	6 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ アロマ嶋田の 四季のお茶講座 ダージリン ブルコギ風、カニ棒玉子焼き、インゲン卵の和え 254kcal	7 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の ちぎり絵講座 桜の木 チキンのラタトゥイユソース、ジャーマンポテト、青菜の和え物 323kcal	8 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 音楽講座 春のうた 鮭の幽庵焼き、里芋鶏そぼろ煮、オクラおかか和え 251kcal	9 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ アロマ嶋田の 懐かしの玩具 玩具 カニ玉中華野菜あん、焼餃子、キャベツのサラダ 296kcal	10 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 漢字講座 漢字の書き順 菜飯ご飯、きつねうどん、柚子なます、フルーツ缶(ミックス) 339kcal	11 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 大越看護師の 風水講座 4月に行うと良い事 豚肉と野菜の生姜炒め、れんこん饅頭、カリフラワーのサラダ 341kcal
12	13 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 絵が得意なスタッフの 絵手紙講座 春の絵 やわらか煮込みハンバーグ、切干大根の煮付、ごぼうサラダ 373kcal	14 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ アロマ嶋田の 懐かしの玩具 玩具 鶏のスタミナ焼き、かき揚げ、オクラの和え物 264kcal	15 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の 漢字講座 漢字の書き順 魚のマスタード焼き、ひじき煮、小松菜のお浸し 330kcal	16 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の スクラッチアート 春の草花 ごちそうキャベツメンチカツ、ハムポテト、オクラの和え物 263kcal	17 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 🧑🏫理美容 大越看護師の 風水講座 4月に行うと良い事 豚肉の甘辛煮、焼きナス、春雨サラダ 371kcal	18 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 🧑🏫理美容 湯面看護師の 健康講座 花粉症 ピラフ、豚肉と厚揚げの煮物、南瓜サラダ 247kcal
19	20 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 🧑🏫理美容 料理好きスタッフの 季節のクッキング お花ビザ 魚の明太マヨ焼き、長芋の煮物、白菜のお浸し 194kcal	21 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 🧑🏫理美容 料理好きスタッフの 季節のクッキング お花ビザ 天ぷら盛り合わせ、がんも煮、小松菜のお浸し 289kcal	22 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 岸里介護士の スクラッチアート 春の草花 焼肉風、大学芋、青菜のお浸し 333kcal	23 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 絵が得意なスタッフの 絵手紙講座 春の絵 ゆかりご飯、醤油ラーメン、チンジャオロース、フルーツ缶(黄桃) 492kcal	24 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 湯面看護師の 健康講座 花粉症 オムレツ、豚肉とごぼうのうま煮、ほうれん草の柚香和え 293kcal	25 桜の湯 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 湯面看護師の 脳トレ講座 隠し絵 鶏のさっぱり塩焼き、豆腐の中華煮、アスパラのお浸し 292kcal
26	27 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 湯面看護師の 脳トレ講座 隠し絵 魚の中華あんかけ、信田巻き、さっぱりなます 199kcal	28 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 大越看護師の チェアヨガ 顔ヨガ 豚肉の野菜巻き、れんこんの煮物、小松菜のお浸し 254kcal	29 ペパーミント 昭和の日 ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の 季節のクラフト ハーバリウム アスパラクリームハムカツ、茄子と揚げの煮物、スパゲッティサラダ 425kcal	30 ペパーミント ★体操・機能訓練 📺ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の 季節のクラフト ハーバリウム お好み焼き、白菜と厚揚げの煮物、リンゴのコンポート 330kcal	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。	

※第2、4週は季節のお風呂「桜の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ペパーミント」をお楽しみください。 🧑🏫理美容は理容師来所の日

4月のお風呂



桜の湯
 桜の湯には、桜の樹皮を煮出した成分が入っています。湿疹、打身などの炎症を抑える働きがあります。

4月のアロマミスト



ペパーミント
 ペパーミントには鎮静効果があり、精神的な緊張を和らげ、イライラをしずめ、心身をリラックスさせる効果があります。

編集部コラム

法律で定められている国民の祝日ですが、意義も定められていることをご存知でしょうか？4月の祝日と言えば、「昭和の日」。意義は、「激動の日々を経て、復興を遂げた昭和の時代を顧み、国の将来に思いをいたす。」と定められています。祝日は法律によって名称や日にちが変わったりもします。今年は、「体育の日」が「スポーツの日」(今年以降ずっと)に名称が変更され、10月の第2月曜日から、7月24日に大移動していました。オリンピックの開会式に合わせての特例です。他にも「海の日」と「山の日」が、7月23日(開会式前日)と8月10日(閉会式翌日)に移動していました。オリンピックの新たな日程が決まりましたが、来年も変更はあるのでしょうか？



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>

