

Oak Club Report

Happy Birthday

8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。



F.K 様



F.M 様



M.K 様



M.K 様



W.F 様



Event

御陵前のイベントレポート

■ ダンスフェスティバル

今までダンス講座で一緒に練習してきた「パプリカ」とフラダンスの「カイマナヒラ」。そして夏といえば「炭坑節」、この3曲を披露しました。手拍子や一緒に踊ったりと大盛り上がりでした。おやつは、ちょっぴりおしゃべりで冷たいカクテルデザートを召し上がって頂きました。



Activity

御陵前のアクティビティ紹介

■ 季節のクラフト講座

今回は「貝殻わっぱのギフトボックス」作りに挑戦しました。貝殻をランダムに貼ると自然な雰囲気仕上がりになりました。「ネクタイピンでも入れようかな」と男性ご利用者様も出来栄に大満足のご様子でした。



■ 季節のクッキング講座

お好み焼きを薄くして、くるくると箸で巻いた「お好みバー」を作りました。温めたホットプレートの上に生地を薄く広げて焼きました。みなさん、くるくると上手に巻いて出来上がり!「美味しかったわ〜!」と大好評でした。

■ スクラッチアート

今回は「クジラ」をお手本に専用の台紙を削っていきました。「潮を描いたらクジラっぽくなるね」とご自分なりのアレンジも加えながら、最後まで集中して取り組まれています。真ん中に大きくクジラを配置することでダイナミック感が出ていますよ。



令和2年9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)
	1 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前美術部の スクラッチアート 秋とリス 鯖の西京焼き、鶏ごぼう、ほうれん草のお浸し 280kcal	2 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の 季節の折形講座 蜻蛉の祝い袋 肉豆腐、ロール玉子焼き、南瓜サラダ 326kcal	3 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の チェアヨガ コアラのポーズ 魚の野菜あんかけ、茄子の煮浸し、オクラの胡麻和え 218kcal	4 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の 豆知識講座 きのこの謎 煮込みハンバーグ、鶏じゃが、インゲンのツナ和え 343kcal	5 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 西岡介護士の 音楽講座 愛の讃歌 菜飯ご飯、きつねうどん、小松菜と卵の煮浸し、フルーツ缶(みかん) 342kcal	
6	7 巨峰の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 野村看護師の 健康講座 ドライアイ カレイの煮付、大根の煮物、小松菜のお浸し 144kcal	8 巨峰の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の セルフセラピー 指ヨガ2 ピーマンの肉詰め照り焼肉、ハムポテト、白菜のお浸し 221kcal	9 巨峰の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 料理好きスタッフの 季節のクッキング みたらし団子 豚肉の生姜焼き、さつま揚げの磯辺煮、菜の花の胡麻和え 425kcal	10 巨峰の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 料理好きスタッフの 季節のクッキング みたらし団子 五目ちらし寿司、かき揚げ、胡瓜のサラダ 161kcal	11 巨峰の湯 ★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 ほおずき・お月見 魚のマヨネーズ焼き、蓮根そぼろ、オクラの和え物 231kcal	12 巨峰の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の 豆知識講座 きのこの謎 カニ玉中華野菜あん、鶏レバーの甘辛煮、ブロッコリーのサラダ 255kcal
13	14 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 西岡介護士の 音楽講座 愛の讃歌 カレーライス、温野菜のサラダ、リンゴのコンポート 317kcal	15 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 📄理美容 野村看護師の 健康講座 ドライアイ 鯖の味噌煮、豚肉と厚揚げの煮物、さつま芋のサラダ 387kcal	16 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の チェアヨガ コアラのポーズ ゆかりごはん、醤油ラーメン、アスパラソテー、フルーツ缶(ミックス) 421kcal	17 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前ダンス部の ダンス講座 椅子に座ってできるダンス 魚の中華風ネギ焼き、焼きナス、南瓜とレーズンのサラダ 211kcal	18 ベルガモット ★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 万華鏡 焼鳥風、がんも煮、春雨のサラダ 460kcal	19 ベルガモット ★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 万華鏡 天ぷら盛り合わせ、鶏肉と大根の煮物、ほうれん草のなめたけ和え 264kcal
20	21 巨峰の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 敬老の日 敬老の日イベント 感謝を込めて皆で歌おう にぎり寿司、いなり寿司、ほうれん草の柚香和え 418kcal	22 巨峰の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 秋分の日 御陵前介護士の 季節の折形講座 蜻蛉の祝い袋 豆腐ハンバーグきのこあん、大学芋、オクラの和え物 316kcal	23 巨峰の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の 季節の文香 ベルガモット 魚のタルタル焼き、じゃがいもの鶏そぼろ煮、小松菜の錦糸和え 257kcal	24 巨峰の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の 季節の文香 ベルガモット ロールキャベツ、ほうれん草ハムソテー、ポテトの明太和え 187kcal	25 巨峰の湯 ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前ダンス部の ダンス講座 椅子に座ってできるダンス 豚肉の野菜巻き、野菜とハムのトマト煮、五目なます 286kcal	26 巨峰の湯 ★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 ほおずき・お月見 魚のマリネ風、季節のしんじょ、胡瓜のサラダ 220kcal
27	28 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の 四季のお茶講座 ジャスミンティー ピラフ、ジャーマンポテト、ブロッコリーのサラダ 203kcal	29 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の 四季のお茶講座 ジャスミンティー 魚の中華野菜あんかけ、高野豆腐の煮物、菜の花の胡麻和え 192kcal	30 ベルガモット ★体操・機能訓練 ☑ティータイム 🎵カラオケ 御陵前介護士の セルフセラピー 指ヨガ2 松風焼き、チンジャオロース、春雨の和え物 437kcal	9月の行事ピックアップ! 9月21日(月・祝) 敬老の日イベント 御陵小町と一緒に懐かしい曲を歌いましょう! 9月22日(水)・22日(火・祝) 季節の折形講座 折形は物を心を込めて包み渡すという日本の礼法です。一緒に「現代折形」として気軽に楽しみましょう。		

※第2、4週は季節のお風呂「巨峰の湯」。第1、3、5週はアロマリスト「ベルガモット」をお楽しみください。

📄理美容は理容師来所の日

9月のお風呂



巨峰の湯
 巨峰の豊かな香りで初秋の新鮮さを演出。ホホバオイルが潤いを与え、肌をすべすべに整える効果があります。

9月のアロマリスト



ベルガモット
 殺菌力のある精油成分チモールを含む柑橘類。喉の痛みや消化不良、駆風作用に効果があるとされています。

編集部コラム

まだまだ暑い日が続いていますが、空に浮かぶ雲に秋が感じられるようになってきました。実際、季節によって上空の風の向きが変わり、特徴的な雲が出現するそうです。夏は、言わずと知れた入道雲。秋は、小さな粒上の雲が模様を描くように並ぶいwash雲やひつじ雲、それと、はげでさつとはらったような筋状の雲が特徴だそうです。暫くは、夏の雲と秋の雲、両方見れる日が続くそうですね。

