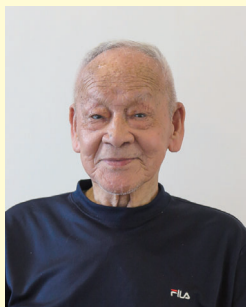


## Happy Birthday

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。



T.H 様



F.K 様



M.K 様



W.F 様

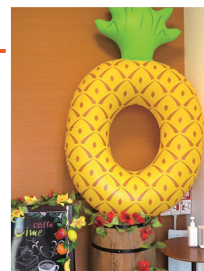


## Event

御陵前のイベントレポート

### ■ Hawaii Week

23日～ 31日はHawaii Weekでした。南国を感じられる飾りつけ、スタッフもかりゆしを着ておもてなししました。ダンスフェスティバルでダンスと一緒に踊ったり、クッキングで噴水フルーツポンチを作ったりと南国を感じておられます。おやつにノンアルコールカクテルやハワイのコナコーヒーをご提供し、普段とは違う雰囲気を楽しまれていました。



## Activity

御陵前のアクティビティ紹介

### ■ カラーシールアート

「かき氷」の台紙に丸シールを貼っていきました。台紙に合わせてシールを貼るので、絵が苦手な方もお好きな色を選んで貼ることを楽しんでいます。貼る場所や色で様々な個性あるシールアートが完成しました。



### ■ 季節の文香

今回は「ブルメリア」のアロマオイルについてお話ししました。クイズにも挑戦され、花びらの数や花言葉を3択から選んでおられます。花の優しく甘い香りを実際に感じると「いい香りね～」とコトコトにしみ込ませた香りを楽しみながらたとう包みされました。

### ■ お誕生日会

8月生まれの方をスタッフの心を込めたメッセージを添えたお誕生日カードでお祝いしました。他利用者様から「おめでとう～!」とお祝いの言葉を頂き、にっこり。お誕生日カードのプレゼントを受け取られ、皆さまからのお祝いに喜ばれていました。





# 令和3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)                                                                                                                               |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                           | <b>記号の見方</b><br>体操・機能訓練<br>ティータイム<br>カラオケ<br>理容師来所の日                                                                     | <b>1 ベルガモット</b><br><br>御陵前美術部の<br><b>なぞり絵講座</b><br>自律神経を整えるなぞり絵<br>赤飯、メンチカツ、カリ<br>フラワーのクリーム煮、<br>冬瓜の冷やし鉢、ほうれ<br>ん草の白和え 536kcal         | <b>2 ベルガモット</b><br><br>御陵前護士部の<br><b>大人の写字講座</b><br>星野立子<br>冷やし鶏天うどん、若竹<br>煮、ブロッコリーとコー<br>ンのサラダ、フルーツ<br>ミックス 529kcal                     | <b>3 ベルガモット</b><br><br>御陵前護士部の<br><b>季節の折形講座</b><br>船<br>サケ散らし寿司、大根の<br>鶏そぼろあんかけ、三色<br>豆 644kcal                                                                         | <b>4 ベルガモット</b><br><br>西岡護士部の<br><b>音楽講座</b><br>月がとっても青いから<br>御飯、アカウオの西京焼<br>き、ふっくら高野の合わせ<br>煮、鶏と菜の花の和え<br>物、人参とわかめの胡麻<br>酢和え 536kcal |
| 5  | <b>6 巨峰の湯</b><br><br>御陵前護士部の<br><b>季節の文香</b><br>ベルガモット<br>御飯、タチウオの唐揚げ、<br>マカロニソテー、ほうれ<br>ん草のごまだし和え、杏<br>仁豆腐 719kcal        | <b>7 巨峰の湯</b><br><br>御陵前護士部の<br><b>四季のお茶講座</b><br>ごぼう茶<br>ハヤシライス、大根葉と<br>ジャコの炒り煮、カリフ<br>ラワーのマリネ 570kcal                  | <b>8 巨峰の湯</b><br><br>御陵前護士部の<br><b>四季のお茶講座</b><br>ごぼう茶<br>御飯、サバのみりん漬け、<br>さつま芋のバター風味炒<br>め、小松菜の土佐和え、<br>大根さくら漬け 610kcal                | <b>9 巨峰の湯</b><br><br>御陵前ダンス部の<br><b>ダンス講座</b><br>座ってできるダンス<br>御飯、鶏のおろし煮、マ<br>カロニトマトソテー、揚<br>げ茄子と人参の煮物、わ<br>かめとしらすの酢の物<br>615kcal         | <b>10 巨峰の湯</b><br><br>西岡護士部の<br><b>音楽講座</b><br>月がとっても青いから<br>御飯、照焼豆腐ハンバー<br>グ、里芋の田舎煮、小松<br>菜のおかか和え、ツナマ<br>カロニサラダ 606kcal                                                 | <b>11 巨峰の湯</b><br><br>御陵前護士部の<br><b>季節の折形講座</b><br>船<br>焼きそば、じゃが芋コ<br>ロッケ、チンゲン菜の中<br>華煮、桃ゼリー 591kcal                                  |
| 12 | <b>13 ベルガモット</b><br><br>御陵前美術部の<br><b>カラーシールアート</b><br>十五夜<br>かに玉風あんかけ丼、白<br>菜とミンチの炒め物、ご<br>ぼうサラダ 648kcal                  | <b>14 ベルガモット</b><br><br>野村看護師の<br><b>健康講座</b><br>健康のバロメーター<br>御飯、ブリの利休焼き、<br>四色豆腐、五目ひじき、<br>なめこおろし和え 504kcal             | <b>15 ベルガモット</b><br><br>料理好きスタッフの<br><b>季節のクッキング</b><br>おはぎ<br>御飯、炭火鶏とじゃが芋<br>のハニーマスタード焼<br>き、五目炒り玉子、白菜<br>と竹輪の和え物、菜の花<br>の白和え 637kcal | <b>16 ベルガモット</b><br><br>料理好きスタッフの<br><b>季節のクッキング</b><br>おはぎ<br>ポークカレー、オクラの<br>おかか和え、福神漬け、<br>黄桃缶 551kcal                                 | <b>17 ベルガモット</b><br><br>御陵前ダンス部の<br><b>ダンス講座</b><br>座ってできるダンス<br>御飯、アジの梅煮、南瓜<br>のいとこ煮、春菊のお浸<br>し、もずく酢 498kcal                                                            | <b>18 ベルガモット</b><br><br>御陵前護士部の<br><b>季節の文香</b><br>ベルガモット<br>御飯、鶏肉の炭火焼き風、<br>卵の花、茄子とオクラの<br>辛子和え、長芋の梅肉か<br>け 644kcal                  |
| 19 | <b>20 巨峰の湯</b><br>敬老の日<br><b>敬老の日イベント</b><br>感謝をこめて皆で歌おう<br>赤飯、豚肉の柳川風、祝<br>い盛り、チンゲン菜のし<br>らす和え、紫芋酢ジュレ<br>黒豆入り 579kcal      | <b>21 巨峰の湯</b><br><br>御陵前美術部の<br><b>カラーシールアート</b><br>十五夜<br>御飯、タチウオのバター<br>醤油風味焼き、里芋のご<br>ま味噌煮、春菊のおかか<br>和え、柚子大根 570kcal | <b>22 巨峰の湯</b><br><br>御陵前護士部の<br><b>脳トレ講座</b><br>言葉ピラミッド<br>御飯、クリームシチュー、<br>キャベツとツナの炒め<br>物、ほうれん草のわさび<br>和え、アロエフルーツ<br>ミックス 503kcal    | <b>23 巨峰の湯</b><br>秋分の日<br>御陵前美術部の<br><b>なぞり絵講座</b><br>自律神経を整えるなぞり絵<br>かき揚げそば、南瓜煮、<br>白菜の柚香和え、杏仁豆<br>腐 490kcal                            | <b>24 巨峰の湯</b><br><br>工芸好きスタッフの<br><b>季節のクラフト</b><br>ハロウィンリース<br>御飯、アジの南蛮漬け、<br>厚揚げと大根煮、春菊の<br>胡麻和え、彩りシーザー<br>風サラダ 620kcal                                               | <b>25 巨峰の湯</b><br><br>工芸好きスタッフの<br><b>季節のクラフト</b><br>ハロウィンリース<br>豚丼、いんげんの甘辛煮、<br>カリフラワーのマリネ 552kcal                                   |
| 26 | <b>27 ベルガモット</b><br><br>野村看護師の<br><b>健康講座</b><br>健康のバロメーター<br>御飯、鶏のさっぱり煮、<br>厚焼き玉子、ほうれん草<br>のお浸し、大根とハムの<br>中華ドレサラダ 567kcal | <b>28 ベルガモット</b><br><br>御陵前護士部の<br><b>秋の音楽鑑賞会</b><br>月や星がタイトル曲<br>御飯、水餃子鍋、貝と根<br>菜の五目煮、大根の柚香<br>漬け 510kcal               | <b>29 ベルガモット</b><br><br>御陵前護士部の<br><b>秋の音楽鑑賞会</b><br>月や星がタイトル曲<br>御飯、メバルの煮付け、<br>筑前煮、オクラの胡麻和<br>え、キャベツの甘酢和え<br>456kcal                 | <b>30 ベルガモット</b><br><br>御陵前護士部の<br><b>脳トレ講座</b><br>言葉ピラミッド<br>御飯、チキン南蛮タル<br>タルソース、桜えびしん<br>じょの炊き合わせ、小松<br>菜とじゃこの和え物、胡<br>瓜のピリ辛漬け 662kcal | <b>9月の行事ピックアップ!</b><br><b>9/20(月) 敬老の日イベント</b><br>懐かしい曲を<br>一緒に歌って<br>お祝いしましょう。<br> |                                                                                                                                       |

※第2、4週は季節のお風呂「巨峰の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ベルガモット」をお楽しみください。※メニューには全てスープが付きま。

## 9月のお風呂

## 9月のアロマミスト

## 編集部コラム



### 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。



### 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言われていま。

食欲にスポーツ、芸術と、秋と聞いて思い浮かぶものはたくさんありますが、皆さんは何を思い浮かべますか？出版大手の講談社では、今年はじめて電子書籍の売上が紙書籍の売上を超えたそうです。どこでも買えることで果ごもり需要を満たした他に、文字をおおきくできる、かさばらないという点も人気の理由のようです。読書の秋、いかがですか。



デイサービス オーク倶楽部 御陵前 **TEL.072-243-7555**

〒590-0835 堺市堺区西湊町 1-3-24

【ホームページ】 <https://www.oak-club.jp/>

【スタッフブログ】 <https://ameblo.jp/oak-club>

