

Oak Club Report

2022年5月
令和4年5月1日(通巻75号)

Happy Birthday

4月にお誕生日を迎えた皆様の
この一年が幸福と健康に満ちた
日々でありますように。



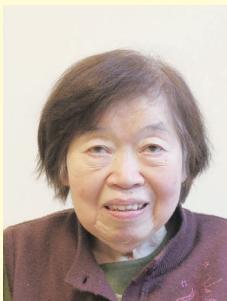
F.I 様



T.O 様



K.K 様



O.S 様

Event

御陵前のイベント紹介

■フルート・オカリナ演奏会

上條美鈴様をお迎えして「フルート・オカリナ演奏会」を開催しました。フルートのやさしい音色、オカリナの懐かしい響きを楽しめました。歌える曲もあり、演者様とご利用者様の大合唱で大盛り上がりでした。



■日本茶クイズ大会

角野商店様をお招きして「日本茶クイズ」に挑戦しました。お茶についてのクイズでは解説もわかりやすかったです。

最後に香り高いほうじ茶を召し上がり、皆さま「美味しい!」と味わっておられました。



Activity

御陵前のアクティビティ紹介

■季節のクッキング

「もちもち桜もち」作りに挑戦しました。今回は関東風の桜餅です。白玉粉を入れることでもちもちに仕上りました。桜葉の香りも良く、春を感じる本格的な和菓子の仕上がりに大満足でした。



■手話歌講座

手遊び感覚で表現する手話歌。手の動きを覚えて曲に合わせてスタッフと一緒に披露しました。続けることで歌詞と手の動きの意味が繋がり、覚えやすくなりますよ。



令和4年5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	2 ローズ 憲法記念日 御陵前介護士の四季のお茶講座 新茶 肉入りたぬきそば、ごま南瓜煮、チングン菜のしらす和え、みかん缶 508kcal	3 ローズ 御陵前介護士の四季のお茶講座 新茶 御飯、タチウオのバター醤油風味焼き、枝豆焼壳、春菊のおかか和え、柚子大根、みそ汁 580kcal	4 ローズ みどりの日 御陵前介護士の口腔講座 健口体操 御飯、クリームシチュー、厚揚げと大根煮、ほうれん草のわさび和え、アロラジュレ 582kcal	5 ローズ こどもの日 御陵前ダンス部のダンス講座 座ってできるダンス 彩りちらし寿司、南瓜煮、茄子のあおし煮、杏仁豆腐、すまし汁 637kcal	6 ローズ 御陵前介護士の春の音楽鑑賞会 母に捧げる歌特集 御飯、アジの南蛮漬け、さつま芋と昆布の煮物、ひじきと牛蒡の金平、彩りシーザー風サラダみそ汁 562kcal	7 ローズ 御陵前介護士の春の音楽鑑賞会 母に捧げる歌特集 御飯、厚揚げと牛ミンチの甘辛煮、マカラニトマトソース、冬瓜のガニ風味あんかけ、カリフラワーのマリネ、コンソメスープ 593kcal			
8 母の日	9 菖蒲の湯 絵が得意なスタッフのなぞり絵講座 自律神経を整えるなぞり絵 御飯、鶏のさっぱり煮、厚焼き玉子、キャベツのしらす和え、大根とハムの中華ドレサラダ、すまし汁 605kcal	10 菖蒲の湯 御陵前介護士の植物講座 菖蒲とあやめ 御飯、水餃子鍋、貝と根菜の五目煮、ツナマコロニサラダ 586kcal	11 菖蒲の湯 野村看護師の健康講座 ふくらはぎ 御飯、白身魚のフライ（タルタルソース）、筑前煮、オクラの胡麻和え、キャベツの甘酢和え、みそ汁 573kcal	12 菖蒲の湯 西岡介護士の音楽講座 夏は来ぬ 焼きうどん（しょうゆ味）、桜えびしんじょの炊き合せ、いんげんのピーナッツ和え、うずら豆 356kcal	13 菖蒲の湯 御陵前介護士の季節の文香 ローズ ビーフカレー、菜の花のくるみ和え、南瓜サラダ、つぼ漬け 639kcal	14 菖蒲の湯 御陵前介護士の手話歌講座 脳を活性化させる手話歌 御飯、チキンのトマト煮込み、里芋のごま味噌煮、ひじきと大豆の煮物、コーンとツナのサラダ、コンソメスープ 536kcal			
15	16 ローズ 御陵前介護士の防災講座 火事から身を守る 高菜ご飯、鶏の唐揚げ、さつま芋の彩り煮、三色ピーマンとジャコの当座煮、抹茶ババロア、みそ汁 686kcal	17 ローズ 絵が得意なスタッフのなぞり絵講座 自律神経を整えるなぞり絵 御飯、マスの南蛮漬け、南瓜シユーマイ、白菜と竹輪の和え物、ほうれん草のソテー、すまし汁 610kcal	18 ローズ 料理好きスタッフの季節のクッキング 抹茶蒸しパン デミカツ丼、さつま芋のレモン煮、キャベツと鶏肉の胡麻ドレサラダ、みそ汁 794kcal	19 ローズ 料理好きスタッフの季節のクッキング 抹茶蒸しパン 御飯、サワラのバター醤油風味焼き、スペゲティナボリタン、菜の花の胡麻よごし、黒豆、すまし汁 570kcal	20 ローズ 御陵前介護士のスクラッチアート あじさい 御飯、メンチカツ、ふっくら高野の合せ煮、春菊のおろし、黄桃缶、コンソメスープ 594kcal	21 ローズ 御陵前介護士の季節の文香 ローズ 御飯、鶏肉の山賊焼き、ビーフン炒め、茄子のおろし煮、白菜のレモン酢和え、みそ汁 688kcal			
22	23 菖蒲の湯 御陵前看護師の脳トレ講座 オノマトペクイズ 御飯、ホッケの幽庵焼き、白菜とミニチの炒め物、あさりのしぐれ煮、フルーツミックス、みそ汁 491kcal	24 菖蒲の湯 御陵前介護士のカラーシールアート あじさい かき揚げうどん、大根と昆布の煮物、白花豆 518kcal	25 菖蒲の湯 西岡介護士の音楽講座 夏は来ぬ 散らし寿司、ごま南瓜煮、チングン菜のツナ和え、フルーツみつ豆、みそ汁 604kcal	26 菖蒲の湯 野村看護師の健康講座 ふくらはぎ 御飯、ブルゴギ風、南瓜コロッケ、春菊の胡麻和え、みかん缶、中華スープ 673kcal	27 菖蒲の湯 工芸好きスタッフの季節のクラフト くるくるアート 御飯、サーモンフライ、がんもの含め煮、小松菜のピーナッツ和え、ビーンズサラダ、みそ汁 610kcal	28 菖蒲の湯 工芸好きスタッフの季節のクラフト くるくるアート 御飯、鶏肉のクリーム煮、じゃが芋のコンソメ煮、ブロッコリーのおかか和え、杏仁豆腐、コンソメスープ 552kcal			
29	30 ローズ 御陵前介護士の手話歌講座 脳を活性化させる手話歌 シーフードカレー、れんこんの金平、アロエフルーツミックス 482kcal	31 ローズ 御陵前看護師の脳トレ講座 オノマトペクイズ 御飯、アジの塩焼き、桜えびしんじょの炊き合せ、いんげんの胡麻和え、ごぼうサラダ、みそ汁 505kcal	5月の行事ピックアップ!						
5月2日(月)・3日(火) 「四季のお茶講座」				5月6日(金)・7日(土) 「母の日音楽鑑賞会」					
5月は新茶の季節。 新茶ならではの甘味・旨味 を感じることができます。お楽しみに!				母への日頃の感謝を表す 「母の日」。母に 関する歌と一緒に 歌ってお祝いしましょう。					
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									

※第2、4週は季節のお風呂「菖蒲の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ローズ」をお楽しみください。

5月のお風呂



菖蒲は多くの精油成分を含んでおり、血行を促進させる作用があります。菖蒲の香りは気持ちをリラックスさせてくれます。



5月のアロマミスト

編集部コラム

ローズには鎮静作用があり、香りは気持ちを落ち着かせリラックスさせます。感性を刺激し、気分を高揚させ、幸福感をもたらします

5月9日はアイスクリームの日です。歴史は意外にも古く、1964年に東京アイスクリーム協会が始めたイベントがきっかけなのだと。冷菓の季節には少し早い気もしますが、暦の上ではたしかに夏。気温の変化にむけて、体調管理には気を付けていただきたいですね。



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>

