

Oak Club Report

Goryomae

2023年5月

令和5年5月1日(通巻87号)

Happy Birthday

4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.O 様



K.K 様



M.T 様

Event

御陵前のイベント紹介

■ 大阪城と桜を眺めながら頂く「春の会席料理」

春の陽気を感じ、大阪城を眺めながら食事ができるKKRホテル12階、聚楽庵にて、春の会席料理を頂きました。今年は桜の開花が早く、食事会の日は満開の時期を少しすぎた時でしたが、それでもたくさん咲いている桜をみながらということもあり、食事だけでなく、風景にも満足そうにされていました。



Activity

御陵前のアクティビティ紹介

■ 関東風の桜餅で春を感じる

関東風の桜餅、長命寺を作りました。白玉粉を加えた薄焼き生地はもっちりしっとりとして、関西風の道明寺とはまた違った食感を楽しみました。ホットプレートで花びらのように薄く生地を焼き上げました。

桜葉で包むと周りに香りが広がり、春を感じられる桜餅の仕上がりに大満足でした。



■ 冷涼感ある香りの「ペパーミント」について

ガムや歯磨き粉でも馴染みのある「ペパーミント」のアロマオイルについてお話ししました。冷涼感ある香りで、メントールには冷感作用もあるので入浴剤として使われていることもあります。クイズにも挑戦され、集中して問題に取り組まれました。今回からアロマオイルを染み込ませたThanksタグにワイヤータイを付けました。

葉にもなるので数日間は香りを楽しんでくださいな。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

5月の外出昼食会

熟成宮崎牛の鉄板焼き

南海グリル 東店にて

開催日：5月11日(木)

岸里・御陵前・林寺 各10名様

料金：4,900円

※申込後、5月6日以降にキャンセルした場合、キャンセル料が発生します。

令和5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 ローズ 御陵前介護士の トレーニングピックアップ 雨上がりの虹 赤飯、ポークチャップ、南瓜コロッケ、小松菜とエノキの和え物、白菜のレモン酢和え 572kcal	2 ローズ 御陵前介護士の アロマ文香 ローズ スパイスチキンカレーツナマカロニサラダ 福神漬 抹茶のパパロア 544kcal	3 ローズ 憲法記念日 御陵前介護士の クッキング ちまき型クレープ 御飯、豚肉と舞茸のバターポン酢炒め、じゃが芋のコンソメ煮、いんげんの胡麻和え、三色ピーマンのマリネ、みそ汁 563kcal	4 ローズ みどりの日 御陵前介護士の クッキング ちまき型クレープ 御飯、白身魚のレモンペーパーンター、さつま芋の炒り煮、白菜と竹輪の和え物、菜の花の白和え、みそ汁 453kcal	5 ローズ こどもの日 御陵前介護士の 脳力トレーニング 四字熟語 彩りちらし寿司 焼売 春菊のナムル アセロラジュレ 657kcal	6 ローズ 御陵前介護士の 防災セミナー 火事から身を守る 御飯、豚肉の塩だれ炒め、キャベツと焼売のソテー、オクラのおかか和え、ごぼうサラダ、コンソメスープ 532kcal
7	8 菖蒲の湯 御陵前介護士の ダンス 座ってできるダンス 肉入りのたけのこ、さつま芋とレーズンの煮物、ハムとキャベツのマリネ 584kcal	9 菖蒲の湯 御陵前介護士の 四季のお茶 甘酒で飲むヨーグルト 御飯、プリの利休焼き、大豆と竹輪の甘辛煮、大根葉とジャコの炒り煮、牛蒡の辛子マヨ和え、みそ汁 573kcal	10 菖蒲の湯 西岡介護士の ピアノと歌う 茶摘み 御飯、豚肉と舞茸の生姜炒め煮、じゃが芋コロッケ、菜の花のおかか和え、カリフラワーのマリネ、コンソメスープ 629kcal	11 菖蒲の湯 御陵前介護士の 大人のトリビア あやめ・菖蒲・杜若 御飯、サワラのバター醤油風味焼き、和風スパゲティ、茄子のしき焼き、鶏肉と人参のクリーム煮、みそ汁 565kcal	12 菖蒲の湯 御陵前介護士の 音楽鑑賞会 母にささげる歌 御飯、クリームシチュー、ハヤシオムレツ、春菊のおかか和え、アロエフルーツミックス 499kcal	13 菖蒲の湯 御陵前介護士の 音楽鑑賞会 母にささげる歌 御飯、肉団子の酢豚風、炒り豆腐、チンゲン菜と蒲鉾の和え物、うぐいす豆、中華スープ 617kcal
14	15 ローズ 御陵前介護士の 手話歌 脳を活性化させる手話歌 御飯、水餃子鍋、さつま芋とレーズンの煮物、ハムとキャベツのマリネ 509kcal	16 ローズ 御陵前介護士の ダンス 座ってできるダンス 御飯、アジの煮付け、ハムと玉ねぎの玉子とじ、いんげんと竹輪の和え物、大根の三杯酢和え、みそ汁 473kcal	17 ローズ 御陵前介護士の セルフセラピー ハンドマッサージ 御飯、豚肉の柚子味噌炒め、厚揚げのおかか煮、二色和え、ライチジュレ、すまし汁 543kcal	18 ローズ 西岡介護士の ピアノと歌う 茶摘み 御飯、サーモンフライ、じゃが芋のうま煮、オクラの胡麻和え、わかめの青ドレサラダ、コンソメスープ 526kcal	19 ローズ 御陵前介護士の セルフセラピー ハンドマッサージ かき揚げそば 里芋の田舎煮 三色豆 535kcal	20 ローズ 御陵前介護士の 脳力トレーニング 四字熟語 御飯、肉じゃが、おでん風煮、いんげんのドレッシング和え、白菜の生姜和え、みそ汁 570kcal
21	22 菖蒲の湯 御陵前介護士の 四季のお茶 甘酒で飲むヨーグルト サケ散らし寿司 南瓜コロッケ チンゲン菜のしらす和え 白花豆 567kcal	23 菖蒲の湯 御陵前介護士の 手話歌 脳を活性化させる手話歌 御飯、牛肉と筍のオイスターソース炒め、枝豆焼売、菜の花の辛子和え、ポテトサラダ、コンソメスープ 636kcal	24 菖蒲の湯 御陵前介護士の 大人のトリビア 駅弁物語 Event 駅弁	25 菖蒲の湯 野村看護師の 健康セミナー リフレッシュ効果 御飯、イワシ生姜煮、ふくら高野合せ煮、オクラとコーンのツナ和え、刻みたくあん、みそ汁 461kcal	26 菖蒲の湯 御陵前介護士の クラフトアート 花びらキーホルダー 御飯、鶏のおろし煮、マカロニソテー、青菜と鮭の焼浸し、みかん缶、すまし汁 576kcal	27 菖蒲の湯 御陵前介護士の クラフトアート 花びらキーホルダー ポークカレー ミモザサラダ 三色ピーマンのマリネ 517kcal
28	29 ローズ 御陵前介護士の アロマ文香 ローズ 御飯、サワラの幽庵焼き、筑前煮、ひじき煮、フルーツみつ豆、みそ汁 525kcal	30 ローズ 御陵前介護士の トレーニングピックアップ 雨上がりの虹 焼うどん(しょうゆ味) じゃが芋コロッケ ブロッコリーとコーンのサラダ 456kcal	31 ローズ 御陵前介護士の 大人のトリビア あやめ・菖蒲・杜若 豚丼 大根葉とジャコの炒り煮 ビーンズサラダ 567kcal	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。	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	5月の行事ピックアップ! 5/24(水) 特別企画。駅弁! 5月24日(水)の昼食は駅弁お取り寄せです。3種類からお好きな駅弁をご注文ください!

※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



菖蒲の湯

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

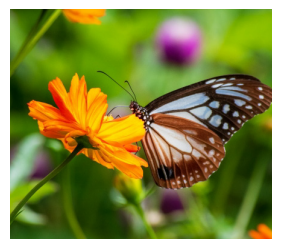


ローズ

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。

編集部コラム

もともと、昭和天皇の誕生日だった4月29日が「みどりの日」でした。しかし、平成17年(2005年)の祝日法改正により、4月29日は「昭和の日」、5月4日が「みどりの日」になりました。みどりの日には、日本各地で自然に親しむイベントが行われたり、国公立の動物園や公園、植物園などが入園無料になったりします。



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>

