

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。



H.T 様



K.F 様



F.W 様

Event

御陵前のイベント紹介

■ 外出昼食会 ～贅沢な和の空間での『会席料理』～

8月の外出昼食会は、さかい利晶の杜に併設する、湯葉と豆腐の店「梅の花」で会席料理を頂きました。贅沢な和の空間での食事に、普段より箸も進み、会話も楽しんでおられました。メニューも天ぷらに西京焼き、牛すき煮と盛りだくさんでしたが、しっかりと召し上がられていましたよ。



Activity

御陵前のアクティビティ紹介

■ 薄い生地を箸にくるくると巻いて食べる『はしまき』

ホットプレートを使って、「はしまき」に挑戦されました。「はしまき」とは・・・大阪よりも西の中国・九州地方のお祭りの屋台で売っている定番料理です。お好み焼きを薄く楕円形に伸ばしながら生地を焼いていただき、生地をひっくり返す時は立ち上がっていました。焼いた生地に割り箸で巻いてトッピングすると、絶品な「はしまき」が出来上がり!! 美味しいね!と話されながら完食されました。



■ 絵手紙 ～夏の風物詩～

夏の風物詩を題材にした、「絵手紙」をしました。ハガキに堂々と大きく絵を描いている姿は、自信に溢れていました。筆ペン・色鉛筆・水ペン全てを使いこなしながら、作品を完成されました。指先を使うことで、脳の活性化にもなり、出来上がった作品とにこやかな表情で写真撮影されました。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

大正琴演奏会

開催日:2023年9月18日(祝・月)

参加費:2,000円

※9月15日よりキャンセル料がかかります。

12時～ 昼食会

※写真はイメージです。
※当日の食事は、お重ランチのみとなります。



13時～ 演奏会

琴修会 南大阪支部による大正琴の演奏会



令和5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) |
|---|--|--|---|---|--|---|
| 9月の行事ピックアップ! 9/13(水) メキシカンイベント シェーカーを使ったパフォーマンスを行います。 楽しく華やかな気分を味わえるレシピをお楽しみ下さい! | | | 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 | 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。 | 1 ベルガモット ★☎🎵 御陵前介護士の トレーニングピクチャー 絵手紙 赤飯、鶏肉のねぎ塩だれ、木の葉南瓜、ほうれん草のおかか和え、アロエフルーツミックス 512kcal | 2 ベルガモット ★☎🎵 御陵前介護士の 手話歌 手話=手勢を感じる 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 605kcal |
| 3 | 4 巨峰の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の トレーニングピクチャー 絵手紙 御飯、鶏肉のバセリバター風味ソテー、さつま芋とレーズンの煮物、キャベツとさつま揚げの煮浸し、昆布佃煮、コンソメスープ 544kcal | 5 巨峰の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 四季のお茶 ごぼう茶 御飯、アジの煮付け、ハムと玉ねぎの玉子とじ、いんげんや竹輪の和え物、大根の三杯酢和え、みそ汁 446kcal | 6 巨峰の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の アロマ文香 ベルガモット カツカレー キャベツとカニカマのサラダ、つぼ漬け、ふじりんごゼリー 576kcal | 7 巨峰の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 脳カトレーニング 日本一周 Quizの旅 御飯、縞ホッケの味噌焼き じゃが芋のうま煮 オクラの胡麻和え、三色豆すまし汁 503kcal | 8 巨峰の湯 ★☎🎵 西岡介護士の ピアノと歌う パラが咲いた 冷やし鶏天うどん 桜えびしんじょの炊き合せ キャベツのめた 454kcal | 9 巨峰の湯 ★☎🎵 西岡介護士の ピアノと歌う パラが咲いた 御飯、肉じゃが、大豆とベーコンのケチャップ炒め、いんげんのドレッシング和え、白菜の生姜和え、みそ汁 596kcal |
| 10 | 11 ベルガモット ★☎🎵 御陵前介護士の ダンス 座ってできる dance サケ散らし寿司 南瓜コロケ チンゲン菜のしらす和え 白花豆 568kcal | 12 ベルガモット ★☎🎵 御陵前介護士の マンスリー flower 9月の花 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 616kcal | 13 ベルガモット ★☎🎵 メキシカンイベント 「カクテル披露」 【メキシカンタコライス】 | 14 ベルガモット ★☎🎵 野村看護師の 健康セミナー 秋の食欲増加 御飯、イワン生姜煮 ふっくら高野の合せ煮 春菊のお浸し 刻みたくあん、みそ汁 438kcal | 15 ベルガモット ★☎🎵 御陵前介護士の クッキング おはぎ 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 535kcal | 16 ベルガモット ★☎🎵 御陵前介護士の クッキング おはぎ ポークカレー ミモザサラダ 三色ビーマンのマリネ 518kcal |
| 17 | 18 巨峰の湯 敬老の日 ★☎🎵 イベント 大正琴 「特別演奏」 特別食 【お重ランチ】 | 19 巨峰の湯 🗣️★☎🎵 御陵前介護士の 脳カトレーニング 日本一周 Quizの旅 焼うどん(しょうゆ味) じゃが芋コロケ ブロッコリーとコーンのサラダ 464kcal | 20 巨峰の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 音楽鑑賞会 秋の歌 豚丼 大根葉とジャコの炒り煮 ビーンズサラダ みそ汁 557kcal | 21 巨峰の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の ダンス 座ってできる dance 御飯、鶏肉のクリーム煮、和風スパゲティ、小松菜の土佐和え、ひとくち焼いも風、コンソメスープ 571kcal | 22 巨峰の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 大人のトリビア 難読漢字 御飯、白身魚のフライ(オーロラソース)、蓮根と里芋のおかか煮、チンゲン菜とカニカマの和え物、フルーツミックス、コンソメスープ 562kcal | 23 巨峰の湯 秋分の日 ★☎🎵 御陵前介護士の アロマ文香 ベルガモット 御飯、鶏のさっぱり煮、ヘルシーチンジャオ、春菊の胡麻和え、南瓜サラダ、すまし汁 524kcal |
| 24 | 25 ベルガモット ★☎🎵 御陵前介護士の クラフト フラワーアレンジメント 御飯、えびカツ、さつま芋の煮しめ、わかめ中華ドレ和え、ブロッコリーサラダ、すまし汁 543kcal | 26 ベルガモット ★☎🎵 御陵前介護士の クラフト フラワーアレンジメント ハヤシライス いんげんのドレッシング和え 南瓜と枝豆のサラダ 494kcal | 27 ベルガモット ★☎🎵 御陵前介護士の 大人のトリビア 難読漢字 御飯、サバの照焼き、茄子と牛ひき肉のトマト煮、白菜と揚げの煮浸し、彩りシーザー風サラダ、みそ汁 594kcal | 28 ベルガモット ★☎🎵 御陵前介護士の 音楽鑑賞会 秋の歌 肉そば さつま芋のバター風味炒め、大根とハムの中の中華ドレサラダ、黒豆 677kcal | 29 ベルガモット ★☎🎵 野村看護師の 健康セミナー 秋の食欲増加 御飯、サワラの塩焼き、大豆コンソメ煮、小松菜の胡麻和え、アロエフルーツミックス、すまし汁 463kcal | 30 ベルガモット ★☎🎵 御陵前介護士の マンスリー flower 9月の花 御飯、鶏肉とキャベツのガリパタ風味、春雨とハムのソテー、青菜と鮭の焼浸し、白花豆、コンソメスープ 614kcal |

※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。

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月のアロマミスト



ベルガモット
 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
 す。

編集部コラム

桃の節句や端午の節句、七夕等と同じ五節句の一つである重陽の節句は、9月9日に行われる伝統的な季節の行事です。旧暦では丁度、菊の花の時期であったことから菊の節句とも呼ばれる昔ながらのイベントとなっています。9月9日には菊の花を飾る、菊の花を浮かべた菊風呂に入るといった菊をテーマに、工夫をしてみるのもおすすめです。

