

Oak Club Report

Goryomae

2024年2月

令和6年2月1日(通巻97号)

Happy Birthday

2024年1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。



K.I 様



H.I 様



H.O 様



H.K 様



T.K 様



C.N 様



T.M 様



S.Y 様

Event

御陵前のイベント紹介

■ 新年行事 鏡開き

鏡開き(「かがみわり」ともいわれる)は、正月に神や仏に供えた鏡餅を下げて食べる、日本の行事です。

オーク倶楽部では新年の始まりに新春特別行事を開催し、代表のご利用様と一緒に鏡開きで新しい年をスタートしました。最後には毎年恒例の大阪締めで、大きなかけ声とともに皆様のご健康とご多幸をお祈りしながら甘酒で乾杯しました。昼食では、お祝い御膳を召上がりしました。



■ 外出昼食会

新年初回の外出昼食会は、毎年恒例となっています住吉大社吉祥殿へ行きました。住吉大社の雰囲気と懐石料理を前に、召し上がられる前からワクワクされた様子で、会話ははずんでおられました。古来から伝承された調理法や技術を凝らした食事に、とて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

■ クラフト

講師の方をお招きし、「ホイップデコ」に参加されました。シリコンで出来たホイップをネーム入りのキーホルダーの上にパーツをのせていただきました。たくさんあるパーツの中から、どれにしようか悩まれていました。素敵なキーホルダーが完成され他のご利用者様と見せ合っていました。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

南海グリル東店 お食事会



2月16日(金) 5,400円

岸里・御陵前・林寺 各10名様

※ご希望の方は、お早めにお申込みください。

美味しいビフテキ、
おいしい幸せ
熟成宮崎牛のステーキを
鉄板焼きで

※写真はイメージです。料理の内容は変更となる場合がございます。
※申込後、2月9日(金)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6年2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)
		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、ご飯が付きまします。	1 ティーツリー ★☎🎵 御陵前介護士の 能力トレーニング 日本一周Quizの旅 ハム入り醤油ラーメン、ぎょうざ、菜の花の和え物 337kcal	2 ティーツリー ★☎🎵 御陵前介護士の ダンス 座ってできるdance メンチカツ、付け合せ(ポイルキャベツ)、ヒジキ煮、ほうれん草のお浸し、漬物、味噌汁 323kcal	3 ティーツリー ★☎🎵 御陵前介護士の 大人のトリビア 節分 豚とキャベツのみそ炒め、がんも煮、彩り野菜(花型人参)、えんどうの炒め物、味噌汁 340kcal
4	5 蓬の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 大人の写字 2月の俳句 鯖の照焼、付け合せ(赤板)、冬瓜の煮付、いんげんとツナの炒め物、味噌汁 272kcal	6 蓬の湯 ★☎🎵 西岡介護士の ピアノと歌う バラが咲いた 菜飯、根菜のクラムチャウダー、大根の柚子風味煮、みかん 230kcal	7 蓬の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 能力トレーニング 日本一周Quizの旅 カレーうどん、コーンフライ、胡瓜のなめたけ和え 330kcal	8 蓬の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 手話歌 手話歌=手勢を感じる おろしかつ、南瓜の煮物、キャベツの塩昆布炒め、漬物、味噌汁 336kcal	9 蓬の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の アロマ文香 ティーツリー 親子丼、高野の含め煮、からし菜の炒め物、味噌汁 293kcal	10 蓬の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の アロマ文香 ティーツリー ロールキャベツマトソース、きのこスパノテー、えんどうの炒め物、漬物、コンソメスープ 173kcal
11 建国記念の日	12 ティーツリー ★☎🎵 御陵前介護士の 四季のお茶 黒豆茶 シーフードカレー、かぼちゃコロッケ、冬瓜の煮付、漬物 281kcal	13 ティーツリー ★☎🎵 御陵前介護士の 四季のお茶 黒豆茶 豆腐ハンバーグ照焼ソース、茄子の煮浸し、いんげんとツナの炒め物、漬物、味噌汁 443kcal	14 ティーツリー ★☎🎵 御陵前介護士の 音楽鑑賞 昭和名曲集 豚丼、じゃが芋の甘辛炒め、ブロッコリーの和え物、味噌汁 321kcal	15 ティーツリー ★☎🎵 御陵前介護士の 大人の写字 2月の俳句 とろろ昆布そば、花型豆腐の煮付、キャベツの塩昆布炒め、漬物 324kcal	16 ティーツリー ★☎🎵 野村看護士の 健康セミナー かかとのひび割れ 鯖の味噌煮、付け合せ(しめじ)、高野の含め煮、ほうれん草の菜種和え、味噌汁 354kcal	17 ティーツリー ★☎🎵 御陵前介護士の 音楽鑑賞 昭和名曲集 デミハンバーグ、付け合せ(スナックエンドウ)、里芋の含め煮、彩り野菜(花型人参)、切干大根のごま油炒め、漬物、味噌汁 280kcal
18	19 蓬の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の クッキング パントリュフ つくね塩ちゃんこ、冬瓜の煮付、ピーマンの炒め物、味噌汁 316kcal	20 蓬の湯 📺★☎🎵 御陵前介護士の クッキング パントリュフ カレイの煮付、付け合せ(赤板)、大豆煮、小松菜のごま和え、漬物、味噌汁 206kcal	21 蓬の湯 ★☎🎵 プロダンサー指導の 社交ダンス 花岡講師 豚とキャベツのみそ炒め、南瓜の煮物、えびと豆腐の天ぷら、味噌汁 339kcal	22 蓬の湯 ★☎🎵 野村看護士の 健康セミナー かかとのひび割れ 味噌カレーラーメン、ねりこみ、ゼリー 419kcal	23 蓬の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の クラフト 刺繍枠の花飾り おろしかつ、ヒジキ煮、からし菜の炒め物、味噌汁 322kcal	24 蓬の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の クラフト 刺繍枠の花飾り 鶏入り筑前煮、きのこ玉子焼、カリフラワーの煮付、漬物、味噌汁 284kcal
25	26 ティーツリー ★☎🎵 周年イベント 特別演者 お祝いランチ ※通常メニューと異なります。	27 ティーツリー ★☎🎵 御陵前介護士の マンスリーflower 2月の花 鯖の味噌煮、付け合せ(赤板)、キャベツの塩昆布炒め、菜の花の和え物、漬物、味噌汁 278kcal	28 ティーツリー ★☎🎵 特別講師の アロマレッスン アロマの香りに触れる きつねうどん、里芋の含め煮、彩り野菜(花型人参)、ほうれん草の菜種和え 327kcal	29 ティーツリー ★☎🎵 御陵前介護士の トレーニングピクチャー 絵手紙 えびカツ、付け合せ(ポイルキャベツ)、切干大根の煮付、胡瓜のなめたけ和え、漬物、味噌汁 266kcal	2月の行事ピックアップ! 2/26(月) 周年イベント 2月26日(月)、特別演者様をお招きし、盛大なパフォーマンスを披露します。是非、お楽しみください。	

※第2、4週は季節のお風呂「蓬の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ティーツリー」をお楽しみください。

2月のお風呂



蓬の湯

蓬(よもぎ)は血行を促進させ、肩こりや腰痛などをやわらげる働きがあります。香りはストレス解消や安眠にもよいといわれています。

2月のアロマミスト



ティーツリー

数ある精油の中でもラベンダーと並んで世界的に使われているティーツリー。細菌、真菌、ウイルスの3つに対して有用という珍しい精油です。

編集部コラム

バレンタインデーがチョコレートを贈る日とされているのは、実は日本だけです。どこの会社が始めたかは諸説ありますが、神戸モロゾフ製菓、森永製菓など様々な企業がバレンタインデーのキャンペーンを展開し始めたことで「2月14日は女性から好きな男性にチョコレート送って告白する日」という文化が広く浸透しました。



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>

