

# Oak Club Report

## Happy Birthday

2024年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。



Y.I 様



T.O 様



M.T 様

## Event

御陵前のイベント紹介

### ■ 外出昼食会

桜咲く大阪城を眺めながら、KKRホテルのレストラン聚楽庵にて春のランチを召し上がられました。大阪城天守閣や大阪城公園を一望できるレストランということもあり、「大阪城を見ながらご飯を食べることができて幸せ」とお話しされながら、しっかりと召し上がられていました。季節を感じることができる外出に、とても満足されたご様子でした。



## Activity

御陵前のアクティビティ紹介

### ■ 絵手紙

ハガキに筆ペンから色鉛筆・水ペンを使って、表現力を高める絵手紙に挑戦されました。絵手紙とは、「絵のある手紙を送ること」です。送る相手を思いながら絵を描き、文字を添える事で形として表現されました。見本と同様に描くことは難しいですが、個々の思いがしっかりと表現された作品になりました。



### ■ 折形

折形とは、600年以上の歴史のある、武家社会の礼法で、贈り物を和紙で包む日本の伝統文化です。指先を使いながら、端と端を合わせて折る事に苦戦されていましたが、心を込めて折り紙を折りました。ほんの少しの工夫で感謝を伝える事ができます。折形を通して指先の運動や集中力の向上に繋がりました。



### ■ スクラッチアート

スクラッチアートとは、真っ黒なスクラッチ面に削った割り箸を使いながらなぞると、下からカラフルな線が出てくる、「削る塗り絵」の事です。脳トレ目的で選ばれる程、脳を刺激する効果があります。細かい作業でしたが見本を参考に時間を忘れる程、集中されました。



※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

堺の歴史・文化の魅力を発信する  
「さかい利晶の杜」に併設されている

梅の花 さかい利晶の杜店  
にて

季節の特別ランチ

開催日: 5月27日(月)

岸里・御陵前・林寺  
各10名様

料金: 4,800円



※写真はイメージです。料理の内容は当日変更となる場合がございます。  
※申込後、5月21日以降にキャンセルした場合は、キャンセル料が発生します。

# 令和6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)
	<b>記号の見方</b> ★ 体操・機能訓練 ☕ ティータイム 🎵 カラオケ 📄 理容師来所の日	<b>昼食メニューの見方</b> 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 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の トレーニングピクチャー 絵手紙 シーフードカレー コーンフライ 菜の花の和え物 漬物、味噌汁 288kcal	2 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の トレーニングピクチャー 絵手紙 えびフライ、付け合せ(ポ イルキャベツ) ヒジキ煮、冬瓜の煮付 味噌汁 356kcal	3 <b>ローズ</b> ★☕🎵 憲法記念日 御陵前介護士の 大人のトリビア 5月の雑学 豚丼 しょうが天の炒め物 んげんとツナの炒め物 漬物、味噌汁 346kcal	4 <b>ローズ</b> ★☕🎵 みどりの日 西岡介護士の ピアノと歌う みかんの花咲く丘 鶏と厚揚げのオイスター煮 オムレツ ブロッコリーの和え物 味噌汁 280kcal
5 こどもの日	6 <b>菖蒲の湯</b> 振替休日 ★☕🎵 御陵前介護士の ダンス 座ってできるdance 鯛の照焼、付け合せ(し めじ)、高野の含め煮、 からし菜の炒め物、 漬物、味噌汁 300kcal	7 <b>菖蒲の湯</b> ★☕🎵 西岡介護士の ピアノと歌う みかんの花咲く丘 鶏の唐揚げおろしソース 菜の花の和え物 切干大根の煮付 味噌汁 460kcal	8 <b>菖蒲の湯</b> ★☕🎵 御陵前介護士の アロマ文香 ローズ 白身魚の野菜あん 南瓜の煮物 胡瓜のなめたけ和え 味噌汁、漬物 250kcal	9 <b>菖蒲の湯</b> ★☕🎵 御陵前介護士の ダンス 座ってできるdance はんぺんチーズサンド 付け合せ(ナポリタン) 冬瓜の煮付、いんげんと ツナの炒め物、味噌汁 277kcal	10 <b>菖蒲の湯</b> ★☕🎵 御陵前介護士の 手話歌 手話歌=手勢を感じる つくね塩ちゃんこ 大豆煮 小松菜のごま和え 漬物、味噌汁 326kcal	11 <b>菖蒲の湯</b> ★☕🎵 野村看護師の 健康セミナー 口内炎 きつねうどん 南瓜の煮物 枝豆のふんわり天 味噌汁 325kcal
12	13 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の アロマ文香 ローズ シーフードクリームシチュー かぼちゃコロッケ からし菜の炒め物 292kcal	14 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の 大人の写字 5月の俳句 醤油ラーメン きのこと玉子焼 カリフラワーの煮付 288kcal	15 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の 折形 小物入れ 鶏入り筑前煮 花型豆腐の煮付 ピーマンの金平 漬物、味噌汁 323kcal	16 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の 四季のお茶 新茶 海鮮の和風煮込み 南瓜の煮物 金平ごぼう 味噌汁 234kcal	17 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の 四季のお茶 新茶 親子丼 マカロニとウインナーのソテー 菜の花の和え物 漬物、味噌汁 286kcal	18 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の 大人の写字 5月の俳句 ロールキャベツマトソース 高野の含め煮 ほうれん草の菜種和え コンソメスープ 168kcal
19	20 <b>菖蒲の湯</b> ★☕🎵 御陵前介護士の クラフト メモスタンドデコ 長崎ちゃんぽんめん アジフライ ゼリー 413kcal	21 <b>菖蒲の湯</b> 📄★☕🎵 御陵前介護士の クラフト メモスタンドデコ シーフードカレー きのこと玉子焼 もやしの塩炒め 漬物、味噌汁 246kcal	22 <b>菖蒲の湯</b> ★☕🎵 御陵前介護士の 音楽鑑賞会 母の日に捧げる歌 豚丼 ほうれん草の菜種和え さつま芋の甘煮 漬物、味噌汁 350kcal	23 <b>菖蒲の湯</b> ★☕🎵 御陵前介護士の 折形 小物入れ 豆腐ハンバーグきのこソース 南瓜の煮物 ピーマンの金平 味噌汁 346kcal	24 <b>菖蒲の湯</b> ★☕🎵 御陵前介護士の クッキング 動物カップケーキデコ ポトフ オムレツ ブロッコリーの和え物 245kcal	25 <b>菖蒲の湯</b> ★☕🎵 御陵前介護士の クッキング 動物カップケーキデコ すき焼風煮 南瓜の煮物 胡瓜のなめたけ和え 味噌汁 284kcal
26	27 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の 音楽鑑賞会 母の日に捧げる歌 中華丼 ぎょうざ からし菜の炒め物 漬物、中華スープ 212kcal	28 <b>ローズ</b> ★☕🎵 野村看護師の 健康セミナー 口内炎 豚の生姜焼き きのこと玉子焼 カリフラワーの煮付 味噌汁 291kcal	29 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の 防災訓練 火災 チキンカレー 花型豆腐の煮付 ピーマンの金平 漬物 346kcal	30 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の 大人のトリビア 5月の雑学 きつねうどん 肉団子 いんげんとツナの炒め物 337kcal	31 <b>ローズ</b> ★☕🎵 御陵前介護士の マンスリーflower 5月の花 カレイの煮付、付け合せ (赤板)、南瓜の煮物 ブロッコリーの和え物 漬物、味噌汁 195kcal	<b>5月の行事 ピクアップ!</b> <b>5/29(水)防災訓練</b> 5月29日(水)は、 火災を想定した 避難連を実施いたします。 いざという時に備えましょう。

※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>

