ご利用者様とオーク倶楽部を結ぶ情報誌「オーク倶楽部 御陵前レポート」

Oak Club Report

Goryomae
2025年4月
令和 7年 4月 1日（通巻 110号）

Happy Birthday

2025年3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。

I.A 様

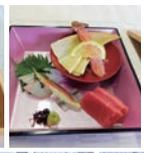
T.N 様

Y.Y 様

Event　御陵前のイベント紹介

■ 日帰り旅行

オーク倶楽部では「旬のものを美味しく食べよう」という企画を、年間を通して行っています。すっかり恒例になった冬の味覚の王様、新鮮なズワイガニを食べるツアーです。カニ刺し、カニ鍋、最後は釜めしまであって大満足でした。やはりカニは格別なようで、普段食の細いご利用者様もたくさん召し上がっていました。



■ 周年イベント

この度、御陵前は、9周年を迎えました。昼食には沖縄ランチを召し上がり、普段と違うお食事に喜ばれていました。午後からは、「デビッドちんすこう」様にお越しいただきました。音楽に合わせながら楽しいトークと最高のパフォーマンスを披露され、何度も驚きと拍手が飛び交っていました。ご利用者様との距離も近く、楽しい時間を過ごされました。

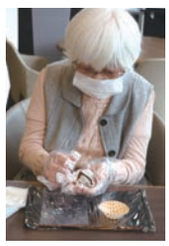
Activity　御陵前のアクティビティ紹介

■ クラフト

講師の高嶋先生をお招きして「ポーセラーツ」に参加されました。ご自身でお好きな転写紙を選び、水につけた転写紙を台紙からそっと剥がしました。剥がした転写紙はプレートの好きな場所に配置されました。配置場所が変わることで個性ある作品が出来上がりました。

■ クッキング

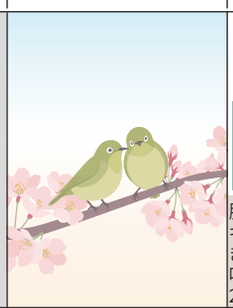
求肥を使いフルーツ大福を作りました。皆さま慣れた手つきでチョコ餡でバナナを包み、その後、柔らかい求肥でそっと包み込みました。チョコ餡とバナナの相性は抜群で「甘くて美味しい！」と大好評でした。



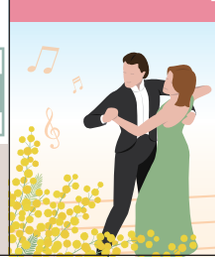
※写真撮影の際はマスクを外しております。

令和７年４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 御陵前介護士の トレイシングピクチャー 絵手紙 豚の生姜焼き キャベツのゆかり和え きのこ玉子焼 味噌汁 276kcal	2 御陵前介護士の トレイシングピクチャー 絵手紙 コロッケ二種盛 付）ボイルブロッコリー 大豆煮、菜の花の煮浸し コンソメスープ、漬物 304kcal	3 御陵前介護士の 音楽鑑賞会 春歌特集 酢豚 小松菜のごま和え 冬瓜の煮付 中華スープ 292kcal	4 御陵前介護士の 大人のトリビア 春野菜の雑学 すき焼風煮 チヂミ しめじのポン酢和え 味噌汁、漬物 262kcal	5 御陵前介護士の カラーセラピー にっぽんの色～４月～ 鯖の味噌煮 付）筍煮 胡瓜のなめたけ和え 人参の炒め物、味噌汁 243kcal
6	7 桜の湯 御陵前介護士の カラーセラピー にっぽんの色～４月～ 白身魚のチリソース 菜の花の和え物 もやしの塩炒め 中華スープ 216kcal	8 桜の湯 御陵前介護士の 音楽鑑賞会 春歌特集 桜ごはん 肉詰めいなりのあんかけ キャベツの桜えび炒め すまし汁、ゼリー 134kcal	9 桜の湯 御陵前介護士の 能力トレーニング 関西方言Quiz 醤油ラーメン 冬瓜の煮付 野菜入りつくね 266kcal	10 桜の湯 野村看護師の 健康セミナー 花粉症皮膚炎 中華丼 里芋の含め煮 春巻 中華スープ、漬物 244kcal	11 桜の湯 御陵前介護士の 手話歌 手話＝手勢を感じる ロールキャベツトマトソース 枝豆のふんわり天 からし菜の炒め物 コンソメスープ 165kcal	12 桜の湯 野村看護師の 健康セミナー 花粉症皮膚炎 豆腐ナゲット、付）ナポリタン 茄子の煮浸し ブロッコリーの和え物 味噌汁、漬物 366kcal
13	14 御陵前介護士の ダンス 座ってできるdance 照焼チキン 付）しめじ チンゲン菜のごま炒め チヂミ、味噌汁 206kcal	15 御陵前介護士の 大人の写字 高浜虚子 肉じゃが がんも煮 カリフラワーの甘酢和え 味噌汁、漬物 344kcal	16 プロダンサー指導の 社交ダンス 花岡講師 鯖の照焼 付）赤板 里芋の含め煮 ヒジキ煮、味噌汁 264kcal	17 御陵前介護士の 大人のトリビア 春野菜の雑学 豚とキャベツのみそ炒め もやしの塩炒め うの花 中華スープ、漬物 275kcal	18 御陵前介護士の クッキング 抹茶うぐいす餅 ハムカツ付）ボイルキャベツ 冬瓜の煮付 ブロッコリーの和え物 コンソメスープ 293kcal	19 御陵前介護士の クッキング 抹茶うぐいす餅 豆腐ハンバーグきのこソース 三色ピーマン炒め キャロットラペ 味噌汁 372kcal
20	21 桜の湯 御陵前介護士の 四季のお茶 ジャスミン茶 きつねうどん 小籠包 胡瓜のなめたけ和え 308kcal	22 桜の湯 御陵前介護士の ダンス 座ってできるdance すき焼風煮 菜の花の菜種和え しょうが天の炒め物 味噌汁、漬物 340kcal	23 桜の湯 御陵前介護士の クラフト 梅結びのしおり ゆかりごはん、白身魚の香草焼き、付）ボイルブロッコリー、春菊のおろしポン酢和え、あさりの気巡りスープ ゼリー　163kcal	24 桜の湯 御陵前介護士の クラフト 梅結びのしおり デミハンバーグ、付）しめじ 切干大根の煮付 オムレツ コンソメスープ、漬物 257kcal	25 桜の湯 御陵前介護士の 落語鑑賞会 「てんしき」 鯖の味噌煮 付）筍煮 花型豆腐の煮付 三色ピーマン炒め、味噌汁 281kcal	26 桜の湯 御陵前介護士の 四季のお茶 ジャスミン茶 ミラノ風カツ ほうれん草の菜種和え 麩のだし煮 コンソメスープ、漬物 278kcal
27	28 御陵前介護士の 手話歌 手話＝手勢を感じる チンジャオロース風炒め うの花 南瓜の煮物 中華スープ 254kcal	29 昭和の日 御陵前介護士の 能力トレーニング 関西方言Quiz つくね大葉巻 付）大根おろし、オムレツ えんどうの炒め煮 コンソメスープ、漬物 280kcal	30 御陵前介護士の 落語鑑賞会 「てんしき」 アジフライ 付）ボイルキャベツ 里芋の含め煮 金平ごぼう、味噌汁 265kcal			

４月の行事ピックアップ



4/16（水）は
社交ダンスです！

花岡講師をお招きします。
音楽に合わせて基本ステップを学びましょう。

４月のお風呂

桜の湯には、桜の樹皮を煮出した成分が入っています。湿疹、打身などの炎症を抑える働きがあります。

※第2、4、6週は季節のお風呂「桜の湯」

編集部コラム

花祭りとは、お釈迦様のお誕生日を祝う行事であり、お釈迦様の誕生日である４月８日前後に行われることが多く、仏教において唯一といえるほど珍しいお祭りです。また仏教の行事とは別に、花を愛でるため開催される花祭りもあります。花を目的にレジャーへ出かけてみても楽しそうです。

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。

※カロリー表示にはご飯分のカロリーは含まれておりません。

Oak Club Report
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