

Oak Club Report

Happy Birthday

2025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。



I.Y 様



T.O 様



N.G 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満喫してきました。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。季節を感じる事ができる外出にととても満足された様子でした。



Activity

御陵前のアクティビティ紹介

■ 社交ダンス

講師の花岡先生をお招きし、社交ダンスの基本をご指導いただきました。手拍子から足踏み、そして、講師にリードしていただきながら優雅にステップを踏みながら踊られました。御陵前では個人レッスンも行っています。指導いただいている姿はとても真剣な表情で参加されました。



■ クッキング

優しい色の抹茶の粉を求肥に練り込んだ「抹茶うぐいす餅」を作りました。甘い求肥と上品な甘さのあんこは間違いのない組み合わせでした。どこかホッとする、素朴で日本らしさを感じられる味わいで、「もっと食べたい」と絶賛されていました。うぐいす餅の歴史は、安土桃山時代の大和国(奈良)が発祥です。



■ クラフト

日本の伝統工芸「水引細工」のあわじ結びをジグザグに結んだ飾り付きブックマーカーの「梅結びのしおり」を作りました。あわじ結びは、一度結ぶと簡単にはほどけないことから封印や魔除けの意味があり、両端を引っ張るほど強く結ばれることから、お祝いごとに広く使われました。華やかな模様の和紙を台紙に貼り、梅結びをつけた縁起物に大変喜ばれていました。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

5月の外食昼食会

商人の屋敷を改装したレストラン

がんこ寿司 平野郷屋敷にて

季節の旬菜や豚しゃぶ小鍋など、旬の食材を堪能

開催日：5月28日(水)

岸里・御陵前各11名、林寺6名様

料金：5,863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22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7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)
<p style="text-align: center;">5月の行事ピックアップ</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;">  <p>5/22(木)は「防災訓練」です! 火災訓練を想定した避難訓練を実施します。 いざという時に備えましょう。</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;">  </div> </div>						
				1	2	3
				<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の トレーニングピクチャー 絵手紙</p> <p>ロールキャベツマトソース 大豆煮 ブロッコリーの和え物 コンソメスープ、漬物 146kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の トレーニングピクチャー 絵手紙</p> <p>カレイの生姜煮、付) 筍煮 菜の花の煮浸し 小籠包、味噌汁 213kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>憲法記念日</p> <p>御陵前介護士の 大人のトリビア 5月の雑学</p> <p>鶏と厚揚げのオイスター煮 カリフラワーの和え物 南瓜の煮物、中華スープ 漬物 274kcal</p>
4	5	6	7	8	9	10
みどりの日	こどもの日	振替休日				
	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 音楽鑑賞会 母の日に捧げる歌</p> <p>ケチャップライス、えびフライ 付) ポイルブロッコリー ジャーマンポテト コーンポタージュ、プリン 573kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の カラーセラピー にっぽんの色〜5月〜</p> <p>赤魚の照焼 付) うぐいす豆 胡瓜のなめたけ和え うの花、味噌汁 252kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 四季のお茶 新茶</p> <p>ハムカツ、付) ポイルキャベツ ブロッコリーの和え物 木の葉豆腐の煮付 コンソメスープ、漬物 330kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>イベント 駅弁の旅</p> <p>駅弁ランチ</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 大人の写字 与謝野蕪村</p> <p>つくね塩ちゃんこ、ヒジキ煮 いんげんとコーンの炒め物 すまし汁 漬物 133kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 音楽鑑賞会 母の日に捧げる歌</p> <p>白身魚のチリソース きょうざ 菜の花の和え物 中華スープ 254kcal</p>
11	12	13	14	15	16	17
	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 手話歌 手話=手勢を感じる</p> <p>ミラノ風カツ もやしの塩炒め 茄子の煮浸し コンソメスープ、漬物 369kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>野村看護師の 健康セミナー 寒暖差疲労</p> <p>チンジャオロース風炒め 小松菜のごま和え オムレツ 中華スープ 212kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 手話歌 手話=手勢を感じる</p> <p>豆腐ハンバーグきのこソース 里芋の含め煮 切干大根の煮付 コンソメスープ、漬物 333kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 四季のお茶 新茶</p> <p>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</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の カラーセラピー にっぽんの色〜5月〜</p> <p>ハムカツ、付) ポイルキャベツ 冬瓜の煮付 ブロッコリーの和え物 コンソメスープ 293kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>野村看護師の 健康セミナー 寒暖差疲労</p> <p>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</p>
18	19	20	21	22	23	24
	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 落語鑑賞会 「天保山物語」</p> <p>ロールキャベツマトソース 大豆煮 からし菜の炒め物 コンソメスープ、漬物 175kcal</p>	<p>📢★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の ダンス 座ってできるdance</p> <p>鶏と厚揚げのオイスター煮 しょうがの炒め物 茄子の煮浸し 中華スープ 379kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 能カトレーニング 春が旬の魚Quiz</p> <p>味噌カツラーメン ニラとしらすのおかか和え ミレービスケット 461kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 防災訓練 火災</p> <p>肉じゃが 花型豆腐の煮付 ブロッコリーの和え物 味噌汁 316kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の クラフト フラワーアレンジメント</p> <p>木の葉井 カリフラワーの煮付 小松菜のごま和え 味噌汁、漬物 199kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の クラフト フラワーアレンジメント</p> <p>酢豚 ほうれん草の菜種和え しょうがの炒め物 中華スープ 347kcal</p>
25	26	27	28	29	30	31
	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の クッキング こいのぼりのバームクーヘン</p> <p>豚とキャベツのみそ炒め きょうざ うの花 中華スープ 312kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の クッキング こいのぼりのバームクーヘン</p> <p>はんぺんチーズサンド 付) スナップエンドウ 冬瓜の煮付 菜の花の和え物 コンソメスープ 191kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の ダンス 座ってできるdance</p> <p>すき焼風煮 里芋の含め煮 三色ピーマン炒め 味噌汁、漬物 292kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 落語鑑賞会 「天保山物語」</p> <p>チキン南蛮 付) ポイルブロッコリー ヒジキ煮 キャベツのゆかり和え コンソメスープ 511kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 能カトレーニング 春が旬の魚Quiz</p> <p>豆腐ハンバーグきのこソース チヂミ いんげんとコーンの炒め物 味噌汁、漬物 308kcal</p>	<p>★☎🎵</p> <p>御陵前介護士の 大人の写字 与謝野蕪村</p> <p>カレイの煮付 付) 赤坂 チンゲン菜のナムル 大豆煮、味噌汁 194kcal</p>
<p style="text-align: center;">5月のお風呂</p> <p>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。</p> <p style="text-align: center;">菖蒲の湯</p>  <p>※第2,4週は季節のお風呂「菖蒲の湯」</p>		<p style="text-align: center;">編集部コラム</p> <p>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。</p> 		<p style="text-align: center;">記号の見方</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ 体操・機能訓練 ☎ ティータイム 🎵 カラオケ 📢 理容師来所の日 	<p style="text-align: center;">昼食メニューの見方</p> <p>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、ご飯が付きです。</p> <p>※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。</p>	

