

Oak Club Report

Happy Birthday

9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.A 様



T.K 様



J.K 様



K.K 様



A.T 様



H.H 様

Event

御陵前のイベント紹介

■ 色鮮やかな「メキシカンイベント」

メキシカンをイメージに2階を装飾しました。昼食は「メキシカンタコライス」を召し上がりました。タコライスとは、メキシコ風アメリカ料理であるタコスの具材をご飯の上に乗せた料理です。日本では、「沖縄発祥のスパイシー料理」ですが、珍しいランチに驚かれていました。アクティビティでは、「シェーカーカクテル」のパフォーマンスを披露しました。様々な、ノンアルコールカクテルの色鮮やかさと味を楽しまれました。



■ 大正琴の綺麗な音色にうっとり

長寿を祝う国民の祝日「敬老の日」に、～琴修会 南大阪支部～より、大正琴の演奏会を開催しました。

「アルト」「テナー」「ベース」の奏でる音に、うっとりされていました。

琴の歴史を学び、綺麗な音色と歌声のハーモニーで盛大に盛り上がりました。



10月の外出昼食会

美々卯 堺店にて
日本の四季を味わう御膳

開催日:10月25日(水)

岸里・御陵前 各8名 / 林寺 6名様

料金:4,400円

※申し込み後、10月18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。

Activity

御陵前のアクティビティ紹介

■ 脳の活性化にもなる「フラワーアレンジメント」

「フラワーアレンジメント」は「西洋風の生け花」と言われており、「花を整える・組み合わせる・飾り付ける」をテーマに装飾されました。微妙な茎の長さ調整にカットし、アレンジしながら完成されました。

指先を使いながら、脳でシミュレーションを行う事で、脳の活性化にもつながりました。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

令和5年10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	2 ラベンダー ★🎵🎶 御陵前介護士の アロマ文香 ラベンダー 御飯、鶏の唐揚げ、おでん 風煮、オクラのおかか和え、 チンゲン菜のバター風味 ソテー、味噌汁 633kcal	3 ラベンダー ★🎵🎶 御陵前介護士の 大人のトリビア 秋の味覚 御飯、シルバーの蒲焼き、さ つまいもの彩り煮、筍と蒨 の炊き合せ、鶏肉と人参の クリーミー生姜和え、すまし 汁 481kcal	4 ラベンダー ★🎵🎶 御陵前介護士の 手話歌 手話=手勢を感じる 胡麻豆腐うどん 海老焼売 キャベツのしらす和え マスカットゼリー 451kcal	5 ラベンダー ★🎵🎶 プロダンサー指導の 昭和歌謡史 歌は世につれ世は歌につれ 御飯、アジの揚げ浸し 木の葉南瓜、春菊のおか か和え、ピーンズサラダ、 味噌汁 558kcal	6 ラベンダー ★🎵🎶 御陵前介護士の 大人のトリビア ハロウィン シーフードカレー さつま芋のレモン煮 黄桃缶 492kcal	7 ラベンダー ★🎵🎶 御陵前介護士の 大人のトリビア 秋の味覚 御飯、鶏の揚げ煮、カリフ ラーのクリーム煮、小松菜 のピーナッツ和え、大根の 柚子ドレサラダ、味噌汁 662kcal	
8	9 紅葉の湯 スポーツ の日 ★🎵🎶 西岡介護士の ピアノと歌う 星影のワルツ 栗ご飯、メンチカツ 粉ふき芋、ほうれん草のご まだし和え、みかん缶 すまし汁 590kcal	10 紅葉の湯 ★🎵🎶 御陵前介護士の トレーニングピクチャー 絵手紙 御飯、鶏豆腐、さつま芋と 昆布の煮物、チンゲン菜と 蒲鉾の和え物、キャベツと カニカマのサラダ、中華ス ープ 469kcal	11 紅葉の湯 ★🎵🎶 御陵前介護士の 四季のお茶 チャイ 御飯、牛とじ煮、大豆とベ ーコンのケチャップ炒め、 茄子のおろし煮、胡瓜とト マトの土佐酢和え、味噌汁 652kcal	12 紅葉の湯 ★🎵🎶 御陵前介護士の 四季のお茶 チャイ 秋の彩り散らし寿司、里芋 のごま味噌煮、わかめとえ びのサラダ、杏仁豆腐、すま し汁 501kcal	13 紅葉の湯 ★🎵🎶 御陵前介護士の アロマ文香 ラベンダー 御飯、イワシハンバーグ、 さつま芋の煮しめ、二色和 え、マカロニサラダ、コンソ メスープ 516kcal	14 紅葉の湯 ★🎵🎶 御陵前介護士の 昭和歌謡史 歌は世につれ世は歌につれ 焼きナポリタン カレーオムレツ いんげんのドレッシング和 え、フルーツミックス 521kcal	
15	16 ラベンダー ★🎵🎶 御陵前介護士の 手話歌 手話=手勢を感じる 御飯、ポークチャップ、南 瓜コロッケ、小松菜とエノ キの和え物、白菜のレモン 酢和え、中華スープ 551kcal	17 ラベンダー ★🎵🎶 西岡介護士の ピアノと歌う 星影のワルツ 御飯、鶏肉の山賊焼き、さ つま芋のバター風味炒め、 ほうれん草のおかか和え、 ふじりんごゼリー、コンソ メスープ 570kcal	18 ラベンダー 🗣️★🎵🎶 プロダンサー指導の 社交ダンス 花岡ダンススタジオ花岡先生 御飯、豚肉と舞茸のバター ポン酢炒め、じゃが芋の コンソメ煮、いんげんの胡 麻和え、ひじきと枝豆のサ ラダ、味噌汁 568kcal	19 ラベンダー ★🎵🎶 野村看護師の 健康セミナー 転倒 御飯、パサのレモンペッパ ーソテー、さつま芋の彩り 煮、白菜と竹輪の和え物、 菜の花の白和え、味噌汁 498kcal	20 ラベンダー ★🎵🎶 御陵前介護士の ダンス 座ってできる dance まぐる山かけ丼 焼売 春菊のナムル 味噌汁 543kcal	21 ラベンダー ★🎵🎶 御陵前介護士の ダンス 座ってできる dance 鶏五目御飯、肉じゃが、キ ャベツと焼豚のソテー、キ ャベツのおかか和え、完熟白 桃&ソース、すまし汁 594kcal	
22	23 紅葉の湯 ★🎵🎶 御陵前介護士の クッキング 焼リンゴのパンケーキ 尾道ラーメン 海老焼売 キャベツとハムのおかか 和え、フルーツみつ豆 556kcal	24 紅葉の湯 ★🎵🎶 御陵前介護士の クッキング 焼リンゴのパンケーキ さつま芋ご飯、プリの利休 焼き、大豆と竹輪の甘辛 煮、大根菜とジャコの炒り 煮、牛蒡の辛子マヨ和え、 味噌汁 582kcal	25 紅葉の湯 ★🎵🎶 御陵前介護士の クラフト ボードデコレーション ひじき御飯、豚肉と舞茸の 生姜炒め煮、じゃが芋コロ ッケ、菜の花のおかか和え、 はちみつレモンゼリー 626kcal	26 紅葉の湯 ★🎵🎶 御陵前介護士の クラフト ボードデコレーション 御飯、サワラのバター醤油 風味焼き、和風スパゲティ 、茄子のしき焼き、鶏肉の みぞれ和え、味噌汁 520kcal	27 紅葉の湯 ★🎵🎶 野村看護師の 健康セミナー 転倒 御飯、クリームシチュー、 大豆とベーコンのケチャッ プ炒め、春菊のおかか和 え、アロエフルーツミックス ス 514kcal	28 紅葉の湯 ★🎵🎶 御陵前介護士の 防災訓練 水害 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	
29	30 ラベンダー ★🎵🎶 御陵前介護士の マンスリー flower 10月の花 御飯、水餃子鍋 さつま芋とレーズンの煮 物、ハムとキャベツのマリ ネ 511kcal	31 ラベンダー ★🎵🎶 ハロウィン パーティー🎃 かぼちゃとベーコンのカ レー、ハムと玉ねぎの玉子 とじ、いんげんと竹輪の和 え物、大根の三杯酢和え 561kcal	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。	10月の行事ピックアップ! 10/31(火) ハロウィン ハロウィンパーティーを行います。 是非、お楽しみください。		

※第2、4週は季節のお風呂「紅葉の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ラベンダー」をお楽しみください。

10月のお風呂



紅葉の湯

紅葉の香りが気分を
変えて、疲労を回復さ
せます。
ゆったりした至福の時
間をお過ごしください。

10月のアロマミスト



ラベンダー

ラベンダーの丘を連
想させる心地良い癒
しを与えてくれる香り
です。
リラックスタイムをお
楽しみください。

編集部コラム

10月末から11月頭にかけて約2週間程度、
読書週間が開催されます。読書週間は、戦争
の傷跡がまだまだ深かった終戦間もない
1947年に、出版社・書店・新聞社などが協力
して開催したことが始まりです。電子書籍が
世に出て久しく、完全にデジタル派に移行し
た人も多いかと思いますが、この期間中は紙
の本で思い馳せてみるのも良さそうですね。



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>

