

Oak Club Report

2024年10月
令和6年10月1日(通巻104号)

Happy Birthday

2024年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



S.I 様



T.K 様



J.K 様



K.K 様



H.H 様



Y.M 様



Y.K 様

Event

御陵前のイベント紹介

■ 外出昼食会

日本料理たけむらにて、正統派会席料理を頂きました。季節の食材をふんだんに使い、見目麗しい料理が一品一品提供され、その都度「おいしそう」「いい味してる」と楽しまれていました。落ち着いた雰囲気も気に入られたようで、また行きたいねと会話もはずんでいましたよ。



■ 花文字

日本花文字協会の楊梅峰会長をお招きして「花文字」のデモンストレーションをしていただきました。特性の多色鉛筆を使って、物の形や文字のかわりとなる螺旋状の線を簡潔に、勢いよく一気に書き上げる姿は、まるで魔法のようでした。書きあがった作品は文字の中に絵が巧みに入り込み、一体化されています。これらの文字は縁起物であると同時に文字自体の情趣と視覚上のインパクトを持つだけでなく、伝統的な中国絵画の潔さと西洋絵画の鮮やかさを併せ持っていますね。



Activity

御陵前のアクティビティ紹介

■ クラフトアート

大人気の季節のお花を使ったフラワーアレンジメント。花の色や大きさのバランスを考えながら茎の長さをカットしたりと細部までこだわってアレンジされました。可愛くて素敵なアレンジメントが完成しました。お花を見ることで脳内に幸せを感じやすくなるホルモンが放出されるので、ぜひ出来上がったアレンジメントを飾ってくださいね。



■ クッキング

9/19~9/25はお彼岸をいうことで「三色おはぎ」を作りました。皆さま、慣れた手つきでご飯をつぶしていました。つぶして俵型にまとめたご飯をあんこで包んで出来上がりです。「甘くて美味しかった!」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。

10月の外出昼食会

美味しいピフテキ、おいしい幸せ

南海グリル 東店にて

熟成宮崎牛のステーキを鉄板焼きで



開催日: 10月29日(火)

岸里・御陵前・林寺 各10名様

料金: 5,400円

※写真撮影の際はマスクを外しております。

令和6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)
	10月の行事ピックアップ!  10/31(木)ハロウィンパーティー スタッフの仮装もお楽しみに!!	1 ラベンダー ★☕🎵 御陵前介護士の トレーニングピクチャー 絵手紙 かに玉あんかけ チンゲン菜のおかか和え ちくわの磯辺焼き 中華スープ、漬物 211kcal	2 ラベンダー ★☕🎵 御陵前介護士の トレーニングピクチャー 手話歌=手勢を感じる 白身魚の野菜あん さつま芋の甘煮 いんげんとコーンの炒め物 コンソメスープ 279kcal	3 ラベンダー ★☕🎵 御陵前介護士の 大人のトリビア ハロウィンの歴史 チンジャオロース風炒め 金平ごぼう 枝豆のふんわり天 中華スープ、漬物 263kcal	4 ラベンダー ★☕🎵 御陵前介護士の 大人のトリビア 秋の味覚 せんざんき 付合せ(ポイルキャベツ) いもたき、みかんゼリー 石花汁 502kcal	5 ラベンダー ★☕🎵 西岡介護士の ピアノと歌う 星影のワルツ 海鮮の和風煮込み 小松菜のごま和え 春巻、中華スープ、漬物 215kcal
6	7 紅葉の湯 ★☕🎵 御陵前介護士の 脳力トレーニング 秋のこたわぎ穴埋めクイズ オムレツデミソース 菜の花の和え物 高野の含め煮 コンソメスープ 268kcal	8 紅葉の湯 ★☕🎵 御陵前介護士の 手話歌 手話=手勢を感じる けんちんそば 肉団子 三色ビーマン炒め 355Kcal	9 紅葉の湯 ★☕🎵 御陵前介護士の 大人のトリビア 秋の味覚 照焼チキン 付合せ(ポイルいんげん) きのご玉子焼 キャベツの塩昆布炒め 味噌汁 217kcal	10 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 カレイの煮付 付合せ(赤板) 人参の炒め物 枝豆のふんわり天 味噌汁、漬物 204kcal	11 紅葉の湯 ★☕🎵 西岡介護士の ピアノと歌う 星影のワルツ きこのカレーライス ブロッコリーの和え物 もやしの塩炒め 漬物 329kcal	12 紅葉の湯 ★☕🎵 御陵前介護士の 脳力トレーニング 秋のこたわぎ穴埋めクイズ 豚の生姜焼き オムレツ からし菜のおかか和え 味噌汁、漬物 283kcal
13	14 ラベンダー ★☕🎵 スポーツの日 御陵前介護士の アロマ文香 ラベンダー デミハンバーグ 付合せ(スナックエンドウ) 三色ビーマン炒め キャベツの塩昆布炒め コンソメスープ 232kcal	15 ラベンダー ★☕🎵 御陵前介護士の 昭和歌謡史 歌は世につれ世は歌につれ コロッケ二種 付合せ(ポイルブロッコリー) 大豆煮、えんどうの炒め煮 コンソメスープ、漬物 323kcal	16 ラベンダー ★☕🎵 プロダンサー指導の 社交ダンス 花岡講師 赤魚の煮付 付合せ(筍煮) からし菜の炒め物 高野の含め煮、味噌汁 223kcal	17 ラベンダー ★☕🎵 御陵前介護士の ダンス 座ってできるdance チキン南蛮 さつま芋の甘煮 菜の花の和え物 味噌汁、漬物 583kcal	18 ラベンダー ★☕🎵 御陵前介護士の 防災訓練 水害 豆腐のあんかけ チンゲン菜のごま炒め しょうが天の炒め物 中華スープ 308kcal	19 ラベンダー ★☕🎵 野村看護師の 健康セミナー 目のおはなし メンチカツ 付合せ(ポイルキャベツ) からし菜の煮浸し 南瓜の煮物、コンソメスープ 漬物 330kcal
20	21 紅葉の湯 ★☕🎵 御陵前介護士の 四季のお茶 ロイヤルミルクティー 鮭の幽庵焼 付合せ(筍煮) 人参の炒め物 枝豆のふんわり天、味噌汁 208kcal	22 紅葉の湯 ★☕🎵 御陵前介護士の 四季のお茶 ロイヤルミルクティー 塩ラーメン 春巻 大豆煮 354kcal	23 紅葉の湯 ★☕🎵 御陵前介護士の クッキング さつま芋の茶巾絞り 豚肉と秋野菜の薬膳炒め ほうれん草のクミみそ和え 季節のゼリー 南瓜の味噌汁 351kcal	24 紅葉の湯 ★☕🎵 御陵前介護士の クッキング さつま芋の茶巾絞り えびカツ 付合せ(ポイルキャベツ) さつま芋の甘煮 えんどうのソテー、味噌汁 漬物 327kcal	25 紅葉の湯 ★☕🎵 野村看護師の 健康セミナー 目のおはなし 鶏肉と野菜のクリーム煮 きのご玉子焼 ブロッコリーの和え物 コンソメスープ 245kcal	26 紅葉の湯 ★☕🎵 御陵前介護士の アロマ文香 ラベンダー 豚丼 南瓜の煮物 チンゲン菜の和え物 中華スープ、漬物 346kcal
27	28 ラベンダー ★☕🎵 御陵前介護士の クラフト キャンドルホルダー 豆腐ナゲット 付合せ(ナポリタン) 金平ごぼう ほうれん草の菜種和え コンソメスープ 315kcal	29 ラベンダー ★☕🎵 御陵前介護士の クラフト キャンドルホルダー オムレツデミソース 小松菜のごま和え さつま芋の甘煮 コンソメスープ 279kcal	30 ラベンダー ★☕🎵 御陵前介護士の マンスリーflower 10月の花 鯖の味噌煮 付合せ(しめじ) ちくわの磯辺焼き 人参の炒め物、味噌汁 284kcal	31 ラベンダー ★☕🎵 ハロウィンパーティー チキン南蛮 南瓜の煮物 えんどうの炒め物 中華スープ、漬物 553kcal	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。

※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過ごしてください。

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>

