

Oak Club Report

Happy Birthday

2024年12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。



R.A 様



O.K 様



I.K 様



F.K 様



E.D 様



S.N 様



T.F 様



K.M 様



K.Y 様

Event

御陵前のイベント紹介

■ 外出昼食会

12月の外出昼食会は、ホテルのクリスマスの雰囲気を楽しもうと、堺のアゴーラ リージェンシーへ中華料理を食べに行きました。季節の移ろいを感じ、趣向の凝らした中華料理に「久しぶりに食べることができてうれしい」と満足そうな様子でした。ホテルに飾られた大きなクリスマスツリーも楽しんで見ておられました。



■ クリスマスコンサート

大阪を拠点に活躍されているミュージシャン池田弥生さんをお招きしてクリスマスコンサートを開きました。ご利用者様にも馴染みのある蘇州夜曲、ふるさと、そしてもちろんクリスマスソングのサンタが街にやってくるやホワイトクリスマスなどを一緒に歌いました。心と体を癒して頂ける素敵なコンサートとなる大盛況でした。



■ クリスマスパティー

御陵前クリスマスパーティーを開催しました。ご利用者様もカチューシャでクリスマス雰囲気を楽しまれました。御陵前ではトナカイが司会を行い、スタッフが踊るダンスに手拍子されていました。最後には、クリスマスソングを歌って盛大に盛り上がりました。



Activity

御陵前のアクティビティ紹介

■ クッキング

今回はクリスマスにちなんでロールケーキをでもレーションして「トナカイ」を作りました。色々な形のチョコレートで角や目、鼻などを作りました。それぞれの出来上がりを「可愛くてできるわ」と笑顔で周りのご利用者様と見せ合っておられました。



※写真撮影の際はマスクを外しております。

住吉大社吉祥殿 お食事会

オーク倶楽部 2025 年最初の外出は、1800 年の歴史を持つ住吉退社に隣接する吉祥殿でのお食事会に行きます。

1月15日(水) 10,000円
岸里・御陵前・林寺 各10名様

※ご希望の方は、お早めに申してください。
※去年ご参加され、お渡しした矢をお持ちの方は、持参されましたら住吉大社にお返しいたします。

※写真はイメージです。料理の内容は異なる場合がございます。
※申込後、11月10日以前にキャンセルされた場合、キャンセル料が発生いたします。

黄金矢の記念品付き!

令和7年1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)
	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。	 年始休業日 1 2 3 元旦			4 ゆず ★ ☎ 🎵 新年行事 鏡開き 新春お祝い御膳
5	6 梅の湯 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の音楽鑑賞会 新春の歌特集 えびかつ、付) 野菜のソテー、チンゲン菜のおかか和え、花型豆腐の煮付 コンソメスープ、漬物 265kcal	7 梅の湯 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の大人のトリビア 七草粥 白身魚の野菜あんぎょうざ えんどうの煮付 中華スープ 278kcal	8 梅の湯 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の折紙 羽子板 豚丼 もやしの塩炒め 枝豆のふわり天 味噌汁、漬物 284kcal	9 梅の湯 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の折紙 羽子板 鶏と厚揚げのオイスター煮 ほうれん草の菜種和え カリフラワーの煮付 味噌汁 259kcal	10 梅の湯 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士のアロマ文香 ゆず メンチカツ 付) ボイルキャベツ 小松菜のおかか和え 大豆煮、味噌汁、漬物 332kcal	11 梅の湯 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士のアロマ文香 ゆず 豚とキャベツのみそ炒め ブロッコリーの和え物 オムレツ 中華スープ 264kcal
12	13 ゆず 成人の日 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士のトレーニングピクチャー 絵手紙 木の葉丼 チンゲン菜の和え物 もやしの塩炒め 味噌汁、漬物 190kcal	14 ゆず ★ ☎ 🎵 御陵前介護士のトレーニングピクチャー 絵手紙 はんぺんチーズサンド付) ナポリタン キャベツの塩昆布和え 南瓜の煮物、コンソメスープ 264kcal	15 ゆず ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の落語鑑賞会 じゅげむ 酢豚 えんどうの炒め煮 さつま芋の甘煮 中華スープ、漬物 372kcal	16 ゆず ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の落語鑑賞会 じゅげむ 醤油ラーメン の花 ブロッコリーの和え物 279kcal	17 ゆず ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の健康セミナー ヒートショック アジフライ、付) ボイルキャベツ、いんげんとコーンの炒め物、里芋の含め煮、コンソメスープ、漬物 222kcal	18 ゆず ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の健康セミナー ヒートショック すき焼風煮 菜の花のおかか和え 三色ピーマン炒め 味噌汁 268kcal
19	20 梅の湯 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の大人の写字 松尾芭蕉 野菜カレーライス ヒレカツ ほうれん草の菜種和え 漬物 346kcal	21 梅の湯 📍 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の手話歌 手話=手勢を感じる 生姜ご飯 参湯鶏風煮込み ニラチヂミ りんご 194kcal	22 梅の湯 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の手話歌 手話=手勢を感じる ロールキャベツマトソース 小松菜のごま和え 花型豆腐の煮付 りんご 中華スープ、漬物 130kcal	23 梅の湯 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の音楽鑑賞会 新春の歌特集 チンジャオロース風炒め いんげんとコーンの炒め物 ぎょうざ 中華スープ 239kcal	24 梅の湯 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士のクッキング 白玉抹茶ぜんざい 赤魚の煮付、付) しめじ ちくわの磯辺焼き からし菜の煮浸し 味噌汁、漬物 189kcal	25 梅の湯 ★ ☎ 🎵 御陵前介護士のクッキング 白玉抹茶ぜんざい ミラノ風カツ オムレツ えんどうのコンソメ煮 コンソメスープ 292kcal
26	27 ゆず ★ ☎ 🎵 御陵前介護士のクラフトアート 鈴まり小箱 かに玉あんかけ 小松菜のおかか和え 大豆煮 中華スープ、漬物 216kcal	28 ゆず ★ ☎ 🎵 御陵前介護士のクラフトアート 鈴まり小箱 豆腐のあんかけ もやしの塩炒め しょうが天の炒め物 味噌汁 307kcal	29 ゆず ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の四季のお茶 抹茶ラテ カレーの煮付 付) 筍煮 ブロッコリーの和え物 うの花、味噌汁、漬物 178kcal	30 ゆず ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の四季のお茶 抹茶ラテ かきあげうどん ちくわの磯辺焼き からし菜の炒め物 402kcal	31 ゆず ★ ☎ 🎵 御陵前介護士の大人の写字 松尾芭蕉 ハムカツ、付) ボイルキャベツ、カリフラワーの煮付 三色ピーマン炒め コンソメスープ、漬物 314kcal	1月の行事ピックアップ! 1/4(土) 新年行事 1月4日(土)は「新年行事」です。鏡開きを行います。恒例の大阪締めで1年の良きスタートを切りましょう!

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

1月のお風呂



「松」「竹」と並んで吉祥の象徴とされる梅の香り入浴剤です。肌のきめを整え、リフレッシュ効果があると言われています。

1月のアロマミスト



ゆずは血行促進作用があり、疲労回復にも効果的で、免疫活性や自律神経のバランスを整えたりもしてくれます。

編集部コラム

お雑煮は新年を祝うために食べる、縁起の良い日本の伝統食です。使われる食材に意味が込められたものや、地域の食材によって味付けが異なるものや、お餅の形が異なるなど、お料理の仕方も様々です。中にはあんこ入りのお餅を使ったお雑煮を食べる地域もあるそうで、日本の様々な地域のお雑煮作りに挑戦して、新年をお祝いしてはいかがでしょうか。



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>

