

Happy Birthday

2025年2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。



M.K 様



K.S 様



T.N 様



T.N 様



S.F 様



K.Y 様



T.Y 様

Event

御陵前のイベント紹介

■ 外出昼食会

2月の外出昼食会、大阪のソウルフード、豚まんでおなじみの551のレストランへ中華料理を食べに行きました。

円卓を囲み次々と提供される料理を見られ「中華料理の雰囲気、久しぶりで楽しい」とお話されながら、選んだメイン料理を召し上がられていました。



Activity

御陵前のアクティビティ紹介

■ 大人の写字

今月は、「柿食えば鐘が鳴るなり法隆寺」で有名な「正岡子規」の生涯について学びました。病と闘いながらも俳句に余生を捧げた事を背景に、2月を題材にした俳句を紹介し、一読されました。読むこと書くことで、俳句の情景を想像できたのではないのでしょうか。人生観を考える貴重な時間となりました。



■ 折形

「バレンタインデー」をテーマに『ハート鶴』を折り紙で作りました。一枚の折り紙から、ハートを折り、その中に鶴を折る少し難しい折形に挑戦されました。出来上がりに「可愛いね」と喜ばれました。自宅の玄関に飾ったり、ご家族様へのささやかなプレゼントにお使いください。



■ クラフト

普段使用できる、卓上型の折りたたみ鏡をアレンジし、鮮やかな色と模様のクラフトクロスに鏡を貼り、世界に一つしかない鏡を作りました。指先を使い、カットしたクロスを少しずつつめくり、慎重に貼りながら完成されました。



※写真撮影の際はマスクを外しております。



令和7年3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、ご飯が付きまします。 ※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。	3月の行事ピックアップ!  3月22日(土)は周年イベントです。 3月22日(土)、特別演者様をお招きし、盛大なパフォーマンスを披露します。 是非、お楽しみください。			1 ローズマリー ★☎🎵 御陵前介護士の トレーニングピクチャー 絵手紙 大豆ミートのピビンバ風井 しょうが天の炒め物 春巻 中華スープ、漬物 321kcal
2	3 桃の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 大人のトリビア ひな祭り えび入りちらし寿司 菜の花の白和え おすまし ゼリー 161kcal	4 桃の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の トレーニングピクチャー 絵手紙 ハムカツ(付)ポイルキャベツ きのご玉子焼 三色ピーマン炒め コンソメスープ 337kcal	5 桃の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の アロマ文香 ローズマリー 鶏と厚揚げのオイスター煮 チンゲン菜のおかか和え 人参の炒め物 中華スープ、漬物 247kcal	6 桃の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の アロマ文香 ローズマリー 豚丼 キャベツの塩昆布炒め カリフラワーの和え物 味噌汁 255kcal	7 桃の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 手話歌 手話=手勢を感じる 鯖の照焼 (付)赤板 里芋の含め煮 大豆煮、味噌汁、漬物 302kcal	8 桃の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 音楽鑑賞会 歌声喫茶 海鮮の和風煮込み 菜の花の和え物 茄子の煮浸し 中華スープ 242kcal
9	10 ローズマリー ★☎🎵 特別講師の クラフト ポーセラーツ 野菜カレーライス クリームコロッケ チンゲン菜のナムル 漬物 333kcal	11 ローズマリー ★☎🎵 特別講師の クラフト ポーセラーツ チキン南蛮 (付)ポイルキャベツ 南瓜の煮物 えんどうの炒め物 中華スープ	12 ローズマリー ★☎🎵 御陵前介護士の 大人のトリビア 春の雑学 けんちんうどん 野菜入りつくね からし菜の炒め物 273kcal	13 ローズマリー ★☎🎵 野村看護師の 健康セミナー 春の不調 すき焼魚煮 いんげんとコーンの炒め物 茄子の煮浸し 味噌汁 354kcal	14 ローズマリー ★☎🎵 野村看護師の 健康セミナー 春の不調 カレイの煮付 (付)うぐいす豆 もやしの塩炒め うの花、味噌汁、漬物 223kcal	15 ローズマリー ★☎🎵 御陵前介護士の 四季のお茶 ほうじ茶ラテ デミハンバーグ(付)しめじ マカロニとウィンナーの ソテー、金平ごぼう コンソメスープ 293kcal
16	17 桃の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 落語鑑賞会 金明竹 おろしカツ ほうれん草の菜種和え ぎょうざ 味噌汁、漬物 330kcal	18 桃の湯 📄★☎🎵 御陵前介護士の 落語鑑賞会 金明竹 かに玉あなかけ ヒジキ煮 菜の花の和え物 中華スープ 187kcal	19 桃の湯 ★☎🎵 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 小松菜のごま和え 高野の含め煮 中華スープ、漬物 235kcal	20 桃の湯 📄★☎🎵 御陵前介護士の 大人の写字 夏目漱石 しょつづ鍋風 ささみのさっぱり和え お米のムース 129kcal	21 桃の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 折紙 扇子 えびカツ (付)ポイルブロッコリー 里芋の含め煮、金平ごぼう 味噌汁、漬物 321kcal	22 桃の湯 ★☎🎵 イベント 周年イベント 『特別演者』 スタッフ特製メニュー
23	24 ローズマリー ★☎🎵 御陵前介護士の 音楽鑑賞会 歌声喫茶 きつねそば 小松菜のごま和え 肉団子 344kcal	25 ローズマリー ★☎🎵 御陵前介護士の 四季のお茶 ほうじ茶ラテ 白身魚の野菜あん 南瓜の煮物 白菜の中華煮 味噌汁 262kcal	26 ローズマリー ★☎🎵 御陵前介護士の クッキング フルーツ大福 海鮮の和風煮込み カリフラワーのカレーソテー ほうれん草の菜種和え 中華スープ、漬物 162kcal	27 ローズマリー ★☎🎵 御陵前介護士の クッキング フルーツ大福 メンチカツ (付)ポイルキャベツ 木の葉豆腐の煮付 からし菜の炒め物、味噌汁 365kcal	28 ローズマリー ★☎🎵 御陵前介護士の ダンス 座ってできるdance オムレツデミソース もやしの塩炒め いんげんのおかか和え コンソメスープ、漬物 217kcal	29 ローズマリー ★☎🎵 御陵前介護士の 折紙 扇子 はんぺんチーズサンド (付)ポイルブロッコリー 三色ピーマン炒め うの花、味噌汁 251kcal
30	31 桃の湯 ★☎🎵 御陵前介護士の 大人の写字 夏目漱石 鮭の幽庵焼(付)うぐいす豆 しょうが天の炒め物 ほうれん草の菜種和え 味噌汁、漬物 256kcal	4月のお風呂  桃の湯 桃に含まれている保湿成分で、肌がしっとり潤います。また、桃の葉には消炎にも有効な成分も含まれています。		2月のアロマミスト  ローズマリー ローズマリーは、古くから薬用、料理、美容など様々な用途で利用されてきたハーブです。気分の落ち込みを奮い立たせて心を元気にするといわれています。		編集部コラム 天文学的には、太陽が天の軌道上「春分点」を通過する瞬間を含む日を「春分の日」としています。太陽が春分点を通過するときに「昼の長さ」と夜の長さが同じになるためです。冬が終わりを告げ春の訪れが感じられるこの日を、昔から人々は自然に感謝し春を祝福する日として祝っていたのです。

※第2、4、6週は季節のお風呂「桃の湯」。第1、3、5週はアロマミスト「ローズマリー」をお楽しみください。

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>

