

# 月刊みどりんぐ 2月号

【ハミングベル緑橋】 大阪市東成区中本 1-11-1 ☎06-6971-8838 発行責任者：センター長 松野卓也



グループホーム「音々」ねね



**初詣**

新年を迎え、今年も八王子神社と白山神社へ、入居者様と一緒に初詣に行つて来ました。

「毎年白山神社行つたから」と楽しみにされている方もおられました。

年始は天気の日も多く、当日も天気に恵まれ初詣日和!! 厚着をして出かけます。道中は「ここら辺も変わったな」と昔話や雑談をしながら神社へ向かいます。

神社へ着くと思ひ思いの願い事や、神様へのご挨拶をされておられました。今年も皆様にとって、幸多い年になりますように。



## 工作クラブ



隔月行っている工作クラブ。今月は屋上で摘んだ花をドライフラワーにして木の実の小箱を作りました。

皆様「何入れようか」と迷いながら小箱に飾りつけ！千日紅や木の実を熱心に箱に入れられ、「可愛いでしょう」とお話しされながら、楽しまれていました。

## お誕生日会



1月は各階でお誕生日会が行われました。2階では他の利用者から直接プレゼントをお渡しされ、全員から「ハッピーバースデイトゥーユー」を歌って頂き、祝福されました。3階では、手作りのケーキやプレゼントを頂き、照れくさそうでしたが、「何歳になりましたか」と尋ねると、冗談で「10歳です」と仰るなど、とても喜んで下さりました。

いつまでもお元気で過ごして下さいね！





# 新年会

小規模多機能ホーム 「楽々」らら

今年の新年会は  
アメリカン  
スタイル！



「ピザを食べたことが無いんです」との言葉から  
今年「ロックンロールらら ニューイヤーパー  
ティー」です。ピザ、オニオンフライ、チキンナゲ  
ットなどが並び、飲み物は「コーラ、ジュース」。  
乾杯の後に料理が並ぶと「わく、ごちそう！」  
「美味しいわ」と喜ばれます。  
食事の途中からショーが始まります。初めはピ  
エロのバルーンアート。動物、花など次々に出来上  
がります。皆様「すごいなあ、こんな出来るの！」  
と声が上がります。



次はダンスです。「簡単ですから一緒に踊りまし  
よう」とお誘いし、利用者様と一緒に踊ります。「食  
べてられへんなあ」と仰るも笑顔で参加されます。  
最後は皆で「ロックンロール」を踊ります。ツイ  
ストでフロアを盛り上げます。利用者様はノリノ  
リの職員をご覧になつて笑顔です。  
「楽しかったわ」「上手やなあ、みんなようやるわ」  
等の感想を頂きました。食事中的ショータイムは  
初めての試みでしたが、笑顔溢れる新年会になり  
楽しまれたご様子でした。







## 初詣 (八王子神社) ・ 十日戎 (八阪神社)

認知症対応型デイサービスセンター ここにこ



ここにこは新年の4日から始まりましたが、利用者様をいくつかのグループに分けさせて頂き、人数で八王子神社と八阪神社に参拝に行きました。どの日も寒さが厳しかったですが「連れて行ってもらえて嬉しい。」とか「子供が小さい頃良く行っていた。」と喜ばれました。

八阪神社では十日戎ということで出店やキッチンカーがありました。鳥居をくぐるとベビーカーの甘い匂いがしていました。皆さん昔と比べて値段が上がっていることに驚いておられました。「たくさんさんの福をもらえたらいいね。」と帰りの車内でもお話しされていました。

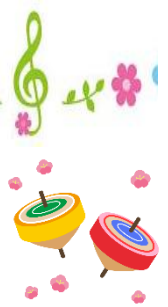


## 音楽療法



1月の音楽療法は正月にちなんだ内容盛りたくさんでした。童謡「お正月」の歌詞に出てくる「凧あげ」「羽根つき」「毬つき」「コマ回し」を体験して頂きました。凧あげと毬つきは音楽療法士手作りの竿つきを利用者様一人一人、コマ回しは男性利用者様に挑戦して頂き、羽根つきでは職員同士の白熱する戦いを見て頂きました。

昔を懐かしんで頂いた後、最後に今年の干支「巳」の歌ということで数少ない中から「ガラガラヘビがやってくる」「ヘビローテーション」で盛り上がりました。



## ハミングベル緑橋の介護サービス

- ・グループホーム「音々(ねね)」
- ・小規模多機能ホーム「楽々(らら)」
- ・認知症対応型通所介護ハミングベルにこにこ
- ・居宅介護支援事業所(ケアプランセンター)
- ・訪問介護(ヘルパーステーション)

TEL: 06-6971-8838

TEL: 06-6971-9001

介護に関する相談お待ちしております





# 鬼退治



2月3日に節分の行事が行われました。

鬼退治に向け、昼食には節分オ리지ナルメニューが出され、お腹いっぱい召し上がり、力を蓄えました。

3人の鬼たちが、各階フロアにやってきました。鬼たちは襲い掛かろうとしますが、利用者の皆さんは鬼たちに敢然と立ち向かい、新聞紙で作った豆を思いっきり投げつけていきました。

投げつけられても鬼たちはびくともせず襲ってきます。それでも皆さんは「鬼は外！福は内！」と、決して諦めず、何度も投げつけていき、さすがの鬼達も力も尽き果て、観念しました。

鬼達は「もう襲ったりしません」と謝り、皆さんと仲直りして、「おにのパンツ」を一緒に歌い、最後には笑顔で記念撮影をしていきました。



鬼たちが去った後には、皆さんで厄除けまじゆうを美味しく召し上がりました。これで今年もハミングベル緑橋の平和は保たれました。皆さん勇気を出して、守ってくれてありがとうございます！！



## 鬼は外～

## 福は内～



# 桃の里

寒さ厳しい冬は運動不足で太りやすくなるうえに、飲酒や塩分摂取の機会が増えるために、血圧が上がり、血栓ができやすくなる傾向にあります。

又、寒さで体温の発散を防ぐようとして血管が収縮し、血圧が上がりがやすくなります。血圧の急激な上昇に注意が必要です。外出時は急に冷えないようにしっかり防寒対策をし、特に朝は血圧が上がり始める時間帯です。家の中でも寒暖差を作らないことが大切です。

私はちょっと太り気味なので食べ過ぎに注意して血圧も高いので気をつけていこうと思います。

早く春にならないかなあ。春の到来が待ち遠しいですね。



広報担当 ▼ 松野・石黒・鍋田・米澤・田井地