

月刊みどりんぐ 5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

春のおとずれ

グループホーム 「音々」

4月1日、少人数でのお花見ドライブを行いました！大阪城の周りに咲いている桜を見て、「今年は見れるかと思ってなかったから、うれしいわ」「昔は大阪城の周りを散歩しててんで」など、喜びの声がかれたり、昔話をしてもらいました。車中では、外の桜を良く見ようと、身を乗り出し外の景色を眺めておられ、春の訪れを喜んでおられました。



また、屋上にはスナップエンドウが実っており、少人数の入居者様による収穫祭を行いました。天気にも恵まれ、ぽかぽか陽気に「気持ちいいわ」などの声をあげられ、笑顔で収穫をされておられました。
スナップエンドウの隣には、チューリップの花が咲いており、収穫の間にはお花に心奪われ、一息つく姿も。
来年は、気兼ねなく桜を見に行く事ができ、春の訪れを感じられることを、祈ります。



お誕生日会

4月27日に、音々3階で、お誕生日を迎えられた入居者様のお誕生日会を行いました。当日は、ご家族様がお祝いのお花をお持ち下さいました。添えられているメッセージカードをご覧になって「うわあ、嬉しい！」と喜んでおられました。プレゼントには、毎日楽しくお食事をして頂けるようにと、好きな猫のイラストが入った食器などが贈られました。これからも、どうぞ充実した日々をお過ごし下さい！





日中、暖かい日が多くなり「室内で過ごすよりも外で過ごす方が気持ちのいいね。」とお話しされている利用者様も多く、屋上に散歩に出ています。屋上にはスナックエンドウや苺、お花の寄せ植えをしています。スナックエンドウを収穫したり、苺の成長具合を確かめたり、日光浴を楽しまれたり各々のんびりとした時間を過ごしています。お花に疎い職員に「これはね…」とお花の名前を教えて下さっています。

ぽかぽか屋上散歩

認知症対応型デイサービスセンターにここにこ

ご自宅で園芸や家庭菜園をされていた方も多く、これからのお花や野菜等を詳しく教えて下さいます。また、皆で輪になり『かごめかごめ』や『たんすながもち』の懐かしい遊びも行いました。「こんな遊び久しぶりにした。昔は物を使わなくても遊べたんですよ。」と子供の頃の遊びについて、たくさん教えて下さいました。



春のお茶会

お花見しながら美味しいお抹茶でも飲みたいなあ…との利用者様のつぶやきでお茶席を設けようと企画しました。茶道をしていた職員に御手前を披露してもらいました。ご自身で飲むお抹茶は自ら点でて頂きました。お茶を習った事のある方は「覚えてないわ。」と仰っていましたが、いざ茶碗が前になると上手に茶筌で立てて下さっていました。本格的なお茶請けの和菓子は「いや、美味しいやんか。」と喜んで下さいました。



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こにこ
Tel: 06-6971-8838
- ・居宅介護支援事業所(ケアプランセンター)
Tel: 06-6971-8881
- ・訪問介護(ヘルパーステーション)
Tel: 06-6971-9001

ケアプランセンター
ケアマネージャー増員!



介護に関する相談
お待ちしております

小規模多機能ホーム 「楽々」らら

年に一度の桜の季節。今年は一ヶ月かけてゆっくりと楽しみました。

お花見ドライブ

三月末から少人数での「お花見ドライブ」。大阪城がバックの桜、川越しの桜、ビルの谷間の桜…。「きれいやね〜。」「散る桜もいいなあ」見覚えのある所では「昔はこの辺によく来てたわ」「この辺は良く知ってるよ」等、昔話の花も咲きます。



壁面飾り



今月の壁面飾りはお花見にちなんで「お花見弁当」。お弁当の前で記念写真です。「わあ、大きい弁当やなあ」「豪華やね〜」「じょうずに作ってあるなあ」「好きなおかずばっかりや」「桜のゼリーきれいやなあ」等…。

お花見会 in 楽々

4月20日に「お花見会 in 楽々」として野外の気分でお花見会です。桜の木があり、天井には提灯や桜が広がり雰囲気盛り上げます。お昼ご飯はらら特製、手作りの「お花見弁当」。リクエストで多かった「鶏のから揚げ」「卵焼き」「ポテトサラダ」「エンドウ豆ごはん」「ミルクプリン」「いちご」などが並びます。お弁当の蓋を取ると「わあおいしそう」「きれいやな」「おいしいわ」いつもに増して箸が進みます。



午後からは、さながら野外映画館のように大きなスクリーンで懐かしい映画を見たり、桜の下で記念撮影をしたりして楽しいひと時でした。



来年こそは青空のもと、桜の木の下でお弁当を広げたいと切に願っています。

新人研修

新しい年度を迎え、待望の新人職員入職です。

今年も、人数を限った入職式に続き、4月前半は新人研修が行われました。感染対策でいつもより広々とした部屋で、座席も間隔を空けての座学での講義、配属が決まってからではなかなか機会のない実習を緊張し



力持ちやな



捕まった〜(汗)

ながらも社会人1年目ならでのフレッシュな動きや質問で新鮮な風を起こしてくれました。最終日には配属が決定され、一人はハミングベル緑橋に配属となりました。また、紹介をさせて頂きます♪

種類豊富な寄せ植えです♪外出できない分楽しんで頂けます様にサービス担当



管理栄養士の小話

「身体のリズムを整える食事」

① しっかり眠る

② 元気の出る

睡眠を促す物質としてトリプトファンと言うアミノ酸があります。これは体内での合成ができませんが、魚、肉、大豆製品といったたんぱく質に含まれています。主に主菜の食材ですので、食事バランスがしっかりしていれば、摂取出来ています。

更に、たんぱく質を効率良く代謝させる為の、ビタミンB6も同じ魚、肉、大豆製品にたくさん含まれています。

東洋医学の中では、元気が出ない＝気が滞っていると言われることがあります。このような時は身体の代謝を上げる為、温めて元気を出しましょう。

この季節、身近なフキ、アスパラ、春キャベツ、生姜等春野菜や温かいお茶をおススメします。



桃の里

いえにいる



STAY HOME

日差しがぼかぼかと暖かくなってきました。

昨年の想像では、今頃日常を取り戻していると考えていたのですが、まだ戦いは続きそうです。

外出自粛の中、ゴールデンウィークはどう過ごされましたか。先月号で、広報担当の家での楽しみ方を取り上げさせて頂きました。勤務中だけでなく、普段の過ごし方から、それぞれが気を付けているのを、改めて感じました。

ハミングベル緑橋でも、外に出なくても、少しでも喜んで頂ける様、例年とは違う企画を考えておりますので、楽しんでもらえたらと思います。

身体に気を付けて頑張ってくださいませよう！

広報担当▼宮崎・中西・上野

齋藤・米澤