

# 月刊みどりんぐ 4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

認知症対応型デイサービスセンター にこにこ

## にこにこ・春のお楽しみ会

3月22日に春のお楽しみ会を行いました。音楽療法のプログラムに加え、体操や学生時代にタイムスリップしたり盛沢山の内容でした。春の歌を唄いながら箱を開けると、菜の花が飛び出し「いや〜キレイや〜。」と拍手して喜んで下さいました。また、桜の木に付く毛虫に見立てたナイロンたわしでしっかりと身体を動かしました。皆さん五十肩知らずで高々と両腕が上がっていました。（スゴイ！心の声）



懐かしい

職員がツツパリや女学生、コワイ校長先生に変身して登場すると笑いが起き、手を叩き大爆笑される方もいらつしやいました。利用者様もセーラー服に着替え女学生に変身。「私の学校はリボンが緑やったよ。」と学生時代の話題で盛り上がり、話が尽きませんでした。いつもより動いて笑ってとされたのでおやつの間には珍しく「ちよっとお腹減った。」と仰っておられました。



## 午前の活動紹介

先月号で紹介した壁面制作やガーランド制作に加え、午前中には塗り絵なども行っています。季節に合った塗り絵をお渡しすると、同席の方々との色にしようかと相談しながら塗り進めておられます。また、お誕生会やイベント時の文字の色塗りは主に男性陣が塗って下さっています。

完成した塗り絵は、フロアの中心の鳩時計の周りに飾っています





小規模多機能ホーム 「楽々」らら

ホワイトデー

今年の「ホワイトデー」はお花のプレゼントとスイーツでのおもてなしです。昼食後まずは、映画館さながらにソファアールに座って「銀座の恋の物語」を鑑賞。「裕ちゃんかつこいいわ〜」「浅丘ルリ子も可愛いわ〜」と登場する俳優の名前やエピソードを次々に教えて下さいます。

男性職員からのお花のプレゼントを持って「はいチーズ」。皆様少女のような笑顔です。



最後は男性職員手作りのスイーツの盛り合わせでティータイム。ゼリー、ティラミス、プリンにブラウニー・・・「わあ、かわいい!」「全部食べていいの?」「全部ここで作ったん?」「美味しいわ!」「甘さもちょうどいいわ!」少食の方のフォークも止まりません。皆様笑顔で完食でした。

また、男性利用者様には奥様に感謝のカードを贈って頂きました。



寄せ植え

ベランダで春の花を育てています。パンジー、チューリップなどの寄せ植えです。12月に苗を植え、利用者様と一緒に水やりをして育てています。花の好きな方は来所のたびに「大きくなったかな?」「あく大きくなったね」「花も沢山咲いてきたね」と窓越しに嬉しそうに話されます。北側のベランダなのでゆっくりとした成長です。チューリップの満開は4月、もうしばらくの間ベランダを彩ってくれそうです。



広報担当

広報担当は月刊みどりんぐを発行しています。今、色々制限がある中、少しでも楽しい紙面を作ろうと毎月奮闘しています。前向きに物事をとらえて「コロナ禍で始めたこと・増えたこと」を聞きました。

 米澤	 上野	 宮崎
読書の時間	子供との時間	家庭菜園
 齋藤	 中西	
孫との時間	家での映画鑑賞	



グループホーム「音々」ねね

3月合同お誕生日会

3月31日に、音々3階で、3月にお誕生日を迎えられた入居者様3名の合同お誕生日会が行われました。当日は、朝から職員が手作りの誕生日ケーキ作りにとりかかりました。今回は、どのような食事形態の方でも召し上がって頂けるように、マシュマロとクリームチーズをベースにした音々3階初のケーキ作りに挑戦しました。午後からフロアの飾り付けを行い、ハッピーバースデーの曲が流れ始めると、お誕生日会がスタート！皆が曲に合わせて手拍子をとる中、職員がお一人ずつにプレゼントをお渡しし、バースデーカードに書かれているメッセージを読み上げていきました。



HAPPY BIRTHDAY



後半には、いよいよ音々3階初の誕生日ケーキが登場！ケーキの横には小さなプリンも添えました。配膳させて頂くと、「変わったケーキやね美味しいわ」「初めて食べる味やけど、いくらでも頂けるわ」等、皆様から嬉しいお言葉を頂きました。3月にお誕生日を迎えられた皆様、これからも、どうぞお元気にお過ごし下さい。

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  
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



## ケアプランセンター

当事業所のケアマネージャーは5名在籍しています。情報共有のための会議を毎週開催したり、常日頃から対話を心掛けたりと、職員間の連携を密にし、利用者様との信頼関係に繋がるようにと思っております。

ご利用者・ご家族様をはじめ、近隣の方々や各事業所様に支えて頂きながら今年の5月で開設17年（移転前含む）を迎えます。これからも皆様のご期待に応えられる様、精進してまいりますのでどうぞ宜しくお願いいたします。



## ヘルパーステーション

ヘルパーステーションは、職員3名、登録ヘルパー11名でご利用者様のご自宅を訪問しています。

職員同士で情報の共有をし、何でも話し合える職場作りを心がけています。ご利用者様が、安心してご自宅で暮らせるような支援を職員一同目指しています。

笑顔、まごころ、元氣をお届けできるよう、これからも頑張つて参ります！



## 管理栄養士の小話

新じゃが芋、新玉ねぎ、筍と沢山の春野菜が店頭に並ぶようになってきました。今回はきゃべつの新物とひね物の差について取り上げたいと思います。

春きゃべつは、葉が柔らかくみずみずしいのでサラダや浅漬けなど生食がおすすめです。生で食べるとビタミンU（胃粘膜の保護をする成分）やイソチオシアネード（抗酸化作用を持つ成分）などの機能性成分が期待できます。

葉がしっかりしている冬キャベツは甘みがあり煮崩れしにくいのでロールキャベツなど煮物に向いています。栄養素や成分は同じですが、ビタミンCは冬場の方が多いと言われています。

## 春キャベツのレシピ



☆きゃべつのごま和え(2人分)☆

(材料)

- ・きゃべつ 2枚・濃口しょうゆ 小さじ1
- ・ごま油 小さじ1・炒り胡麻 適量
- ・味付けのり 1枚

(作り方)

- ① きゃべつは固い芯を取り食べやすい大きさに切る。
- ② 濃口しょうゆとごま油を①と和え、炒りごまと味付けのりを加えて混ぜる。

## 桃の里



花の便りが相次ぐ今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか？桜の開花も例年より早く、春の訪れを早く感じることが出来たのではないのでしょうか。

去年は、新型コロナウイルスの感染拡大が始まりお花見どころではなかった方も多いかと思えます。今年は、「新しい生活様式」にも慣れ、近場でお花見を楽しまれた方もいらっしゃるのではないでしょうか。

私自身は、自宅付近の公園の桜を散歩の際に見て、春の訪れを感じていました。新型コロナウイルスの影響で、外に出る機会も少ない日々ですが、きれいな景観に心癒されることが出来ました。

日本の国花であり、親しみも深い桜。そんな桜を気兼ねなく、楽しめる日が、早く訪れてほしいものです。

広報担当 ▼ 宮崎・中西・上野

齋藤・米澤