

# 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

## 節分の鬼退治!



## 二月二日は節分

陣太鼓の音と共に3体の鬼が現れると「怖いわ」との声も。

2月2日は節分です!  
昼食は恵方巻やイワシのつみれを召し上がって頂いた後、鬼への豆まきをしました。

強そうな3鬼!



勝ったー



皆で豆を投げつけますが、中には豆を自分から取りに行き、鬼に強めに投げつける方も・鬼は段々と弱っていき、ついにはバタリバタリと倒れて行きました。倒れた鬼に豆を投げつける方もおられ、鬼はコテパンにやつつけられました。  
ふと見ると、鬼は又立ち上がり、「鬼のパンツ」の曲に合わせて鬼ダンス♪最後は鬼の手振りを真似て一緒に踊り、記念写真撮って、バイバイと手を振り鬼は退散しました。



戦い(4回)を終えた  
たびれ気味の鬼達

最後に、邪気を払い福を呼べるようお願いしつつ皆でおやつので除饅頭を食べました。良い春を迎えられますように♪



おいしいよ~



認知症対応型デイサービスセンター「ここにこ」

## 新春・書初め大会

年始最初の行事は、毎年恒例の初詣と書初め大会。初詣はコロナ禍と年末年始の寒波の影響で断念しましたが、書初め大会は行いました。最初は皆さん、「何を書いていいかわからんわ」「筆なんて長い事持ってないから…」と仰っていましたが、いざ筆を持つと真剣な表情で筆を進めておられました。何枚か書き見比べて、「これにするわ」と掲示する作品を選んで下さいました。



書初めのお題も様々で今年の抱負や大好物の食べ物、また早く暖かくなって欲しい願いも込めて春や桜等もありました。台紙に貼りフロアに掲示すると、皆で見て「あれは誰が書いたのかな」「あの字は綺麗なあ」と日々の話題に上がっています。1月いっぱい掲示し、2月から持ち帰りして頂きます。

## お誕生日会

今月は、お誕生日の方が二名おられ、1月7日と、1月26日の両日で、3名の方のお誕生日をお祝いしました。1月7日は、2名の方の合同のお誕生日会、26日は1名の方のお誕生日会となりました。

両日とも入居者様の司会によって、誕生日会が開催されました。まず、電子ピアノの演奏・手拍子・

歌と共に職員手作りのケーキが運ばれ、皆さん顔をほころばせていました。その後、「お誕生日おめでとうございませす」の言葉と共に、入居者様からプレゼントを渡され、笑顔で受け取っておられました。



グループホーム「音々」ねね



受け取ったプレゼントの包みを、「何が入ったんのやるな」と楽しそうに開けられ、中身を見て満面の笑みで「ありがとうな」と仰っていました。最後は、切り分けられたケーキを皆さんで召し上がられ、笑顔に満ちたお誕生日会となりました。

小規模多機能ホーム 「楽々」らら

新年会「楽々の屋」

1月21日に、新年会を行いました。「楽々の屋」と題し利用者様をおもてなしです。職員が「料理長」「支配人」「大女将」などに扮します。昼食の献立は春の食材を使った料理長渾身の「春の御膳」。ピアノの生演奏が流れる中、「ご馳走やな〜」「どれから食べたらいいか分からない」「全部美味しいわ」と皆様。いつも少食の方のお箸は止まらず、ノンアルコールビールを飲まれた方も嬉しそうなお顔。



午後は職員のかくし芸です。「漫才」「ダンス」「三味線」「歌」…。笑いあり、手拍子あり、いつも寡黙な方も笑顔で参加です。演目が終わるたびに拍手が響きます。笑顔あふれる新年会でした。



管理栄養士の小話



節分と言えば恵方巻ですが、のりには、ビタミンやミネラルが豊富に含まれています。特にビタミンCは通常、加熱されると壊れやすいのですが、のりのビタミンCは加熱しても壊れにくいとされています。また、薬膳では体内の余分な水分を取り除く作用（むくみや痰のつまり）や体内の余分な熱を取り除く作用があると言われています。ただし、冷え症状がある方は控えめが良いようです。

～もやしのにりとえ～

材料（2人分）

- |     |      |       |          |
|-----|------|-------|----------|
| もやし | 100g | カットのり | 0.5g     |
| 大葉  | 1枚   | みりん   | 小さじ1     |
| 砂糖  | 小さじ1 | 濃口醤油  | 小さじ1と1/2 |

作り方

- ① もやしを塩ゆでする。
- ② 大葉を千切りし、カットのり、みりん、砂糖、濃口醤油を混ぜる。
- ③ ①をざるにあげ、②と和える。



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  
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



職員紹介



(グループホーム)

- ★趣味…音楽鑑賞♪The yellow Monkey♡
- ★特技…好きな事は家事
- ★好きな食べ物…ナッツ類
- ★皆さんに一言…コロナ禍で大変ですが、笑顔で楽しい日々を送っていきましょう!!



(ヘルプステーション)

- ★趣味…山登・ドライブ(運転するのが好き)
- ★特技…ありません
- ★好きな食べ物…ラーメン・お好み焼き
- ★皆さんに一言…元気いっぱい頑張ります♡



(ケアプランセンター)

- ★趣味…お寺・神社参り
- ★特技…ないです
- ★好きな食べ物…おそば・和菓子
- ★皆さんに一言…いつも笑顔で心がけ、ワクワクして、楽しんで仕事をしようと思います。これからもよろしくお願い致します。



(認知症対応型デイサービスセンター)

- ★趣味…レコード・CD 収集・弾き語り・カードゲーム
- ★特技…ギター・クロスワード作り
- ★好きな食べ物…ウナギ
- ★皆さんに一言…明るく楽しく仕事しますのでよろしくお願い致します!

桃の里



今年の「節分」は12年ぶりに2月2日です。地球が太陽の周りをまわる時間が365日と約6時間なので、ずれが生じて毎年2月3日ではないそうです。「節分」は翌日から新しい季節が始まる区切りの日、「豆まき」は季節の変わり目に発生する邪気(鬼)に豆をぶつけて追い払うという意味があります。

そして「立春」は新しい季節「春」が始まる日です。まだまだ寒い日は続きますが、徐々に太陽の出ている時間が長くなり、至るところで春の気配を感じられるようになります。

今、ステイホームで外出を控えています。やわらかな陽を浴び、梅を愛で、体中で春を感じながら散歩できる日が一日も早く来ることを願ってやみません。

広報担当 ▼ 宮崎・中西・上野

齋藤・米澤