

# 月刊みどりんぐ 11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こにこ

## 本格 蕎麦打ち体験

蕎麦打ちが特技の職員による蕎麦打ち体験&手打ち蕎麦試食会を2日間行いました。

蕎麦粉に水を入れると蕎麦の香りが一気に立ち、皆さん「蕎麦の香りがしてきた。」と仰っていました。器用に蕎麦粉をこねて一塊にしていく様子を一心にご覧になり、生地を伸ばす練習では隣の職員の手つきをよく見て真似して下さいました。



### 真剣

美味しかったよ



生地を伸ばす作業では「兄ちゃん上手やな。本職か？」と尋ねておられました。

生地に皆さん口々に「早く食べたいなあ」と仰って下さいました。早速、湯がいて試食です。「美味しい」とお替わりされる方が殆どで「もう晩御飯食べられへん」と皆さん満腹で帰って行かれました。

グループホーム「音々」ねね

## 緑橋ハロウィン

日本でも今やお馴染みとなったハロウィン。音々でも今年ハロウィンパーティーを開催しました。

2階では同日にお誕生日の入居者様のお祝いもさせて頂き、職員手作りの誕生日ケーキを美味しく召し上がって下さいました。



3階でも、2階に負けてなるものか!と、皆様気合いの入った仮装を披露して下さいました。職員手作りの「魔女のモンブラン」や「おばけのカボチャプリン」を召し上がりながら、楽しい時間を過ごされてました。





小規模多機能ホーム「楽々」らら

壁画と記念写真



毎月制作している壁画飾り。

今月は「猫と秋刀魚」。それを見ながら思い出話です。「昔、秋刀魚は七輪で外で焼いたな」「煙がすごかったわ」「炭で焼くと美味しかった」「隣のご飯が秋刀魚つてすぐにわかったわ」「割烹着か前掛けてたなあ」等・・・。そこで前掛けをして記念写真をパチリ！



スイーツバイキング



10月26日に「秋のスイーツバイキング」を開催しました。メニューから選ばれた時の真剣な顔。「どれにしようかな」「私は全部！」「お任せするわ！」。

運ばれると「わく美味しそう！」「全部美味しいわ」「他の人の見ると私も食べたくなってきたわ」「皆で食べるから美味しいわ」・・・。皆様笑顔のひと時でした。

管理栄養士の小話

『高齢者に必要なエネルギー』

食事摂取基準は性別と年齢、身体活動レベルによりエネルギーは変わってきます。

運動習慣のある方のエネルギー量は増えますが、主に座位中心の生活を送っている方の場合、65～74歳男性：2050kcal、75歳以上男性：1800kcal、65～74歳女性：1550kcal、75歳以上女性：1400kcalになります。低栄養の予防も考えられていますので、食事を選ぶ際の参考にして下さい。

※緑橋の昼食は500kcalを目標に作っています。



ケアプランセンター職員



- ♥好きな食べ物  
エビフライ・グラタン
- ♥趣味  
料理・スポーツ観戦

みなさんどうぞ  
よろしくお願ひします。



桃の里

すっかり朝晩

冷え込む季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。今年も残すところ二カ月となり、この一年を振り返る機会も多いのではないかと思います。

私自身、今年は他のフロアの職員さんに、とにかくよく支えて頂きました。

当施設では、各フロアから選ばれた職員同士が、年中行事や各委員会活動を通して普段から横断的な交流を深めている為、いざという時、互いに助け合う事が自然となっています。日々突発的な事が起こる介護現場において非常に心強い体制となっています。

コロナ禍に見舞われた一年ではありましたが、残り二カ月を日々感謝の気持ちで納めたいと思います。

広報担当 ▼ 宮崎・中西・米澤

上野・齋藤

