

月刊みどりんぐ 9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 石井卓也



皆様お話に夢中!

ばんじいおはなし会 Jr.

8月22日(水)にばんじいおはなし会 Jr.の皆さんが来てくれました。初めに自己紹介をし、その後に持参した物語を前に出してお話してくれました。緊張しながら、物語の場面に合わせて声色を変えたり、暗記をして何も見ずに読んでくれてました。一人では持ちきれないほどの大きな手作りの絵を背伸びしながら見せてくれました。子供たちの一生懸命な姿を、「偉いなあ」「上手に出来ているね」と笑顔で見守っていたり、中には感動して涙を流しておられる利用者様、入居者様もいらっしやいました。

子供たちの可愛らしい朗読の後、「おはなし屋ねむり」さんによる紙芝居です。絵の中の人々が動き出しそうな迫力のある語りに、皆様夢中。時折入る面白いツッコミに大笑いしたり



懐かしい紙芝居の世界を前めりて楽しんでおられました。最後は子供たち、ねむりさんと順番に握手をしてお別れです。「しっかりとるね」「上手やったよ。」「来てくれてありがとう」と皆様手を離すのが嬉しい様子で話しかけておられました。各フロアに戻ってからも、「あの話面白かったな」「紙芝居なんて久しぶりやったわ」ととても楽しかった様子でした。次はどんなお話を持ってきてくださるのでしょうか。楽しみです。

10月のみどりんぐカフェは
10月7日(日)
開催します!
ご来場お待ちしております♪
(参加費100円)

認知症対応型デイサービスセンター「ここにこ」

夏の定番！流しそうめん

8月の中旬、少しでも涼を感じて頂けるようにと、流しそうめんを開催しました。当日の朝には、そうめんのお供となるいなり寿司を利用者様と作りました。「昔は良く作ったわ〜！」と揚げにご飯を詰める作業はお手の物。あつという間に60個のいなり寿司が完成しました。いよいよ昼食の時間です！お箸とおわんを手に、準備万端です。上からそうめんが流れてくると、初めはなかなか上

いなり寿司も
美味しそう！



手く掴めず流れてしまっていました。徐々にコツを掴まれ、汁につけて美味しそうにすすっておられました。普段は少食のご利用者様も流れてくるそうめんをどんどん掴み、たくさん召し上がられていました。また、お供のいなり寿司も大変好評で「もう1つちょうだい」「まだ残ってる？」と職員に声を掛けていました。

夏を満喫、お腹も満たされ、笑顔満開の行事となりました。

小規模多機能ホーム「楽々」らら

夏の恒例 スイカ割り

楽々では13日(月)にスイカ割り大会を行いました。まずは皆様に輪になって盆踊りの炭鉦節を音楽に合わせて踊ったり、スイカのビーチボールでボール遊びをしました。

そしてお待ち兼ねのスイカが登場するとロク々に「こんなおっきいスイカ見たことない！」と仰られ、一人ずつスイカを持って頂くと「6キロくらいあるかな？」と仰られていましたが実際に計ってみると12キロもあり皆様驚かれました。



スイカ割りでは順番に目隠しをし、手には棒を持って頂きました。みんなの「もう少し左！右！」の声を頼りに進み、意を決して棒を振り下ろします。スイカには当たるものの皮が厚く中々割れませぬ。利用者様に続き職員もチャレンジし、ヒビが入るだけで意外と割れず。最後は職員が渾身の力で綺麗に割ることが出来ました。

おやつには冷やしておいたスイカを「旬のものは美味しいね」と美味しく頂きました。



グループホーム「音々」ねね

ホットケーキ作り

おやつに、みんなでホットケーキを作りました！

まずは、材料を入れかき混ぜます。「ダメにならないように、混ぜて下さい」とお願いすると「これでいけるかなあ？」と言いながら、かき混ぜてくれました。

焼く時も、「量多過ぎたかな？」「隣の、くっついちゃう！」と心配そうな様子でした。



良い焼き色！

今回は、少し和風なホットケーキという事で、トッピングはいも餡と餡子の2種類から選んでもらいました。そして、上からホイップクリームをのせて出来上がり！中には、2枚重ねてどら焼きのように間に挟み、召し上がる方も！頑張った甲斐あり、「美味しい！」と好評でした。

しかし、「ふつつつ穴開いてきたから、そろそろかな？」と確認しながら、ひっくり返している様子は、とても手慣れておられました！



ボリュームたっぷり！



新人ケアマネから見た
ケアマネージャーの仕事

こんにちは、新人ケアマネージャー深田です。なかなか分かりにくい居宅介護支援事業所（ケアプランセンター）ケアマネージャーの仕事、紹介させて頂きます。

はじめに、ケアマネージャーはご存知ですか？利用者様に、介護保険の説明や手続きをしたり、事業所を紹介したり・他にもまだまだあります。介護の知識を広く持った専門家として、利用者様の必要とするサービスを組み込んだケアプランを作成し、利用者様と事業者の連絡調整をする仕事です。

「私にはどんなサービスが必要なのか？」戸惑われる方も多いと思われます。ケアマネージャーは、環境面や体調、精神面など詳しくお聞きし、ご家族や今後の事も考慮して

合ったサービスを提案していきます。

利用者様の個性を知って、尊重することから仕事が始まる、そんな思いで、日々精進したいと思います

書類が多いのにビックリ…！



ケアプランセンター職員達です

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: 06-6971-8881

TEL: 06-6971-9001

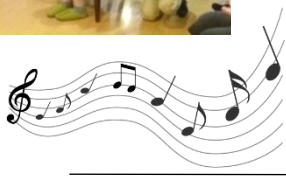
見学 体験利用 ケアプラン 介護保険サービス訪問介護等
お気軽にご相談ください

音楽療法

当施設では、毎月1回音楽療法士2名が企画して、施設全体で音楽療法を実施しています♪

内容としては、季節の歌はもちろん、昔その時期に流行った歌、作詞・作曲者に関わる歌、出来事を振り返って懐かしんで頂いています♪

歌だけでなく、簡単なゲームで身体も動かす事も行っています♪



利用者様の中には、なかなか打ち解けてない様子の方も、音楽療法を行う事で次第に口ずさんだり、手拍子でリズムをとったりされています♪

音楽療法も回を重ねるごとに盛り上がり、場の雰囲気も良く、終わった後も皆さん笑顔で満足した様子です♪



管理栄養士の小話

8月『玉ねぎ』

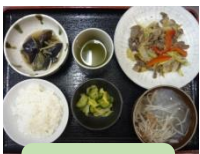
今年もハミング農園で沢山育ちました☆



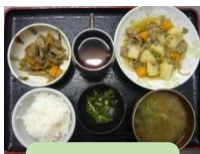
毎年ハミングベル中道の屋上で玉ねぎを育てています。今年も沢山収穫出来ました♪

玉ねぎは、お肉や野菜等色々な食材と相性が良く、調理法の面においても煮ても焼いても炒めても揚げても美味しい万能食材です。緑橋のお昼ご飯でも7～8月の1か月程、昼ごはんでは毎回色々なおかずに変身して提供致しました♪

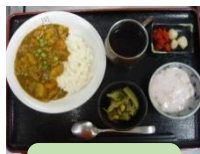
さて、そんな玉ねぎの栄養成分ですが、血液をサラサラにしてくれる働きがあるのは有名ですよね♪硫化アリルという成分で香りと辛味の素になっています。水溶性なので水にさらすとその成分が失われるので注意が必要です。血液の流れをサラサラにしてくれることで、体内循環がスムーズになる為、動脈硬化や心筋梗塞、むくみや冷え性の予防や改善にも繋がります。血液は一度ドロドロになってしまうとサラサラになりにくいので、普段から予防する意味でも積極的に摂っておきたいですね☆



野菜炒めに



肉じゃがに



カレーに

日本では秋の夜長を楽しむ行事といえば十五夜のお月見ですね。今年、中秋の名月（十五夜）は9月24日です。十五夜は毎月あるのに、中秋の名月だけお月見をするのは月がとても美しく見え、お月見をするのに最も適している日だからです。

十五夜のお供え物といえは「お団子」ですね。丸い形は縁起が良く、健康や幸せを祈願する意味もあり、食べる事によって神様との結び付きが強くなると考えられている為、食べても美味しいと言われています。

また新月や満月は願い事をする時と叶うとも言われています。今年の十五夜は綺麗な月を眺めてお団子をほおばりながら一年の健康を祈るなどしてみてもいいかもしれませんね。

広報担当 ▼ 佐藤・橋爪・若見・宝本・宮崎

桃の里

