

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



構えが様になってます！



カッコいいよさこい踊りでした



皆で屋台ご飯おいしかったですね！



今年も大盛況！納涼祭！！



8月27日(日)にハミングベル中道で、毎年恒例の納涼祭が開催されました。

ハミングベル緑橋からも小規模やグループホームの利用者の方々と職員一緒に参加してきました！納涼祭では射的やスパーボール・綿菓子を用意されていました。皆様順番にゲームをされ、「子供の頃よくやったな〜」「なつかしいわ〜」と仰られながら楽しまれていました。

また、今年ハミングベルに入職された職員が中心として結成されたよさこい踊りがあり、音楽が鳴ると皆様踊りを熱心に御覧になられ、会場をさらに華やかにしてくれていました。

夕方からはお好み焼きや焼そば・焼き鳥・フランクフルト・フライドポテト・フルーツなどの屋台が始まり緑

橋からはグループホームの御家族の方も利用者の方と一緒に参加頂きました。また、地域の方も来られ大勢のお客様でとても賑わっていました。

納涼祭では屋台やゲーム、よさこい踊りの他に地域の方々による和太鼓も披露されました。和太鼓は迫力があり、とても見ごたえたっぷりでした！最後は皆で盆踊りを踊って楽しい夏祭りの締めくくりとなりました。



10月のみどりんぐカフェは

次回 10月1日開催します

緑橋 1Fフロア

ご来場お待ちしております♪



認知症対応型デイサービスセンター「ここにこ」

すいか割り

19日(土)に夏の定番、「すいか割り」を行いました。

目隠しをし、棒を持って準備万端! 「もつと前!」「右やって!」と職員や他の利用者様の声掛けがあり、目隠しで前が見えない中、すいかの位置をそれぞれ探し当てておられました。「割れるかな」と心配しつつ棒を振りかざすと、見事命中。ヒビが入り中から果汁が溢れ出してきました。

その後も何度か命中させること、沢山ヒビ割れていき、最後には綺麗に真二つ! ヒビが入



る度に歓声が上ががり、フロアも大盛り上がりでした。

皆で力を合わせて割ったすいかはジュースにして、おやつ時間にすいかと一緒に頂きました。三角に切ったすいかを手に取り、素敵な笑顔で記念撮影も行いました。肝心のお味はと言うと、「甘くて美味しい!」「ジュースもすっきりとしている」と大評判でした。お皿に山盛りのすいかを何度もおかわりされる利用者様もおられました。

日中暑い毎日が続きますが、すいかで身体を冷やして夏らしく涼しげな1日になりました。

小規模多機能ホーム「楽々」らら

夏の思い出

9日(水)にスイカ割りを行ないました。順番に利用者様には目隠しをして、手には棒を持って頂きました。みんなの「もう少し左! 右!あと半歩下がって・・・」の声を頼りに進み、意を決して棒を振り下ろします。誤って床を叩いてしまう方やスイカには当たるとの皮が厚く割れない方と様々です。利用者様に続き職員もチャレンジしますが、意外と割れず!。最後は目隠しなしで思いっきり叩き割ることができました。おやつには冷やしておいたスイカを提供しました。皆様「やっぱすいかは体に染みるな。」「暑くて食べられへん時でもすいかは食べられるな。」と口々に話され、とても喜んでおられました。



流し素麺楽しかったですね!

また、20日(日)にはそうめん流しを行ないました。長い竹をテーブルにセットし、利用者の方達がお椀を持って竹の周りを囲むと、いつでもそうめんをキャッチする準備万端です。皆様「こんなの初めてやわ」と仰られる方も多く、流れてくるそうめんをすくうのに一苦労しておられますが、コップを掴むと、下に落ちる前までに殆どすくっておられました。「もつと流して〜」「次私とるわ」とそうめんのリクエストが沢山! 「こんなんして食べるのもいつもより食べてしまいうな」とお腹いっぱいまで流しそうめんを楽しまれていました。



屋台の食べ物おいしい!

8月5日の昼、夕方と8月19日の3回に分けてグループホームは地域の夏祭りに参加しました。5日の昼には東成区民センターにて行われた祭りに参加しました。室内で行われていた為、涼しく快適に楽しむことができました。入り口で大阪地下鉄のイベントがあり、車掌さん風の帽子を配っていたのでみんな被って写真も撮りました。無料のハンドマッサージコーナーが

地域夏祭りに参加!

グループホーム「音々」ねね

19日は南深江公園での盆踊りに参加しました。「バハマ・ママ」という変わった踊りや炭坑節などなじみの踊りなど色々流れてみなさん楽しく踊って楽しめました。来年もまた行きたくなる楽しい夏祭りでした!

ありマッサージを受けてみなさん喜ばれていました。夕方には東小橋公園での盆踊りに参加しました。屋台がたくさんあり、からあげ、焼きそば、フランクフルトを食べながら祭りを楽しみました。暑さを忘れて踊りを楽しみました!

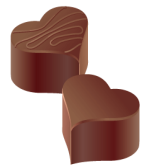


盆踊りでみんな楽しそう!!



小規模多機能 4階介護職
小川 昌希

グループホーム 3階介護職
児玉 純子



好きな食べ物

ケーキとアイス! 1日1つは食べています

今後の抱負

少しでも早く業務を覚え、楽しく笑顔で頑張ります!

好きな食べ物

餃子! 常時手放せないものはチョコレート

今後の抱負

足手まといにならないよう、頑張りますのでよろしくお願いします!

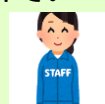
職員紹介

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

~職員募集中~

- ・ヘルパーステーション
 - ・グループホーム
- 介護職員大募集!
まずはお気軽にお問い合わせ下さい



ほのぼのお話会Jr.の皆さん

8月23日、「ばんじいお話会Jr」ボランティアさんが来て下さいました。年2回、絵本の本読み、暗唱を行って来ます。今回は小学校3年生から13才の子まで5名のお子さんと大人の方2名が来てくれました。

発表中は一生懸命な子ども達の姿を、皆真剣に見つめ、暗唱で、時に詰まってしまう子どもさんがいれば、「頑張れ〜」の応援の声が起こり、発表が終わると温かい拍手が贈られていました。



発表が終わると、この拍手♪この笑顔♪



2フロアで2公演の最後は、子ども達が順に席を回り、1人ずつの握手会です。子ども達からのお礼の言葉に、「頑張つてや」「上手やったで」と声を掛け、しっかりと手を握りしめておられました。



大きい絵本も！皆、真剣に見守ります。

管理栄養士の小話

9月『話題のスーパーフードって？』



アメリカ発祥であり、最近日本でもブームになってきている植物由来の健康食品の一種です。定義としては一般社団法人スーパーフード協会が『一般的な食品より栄養価の高い食品である』と認めたものです。この一般的な食品という部分に特に科学的根拠は無い様です。長年アメリカで愛用され、健康に寄与してきたと認知されている食材である事がスーパーフードの条件となっています。それらの食材の中でもハリウッドセレブが愛用していて日本でも話題に

なっているチアシードについて紹介致します。南米で栽培されている果実の種です。直径2mm程の黒ゴマの様な見た目です。無味無臭で食物繊維やαリノレン酸、体で生成する事が出来ない必須アミノ酸を豊富に含んでいます。水に浸透させると8倍~10倍に膨らんでジェル状になります。少量で満腹感を得られる事でダイエット食品としても活用されています。クセのない味なので、サラダの上やヨーグルトに混ぜて食べてみてはいかがでしょうか。

桃の里



桃の節句や端午の節句はとも有名ですが、9月に「菊の節句」があることはご存知ですか？菊の節句は9月9日の重陽の節句の別名です。菊を用いて「不老長寿」を願うことから、菊の節句という名前がついています。

重陽の節句は五節句のひとつで、他には端午の節句、七夕の節句等があります。桃の節句はチラシ寿司、端午の節句にはちまき等のように、菊の節句には「食用菊」、「秋茄子」、「栗ご飯」をお祝いに食べるそうです。また、お風呂の湯船に菊を浮かべる「菊湯」や、桃の節句で飾った雛人形を虫干しも兼ねてもう一度飾る「後の雛」という風習もあります。

季節の変わり目にその季節の食べ物を食べるとい文化は日本特有です。皆様もこの秋は、元気に過ごせることを願って、栗ご飯を食べてみませんか？

広報担当▼佐藤・橋爪・松尾・宝本・宮崎