

月刊みどりんぐ 7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



楽々 4階



音々 2階



デイ にここにこ



音々 3階

フラワーコンテスト

6月14日(水)にサービス向上担当が主となって「フラワーコンテスト」を開催しました。その名の通りお花に関する作品を各フロアが出品し、どこが一番素晴らしい作品かをコンテスト形式で競うというものです。

コンテストの名前を生け花ではなく、フラワーコンテストにしたのは、花に関する物なら生花でも造花でも、折り紙や布で作った花でも良いという思いからです。

コンテストではまず花に関するクイズをして雰囲気を高めていきました。クイズが終わるといよいよ皆様が見ておられる前で各フロアの代表の利用者様と職員のペアが一斉に作品作りに取り組みます。その様子を見ていた各フロアの利用者様・入居者様から応援の声も飛んでいました！

生花にこだわらないことで各フロアの個性や創意工夫がより発揮された作品が完成しました。

どの作品も工夫を凝らしておられ、審査員の方も甲乙つけがたい様子でした。これまでのコンテストの中で一番審査が難航しましたが、厳正なる審査の結果・・・楽々の作品が優勝となりました。他の作品もどれも素晴らしかったとの総評があり、大いに盛り上げたコンテストとなりました。



8月のみどりんぐカフェは

次回 8月6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」

ここにこ たこパーティー

19日(月)に、たこパーティーを行いました。昔から夏至にたこを食べる習慣があるというので、夏至には一足はやいですが企画しました。当日は、材料を近くのスーパーに買いに行き、午前中に利用者様に材料を切って頂きました。ただ、たこは弾力があり硬いと感じる方もおられる為、たこの代わりにカニカマを用意しました。



せーの！で一緒にたこの口

午後からは屋台風のセットを組み鉢巻を巻いた職員が、た



熱々をほおばりました！

こ焼き屋の大将さながらに焼き上げます。できあがったものは早速皆様に提供します。「おいしい、おいしい。」と箸が進みます。

また今回は、たこ焼きの後にホットケーキミックスでベビーカステラ風も焼きました。たこ焼きでしょっぱくなつた口をカステラが優しく甘みで包みます。たこ焼きをたくさん食べた方も、別腹とどんどん進んで食べておられました。

お腹も満腹で楽しいひと時となりました。

小規模多機能ホーム「楽々」らら

スタンプラリーで絆を！

六月二十五日(日)に、グループホームと一緒に、スタンプラリーを行ないました。各フロアの利用者様との、混合四チームに分かれて、運動ゲームや、脳トレ・クイズなどを、二階、三階、四階のフロア全階を使って、チーム対抗方式で、楽しく競い合いました。

日頃は、余り接する事も無い利用者様同士が力を合わせて、ゲームやクイズに、真剣に取り組みれていました。普段使わな



楽しかったですね！



元気に身体を動かしました！

おやつを召し上がって頂きました。その後は全員で合唱して、クールダウンをして頂きました。優勝されたチームの方々には、金メダルの授与もありました。終了後は、「疲れただけ、知らん人と話して、一緒にゲームやクイズが出来て、楽しかったわ。また、今度もやって欲しいなあ。」と感想を述べられていました。この日は、ゲームの結果云々より、ハミングベル緑橋の利用者様が、一体となつて、新しい絆を築けた一日となりました。

グループホーム「音々」ねね

誕生日会

6月27日、28日と2日間にわけて3階入居者様の96歳の誕生日を祝いさせてもらいました。27日はあべのハルカスに出かけ！展望台では大阪の街を一望でき、景色に夢中でした。「嬉しい！家族に自慢するわ！」と大変喜ばれた様子でした。おいしいおやつを食べ、買い物を楽しみました。雑貨店では「たまには孫に何か買ってあげたい」と商品を見つくりと選んでおられました。



思い出いっぱいですね！

28日は3階入居者様全員で誕生日会を開きお祝いしました。職員の手作りケーキを見て「おいしそうやなあ」と言いながら灯つたろうそくの火を勢いよく消されました。隣席の方からプレゼントとメッセージカードを受け取り「ありがとう！」と大変喜ばれた様子。ケーキを食べた後にはフロアに貼っているカエルの前にて全員で記念写真を撮りました。今年も楽しい1年を過ごしてくださいね。



みんなで記念写真！！



☆好きなことは？

海外、国内のミステリー小説を読む事。折り紙。

☆休日の過ごし方は？

図書館で本を読んだり、仕事に関係する勉強をする事。本屋巡りやご朱印帳を持って神社巡りする事。

☆意気込みをどうぞ！！

介護職は経験がありませんが、思いやりと覚悟を持って「受容・共感・傾聴」を忘れず、「今日1日楽しかった。ありがとう」と言って頂くことを目標に頑張っていきたいです！



小規模多機能型居宅介護
楽々 介護職員
中西 博子

緑橋職員紹介

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

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

～職員募集中～

- ・グループホーム
- ・小規模多機能介護職員募集！
- 一緒に働きませんか



感謝の集い

6月18日、感謝の集いが催されました。日頃からお世話になっている地域の方、ボランティアの方への感謝を込めて食事と音楽会を楽しんで頂くという催しで、法人開設当初より毎年行われています。

第1部のビュッフェパーティーでは、長年、当法人でのボランティア活動をして頂いている生け花クラブの先生方、社交ダンスチームの皆様への感謝状を贈呈、また5年10年勤続の職員への表彰式が行われました。



くじ引き大会も行われ、ハミングベル中道で取れた野菜等、持ち帰って頂きました。

続いての2部では、テノール、ソプラノ、ピアノコンサート。美しいだけでなく、おもしろいお話を加えての2時間のコンサートはあつという間に過ぎていきました。様々な形で、支えて下さっている皆様方、本当に有難うございます

管理栄養士の小話

7月『夏バテ防止の食べ物』



◎そもそも、夏バテとは？

「からだがだるい」「食欲が無い」「眠れない」などの不調が続いている状態です。

食欲減退→喉が渇いて水分ばかり摂取→栄養が偏る→より夏バテが進み悪循環に…。

◎疲労回復効果のある食べ物を摂取！

・まずは身体の基盤『たんぱく質』

夏はそうめんや、冷たいジュースなどを飲むので糖質ばかり摂りがちです。そして冷たい物は胃腸の働きを弱めます。食事の中に

1品はお肉、お魚や大豆などのたんぱく質を多く含んだ温かい食べ物を摂る事をお勧めします。

・野菜と果物も大切

野菜や果物には疲労回復を助けてくれるビタミンやミネラルが含まれています。特に酸っぱい食べ物の中に入っているクエン酸には身体の中にある乳酸という疲労物質の分解作用があります。さっぱりしているので食べ進みもよくなります。是非、参考にして下さい。

桃の里

七月といえば、七夕ですね！七夕は元々、旧暦のお盆の行事だったのですが、新暦に変わり1つの行事になったそうです。

そして七夕飾りに無くてはならない笹ですが、日本では、笹は神聖なものとされてきました。笹は根強く、耐久性、繁殖力ともに強く、風にそよぐ葉の音には、神様や祖先の霊が宿ると考えられており、昔から神事などに使われていました。

短冊に願いを書くようになったのは江戸時代からです。まだ字を書ける人があまりいない時代に字を書くことが不得意な人が短冊に「字がうまくなりませんように」と願いを書き出し、それが広まったそうです。

一人一人願う事は違いますが、願い事がかかった時は嬉しいですよ！？

広報担当 ▼ 小川・橋爪・松尾・宝本・宮崎

