

ベルルだより

平成29年(2017年)

10月20日発行

第35号

社会福祉法人森の宮福祉会 ハミングベル中道 ・ ハミングベル緑橋
大阪市東成区中道2丁目7番1号 TEL06-6971-9788 FAX06-6971-9789

発行責任者 石塚克哉

<http://www.humming-bell.or.jp>



平成29年度ハミングベル中道納涼祭

8月27日



開会宣言、子ども開放のあと、北中道和太鼓クラブ「飛竜」の演奏。施設内の空気が揺らぎます。

いつもにぎやかな納涼祭ですが、今年は久しぶりに前日も当日も、にわか雨にたたられることもなく、例年にも増して多くの方々の来場があり、さまざまなお声で満ちあふれていた印象でした。



夏のなごりをハーモニーで飾る

屋台は毎年ご協力をいただいている日清医療食品とお好み焼きゆかりの皆様



今年の職員による踊りは「よさこい」



最高潮にさしかかったところで石塚理事長が挨拶



あふれる笑顔





総踊りのあと石塚統括施設長が閉会の挨拶

祭の最後は総踊り



子どもたちに大人気の射的



7月30日に運動会が行なわれました。今年度のキャッチフレーズは「負けられない戦いがそこにある」

特養・運動会

力と気持ちを一体に



みんなで作りあげ、みんなで楽しんだ納涼祭も片付ける時が... また来年

当日は午前と午後で2フロアずつに分かれて行われ、キャッチフレーズの通り、どちらのフロアも白熱した戦いとなりました。プログラムは、準備体操から始まり、エール交換、玉入れ、パン食い競争、応援合戦、綱引きと盛り沢山！



パン食い競争には利用者様はもちろんのこと、施設長や理事長、職員も参加し、大変盛り上がりました。競技に参加していない利用者様も、「がんばれー！」と声を出して応援してください、一体感の



ある素敵な運動会となりました。また、綱引きにはたくさんの家族様にも参加していただき、利用者様の応援にも一層熱がこもっていたように思います。



ユニホームを一新！



ピク、ネビ、ブルー、ライム、ブラック全部で5色です



ハミングベル中道特養ではこの十月より、ユニホームが変わりました。開所以来13年ぶりです。着た感じが今までより少し軽くなったとの声

緑橋の夏

夏まつさかりの8月、小規模多機能「楽々」は9日、デイサービス「にこにこ」では、19日と、それぞれスイカ割りを行いました。利用者様は手に棒を持ち、目隠しをして大きなスイカに挑みます。

「もう少し左！・・・右！あと半歩下がって！・・・」「もっと前！」他の利用者様や職員の声援が飛び交います。不安な中で声を頼りに意を決し、棒を振り下ろします。



「にこにこ」の方は、沢山のひび割れがうまくつながったようで、ついには、キレイに真っ二つに割れ、フロアは大盛り上がりでした。



一方、「楽々」の方は皮が厚かったのか、利用者様に

続き、職員もチャレンジしますが、なかなか割れませんが、最後は目隠し無しでどめの一撃を加え、割ることができました。

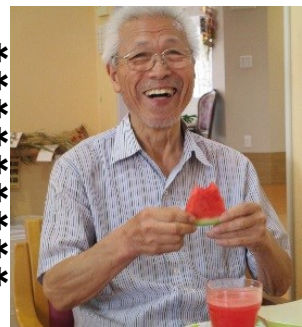
その後冷やしておいたスイカを提供しました。皆様「やっぱりスイカは体に染みるな。」「暑くて食べられへん時でも入るなあ。」と口々に話され、とても喜んでおられました。

デイサービス「にこにこ」でも皆で力を合わせて割ったスイカはジュースにして、おやつ時間に三角に切ったスイカと一緒に頂きました。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。お皿に山盛りのスイカを何度もおかわりされる利用者様もおられました。

暑い毎日が続いていましたが、スイカで身体を冷やして夏らしく涼しげな

1日になりました。

ステキな笑顔で記念撮影



白い流れで涼しく

小規模「楽々」らら

8月20日、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、利用者様それぞれがお椀を持って竹の周りを囲んだところで、準備万端整いました。



「こんなの初めてやわ〜」

とおっしゃる方も多く、最初は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、「ツを掴むと、下に落ちる前までにほとんどすくっておられました。」「もっと流して〜」「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というもより食べてしまわ〜」と、ワイワイとみんな楽しんでながら、お腹いっぱいまで召し上がっておられました。



趣向満載の敬老祭

ハミングベル緑橋

長寿を祝う敬老祭が9月23日に行われました。

まずはお昼ご飯。



松茸ご飯・お刺身三種・天麩羅五種盛合わせ・胡瓜とかかの酢の物・お吸い物・金箔水羊羹

普段より豪華な秋の味覚を楽しんで頂きます。



午後からは、デイサービスにここに・グループホーム「音々」・小規模多機能型居宅介護「楽々」の3部署合同の敬老祭が始まりました。

理事長による表彰状と紅白饅頭の贈呈です。一人ずつ、参加者から大きい拍手が贈られます。



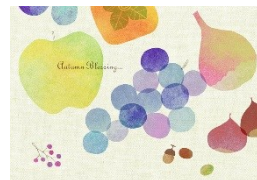
そして恒例のイベントのど自慢大会へ！それぞれの部署が趣向を凝らして用意・練習した利用者様と職員のコラボレーション。職員の出し物では出演者総出の「恋ダンス」を見て頂きました。夏からの練習の成果が出ていたでしょうか。



最後は、職員が一人一人に合わせて選んだプレゼントをおやつつの時間にお渡ししてお開きとなりました。



お決まりの「35億」の演出とダンスも息ぴったり。審査員も高得点！



優勝した楽々「フルソンのぶえ・たまみ with 0」

楽しさ満載の遠足

グループホーム「音々」

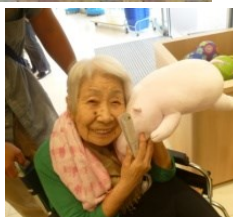
遠足行事として9月14日に万博記念公園内のエキスポシティに行きました。

大きなショッピングセンターに「大きいわ！すごいな！」と、皆様大興奮。

屋食は万博公園にちなんだメニューがあるレストランで、万博カツ丼やスパゲティなど色んなメニューを選ばれ「おいしいわ！お腹一杯！」と大満足の表情。食後には太陽の塔が

見える場所で想い出に残る記念撮影をしました。

最後に、生きているミュージアム「ニフレル」に行きました。魚、ホワイタヤイガー、ワニ、鳥類などさまざまな動物がいて「すごい！大きい！かわいい！」と皆様興奮され喜ばれていました。帰りの車内でも「良かったわ！また行きたい。」との声があり、職員もうれしく励みになりました。



長寿お祝い ありがとうございます いつまでも
特養 敬老祭

9月10日に利用者様の長寿を祝う目的で敬老祭が行われました。

長寿表彰では、各フロア歳の節目の方を対象に表彰式が行われました。職員手作りの賞状とプレゼントを笑顔で受け取っておられました。



中には、マイクを向けられると「まだまだ元気に頑張りましょう」と立派なスピーチをして下さる方がおられ、和や

かな雰囲気の中での行事となりました。

表彰式の後には、職員による琴の演奏があり、普段なかなか聴く機会の少ない琴の演奏をじっくりと聴いている方も多かったです。



今治タオルをプレゼントしました



ふだんとは違う職員の様子をじっと見入っておられます。



礼ちゃんの
リハビリコーナー

綿村礼 機能訓練指導員の

特養での機能訓練 第二回目

【口腔トレーニング】

口腔機能を維持・向上させるためには、その周囲の筋力のトレーニングが必要です。写真はパタカラ体操をしています。写真はパタカラ体操をしています。写真によって、食べ物を上手に喉の奥まで運ぶ一連の動作を鍛えることができます。



手作りうちわで格別の涼風

今年の夏も猛暑でした。そんな暑い毎日に涼しい風を、と、デイサービスでは8月に『うちわ』を手作りしました。



風鈴や金魚などの切り絵や、夏の俳句を思い思いにちりばめました。

「水草があったほうが、涼しげちゃうー？」とアイ



デアもどんどん湧いてきたようで、個性的な作品がたくさん出来ていました。最後に、職員特製のハミングベルマークのゴム印を添えて完成。自然な心地よい風を楽しめるよう、竹製のうちわを使用したのもこだわりポイントです。長く使えるものなので、是非大事に取っておいってくださいね!!

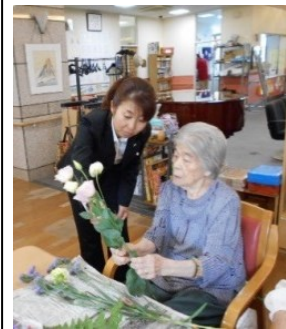
ハミングベル中道デイビス

彩り・香りで想い出作り

9月の敬老の日に合わせ、デイサービスでは毎年「感謝行事」と題して行事を企画しています。今年は、何かすてきな想い出をお持ち帰りいただきたいと考え、『フラワーアレンジメント』と『ひのきの香りのサシェ(香り袋)作り』をご用意しました。



フラワーアレンジメントでは、華道の経験者もそうでない方も、意欲的に参加してください、イキイキと活けられていました。「久しぶりに



講師担当の方は、決めつけるのではなく、それぞれの個性を活かした教え方をされていました。

生のお花に触れたわ」という嬉しい言葉も。同じお花でも、それぞれのアレンジジで様々な表情をみることができ、とても有意義な時間となりました。



サシェ作りでも、好きな布地とリボンを選んでもらい、水に濡らしたヒノキチップを詰めた香り袋は、それぞれの想いがつまった作品となりました。どちらの作品も、思い出にお持ち帰りいただきました。帰ってから、ご家族の方々とも一緒にお楽しみいただけたのではないのでしょうか。





小さい円の中にそれぞれの個性が息づいています。



160cm×160cmの大作!

文化の秋到来です。デイサービスでは、毎年共同作品を区役所の作品展に出品しています。今年の作品は、これ!

●東成区役所 作品展

一人ひとりの個性が集まり大きな作品に

ハミングベル中道デイサービス

お一人お一人に小さな丸い台紙をお渡しし、テーマは自由として、飾り付けていただき、それらを集めて一つの大きな壁紙を創りました。



お好きな動物の写真を貼ったり、折り紙の作品をデコレーションしたり。「曼荼羅をイメージしてみたいよ!」という力作や、格言をしたためてくださった方も。すべて集めてみると、カラフルでウキウキするような作品が出来上がりました。



後日、区役所に見学に行きました。いろんな作品がたくさんあって、皆さんの目も輝いていました。これからも、創作活動にいそしんでいきましようね☆

フラダンス効果 いやしと活性



秋の気配漂う10月、元職員の所属するチームという縁で、フラダンスのボランティア『レアレア』さんが来てくれました。

華やかな踊りと軽快なトークに、利用者様もくぎづけ。最後は「憧れのハワイ航路」の曲に合わせて利用者様も参加してダンスし、会場に一体感が生まれていました。



アロマ効果 芳香とともに上昇

アロマセラピストとしても活動している竜田ケアワーカーが、定期的にフット・ハンドマッサージを行なっています。「足が軽くなった」などのお声もいただいています。今後ともよろしくお願ひします!



四季旬感の味わい

~秋~

さばは、秋に脂がのっておいしい季節になります。血合いに鉄やビタミンB2（脂質の代謝に關与する栄養素）といった栄養素が多く含まれ、脂質には、動脈硬化予防や脳の働きを活発にするEPAやDHAを多く含む食材です。



さばのマリネ

（材料）2人分

さば 小さいもの2切れ
（約120g）

カレー粉 小1/2

片栗粉 小4

揚げ油 適量

玉ねぎ 60g

にんじん 20g

ノンオイルドレッシング 30g

（作り方）

- ① さばをさき切りにする。
- ② カレー粉と片栗粉を混ぜ、①のさばにまぶす。
- ③ 170°Cの油で揚げる。
- ④ 玉ねぎ、にんじんを千切りにしてノンオイルドレッシングに漬ける。

♪好きな音楽を聴こう♪

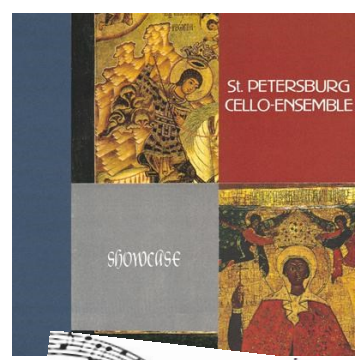
今回は特養職員の松原早予子さんにお話を伺いました。松原さんは洗濯物等のパート業務に加え、北中道会館での歌声喫茶やコーラス練習のピアニストとして活躍しています。

大学時代にクラシックピアノを学び、卒業後はピアノに加え Hammondオルガン演奏をしていたという松原さんは「イイ曲ならジャンル・国籍を問わず何でも好き！」という無類の音楽愛好家。「若い頃はジャズやフュージョン系が

好きでしたが今は元に戻ってきたのか、クラシック音楽をよく聴きます」とのこと。今回はクラシックの中でも、歌謡曲のように親しみやすいという一曲を紹介してもらいました。

アザラシヴィリ作曲の『無言歌』。サンクトペテルブルグのアンサンブルではチェロ9台とピアノ1台で好んで演奏されます。楽器のみで紡がれた言の葉は糸のように繊細に絡みあい、深みのあるハーモニーを織りなします。どこか70年代

の日本歌謡曲の雰囲気を感じつつ、切々と歌い上げた心にしみる名曲です。未来に明るい希望が見えてくるような曲調で「ああ明日もがんばろう」と思える音楽だそう。今までクラシック音楽に馴染みがなかったという方も、ぜひ一度この歌詞を持たない歌曲の優美な旋律に魅了されてみてはいかがでしょうか。



はみんぐ べるちゃん♪ (第21話)

