

# ベルルだより

令和4年(2022年)

11月29日発行

第54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  
<https://humming-bell.or.jp>



## 2階 ホットケーキ作り

夏の楽しみの一つだった『納涼祭』が見送りととなったため、恒例のお寿司イベントのあと、各フロアそれぞれで企画したレクリエーションを楽しんでいただきました。

## 色とりどり

## 秋祭

ハミングベル中道特養



甘い香りがフロアに広がり、食欲をそそります。



## 秋の盆踊りを企画

## 3階



## 4階では タコ焼き パーティーを 開催



ころがしていくつちに  
まん丸ふくらみ



## 5階 スマートボール ゲーム



上から転がし、  
入った番号で5  
種類のおやつが  
当たります。





ハミングベル中道特養

今年度、お二人の入所者様が百寿を迎えられました。一言で「百年」と言いますが、大変な歴史の重みがあり、本当に敬服するしかないと思います。同じフロアの入所者の皆様や理事長、施設長並びに地域の関係者の方々が一堂に会し、お祝いのセレモニーが開催されました。

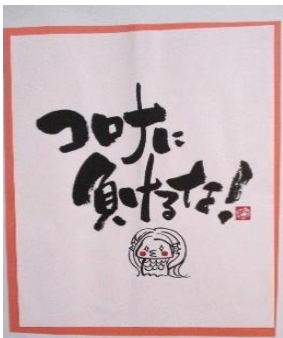
祝・百寿

おめでとーございませう

内閣総理大臣名の表彰状と記念品が贈呈され、最後は記念撮影



コロナに負けるな！



ありがとう  
その一言で がんばれる



苦しい時期から  
湧きあがった

貴重な働きに感謝致します。  
皆様の働きによって  
多くの人の笑顔が守られています。  
両手いっぱい仕事を持つのではなく、  
片手は休息で満たして  
リフレッシュしながら頑張ってください。

介護、福祉に携わっている方達  
すべての方に感謝しています。  
そして少しでもお力になればと思っています。  
苦しい時は声をあげてください。  
現場の声、どんどん発してください。  
決して1人じゃないです。

応援

掲示板

皆様のパワーをもらいながら、  
私も頑張っています!!!  
コロナに負けるな☆☆



毎日見えないウイルスとの戦いが  
続きますが、終息することを願い、  
コロナに立ち向かい頑張らましょ  
う♪

みんなの思い

ハミングベル緑橋

# 敬老祭

9月17日に敬老祭を行いました。残念ながら今年も全館で集まる事は出来ませんでした。各階趣向を凝らした出し物でお祝いムードを盛り上げました。



職員による出し物は懐かしの歌手ものまねや黒田節、ベトナムの伝統舞踊でした。



昼食は、松茸ご飯や天ぷら盛り合わせなど豪華なお祝い膳で皆様「美味しいわ」「松茸ご飯おかわりできるかな。」と、とても喜んで下さり、ペロりと完食されていました。皆様、これからも変わらずお元気にお過ごしください。



認知症対応型デイサービスセンター ここにこ

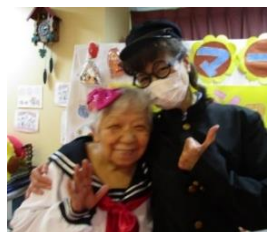
## 真夏のファッションショー

7月12日に『ここにこ・サマーコレクション』と題しファッションショーを行いました。

事前に当日ご利用の利用者様と用意できる衣装の中からどの衣装を着るかを相談。また、ご家族様にも協力頂き衣装に合う洋服を着て来所していただきました。



ハワイな二人



青春時代



ロックスター☆



浴衣でデート



ザ・ピーナッツ

っていました。お互いの変身ぶりに驚いて、よく似合っていると褒め合っておられました。

皆さんノリノリでポーリングもバッチリ決まっています。

## 音楽療法



ここにこには音楽療法士が在籍しており、毎月季節に合ったプログラムを実施しています。

リズムに合わせて身体を動かしたり、クイズ等の脳トレも織り交ぜられています。



皆さん、音楽療法の場で音楽療法士を見かけると「姉ちゃん、歌うたってや。」「今日は音楽せー入んの?」と声を掛けて下さいます。また職員による衣装もお楽しみの一つになっています。さあ、今月はどんな内容になるのかな。今から楽しみです。

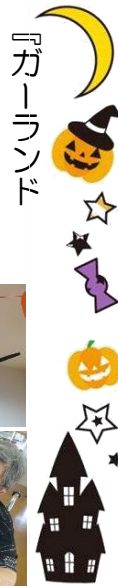
ハミングベル緑橋

小規模多機能ホーム 「楽々」らら

ハロウィン

すっかり秋の風物詩となった「ハロ

ウィン」。色々な事で楽しみました。



『ガーランド』  
ハロウィンに  
ちなんだ切り絵  
でフロアを飾り  
ます。手作業が  
お得意な利用者  
様が手早く作ら  
れます。塗った  
り切ったり貼つ  
たりと大活躍で  
した。



『撮影会』

魔女、猫、うさぎなどに扮  
しての記念撮影。利用者様と  
作った衣装を着た「食いだお  
れ太郎」も登場です。皆様と  
一緒に作った壁面飾りの前  
で「ハイポーズ」



『お茶会』  
最後はお茶会  
です。職員手作りの  
「かぼちゃのモン  
ブラン」「かぼ  
ちゃプリン」など  
のハロウィンス  
イーツが並びま  
す。「どれも可愛  
いなあ」「上手に  
作ってるわ」「ど  
れも美味しいわ」  
「私はこれが一  
番美味しかった」  
などと嬉しそう  
に話されていてま  
した。楽しいハロ  
ウィンでした。



グループホーム 「音々」ねね

夏のお楽しみ会

7月最後の日曜日に、夏のお楽しみ会を開催致しました。皆  
様に盛り上がりつつ頂く為、最初にボーリング大会を行いました。  
た。お互いに手拍子で応援をしながら、ペットボトルで作った  
ピンを倒していきます。ピンが音をたてて倒れることに、皆で  
大盛り上がりとなりました。



続いて、くじ引き大会を行いました。お一人  
ずつくじを引いて頂き、書いてある番号の  
景品を受け取って頂きます。景品をくじ  
になりながら、「いやあ、これ可愛いね」「こ  
んなん欲しかったん」と皆様喜んで下さい  
ました。その後は、炭坑節の音楽にあわせて  
盆踊り大会を行いました。皆様元気に身体を動か  
しされていました。最後に、綿菓子とかき氷  
で一息入れて頂き、夏のお楽しみ会は終了  
となりました。

### ハミングベル中道デイサービス

10月に初めての運動会を開催しました。  
コロナ禍で様々なことが自粛されていたので、久しぶりに大きなイベントとなりました。週間通して、曜日対抗戦として盛り上げていきました。玉入れと玉送りをを行い、チームワークを競います。

## みんなで協力！曜日対抗戦

職員も二人三脚や借り物競争で奮闘



玉入れと玉送り チームワークが重要な要素！

がんばれー！  
もう少しっ！  
声援飛び交うなかで奮闘！



職員の競技にも、たくさん声援をいただき、懸命に頑張りましたが、大いに笑いを誘う結果になり、一層盛り上がりました。  
記念すべき第一回優勝曜日チームは、玉入れの部は『金曜』玉送りの部は『火曜』でした。  
順位はともかく皆さんの笑い声や活気ある声がフロアに響き渡り、職員も一緒に楽しみ、思い出に残る運動会となりました。



みかんには  
とげがあるから  
気を付けてね



## 中庭果樹園 柿 VS みかん

一年のうちでも一番心地よい季節になり、好天気も続いているので、中庭に出て柿やみかんの実り具合を観察してみました。柿は実が熟すまでに時間がかかりますが、みかんはすぐに食べ頃になってきます。  
デイサービスのフロアからいつも眺めている中庭に柿が実り始めると、皆さん口々に「あれは何の木？」「柿？みかん？何だろう？」「職員に「ねえねえ、あれは何？何がなってるの？」「と一日に何回も聞こえてきます。  
部屋の中から見ると、実際外に出て見るのとは違い「あら〜小さいね〜」「美味しそう」「食べられるの？」「等等、皆さん好奇心旺盛です。  
おしゃべりをしながら秋の気配を感じる散策となりました。



### ハミングベル中道サービス

## うれし♪少し恥ずかし♪ 誕生日会

一年に一度の大切な誕生日を皆さんでお祝いしています。記念撮影とささやかなプレゼント、バースデーケーキを食べて、ピアノの演奏がお祝いに花を添えています。

先日、長くご利用頂いている利用者様が、今までの誕生日の色紙を持ってきてくださいました。

写真を撮ることが少なくなると「恥ずかしい」と言いながらも、素敵な笑顔を見せてくださいました。撮影した数枚の写真の中から厳選していま

すが、どの写真も良い笑顔で、カメラマンの腕、と言うよりは、モデルの皆さんのお陰で成り立っています。皆さんにとっても貴重なお写真だと思いますので、「自宅大切に取っておいて頂いていることがとても嬉しかったです。」「自分の変化を感じていらっしやいました。」「どれも若々しい笑顔でほとんどお変わりないように感じました。」



### 生活支援ハウス ハミングベル中道

## 消防訓練実施



地域の火除防火隊の訓練に合わせ、生活支援ハウスでも、避難訓練と初期消火訓練を実施しました。あわただしい時間帯での訓練でしたが、消防署員に、消火器の使い方の説明してもらい有効な訓練ができました。



東成警察署生活安全課の警察官が来所され、利用者の皆様に向け、多発しているさまざまな特殊詐欺の手法など、実例を交えながら熱心に説明してくださいました。被害全体に占める高齢者率は極めて高いとのことでした。

## ストップ！詐欺被害

皆様気をつけましょう



# 介護予防教室



新型コロナウイルス感染症拡大の影響のため、ふれ愛サロンも一時中止をしていましたが、ようやく人数を限定しながらも再開に至りました。  
今回は8月で行う予定だった体操を職員が講師となって、行いました。



コミュニケーションから入り、手や腕を使った体操から始まりました。



別日のプログラムは卓上カレンダー作り♪



柔らかいボールを使ったトレーニング

新聞紙をピンと張って垂直に「エイ！」ストレス発散になります



## ~少しずつ、地域とつながる~

### 北中道ハロウィン

新型コロナウイルスの影響により、3年ぶりの開催となりました。北部包括もハウスとして参加させて頂き、約200名の地域の方が遊びに来て下さいました。



今年は少し趣向を変えて、ハロウィンらしくゾンビの館をイメージし飾り付け♪職員もペイントメイクや衣装でなりきり、小さな子の中には泣き出す子もちらほら…



「他のハウスとコンセプトが違いますね〜」とお褒め？の言葉もいただき、来年はこうしよう、ああしようとかから意気込んでいます。コロナ禍で色々なイベントが中止となっていますが、



包括としても感染対策に取り組みながら地域に根差したセンターを目指して参ります。



向い側のハミングベル中道は、3か所あるスタート地点の一つとして、職員が受付を行いました。  
受付後は自然な流れで包括ハウスへ大勢の人が集まりました。



# ことわざとごはん

## 秋刀魚が出る と 按摩が引込む

すっかり涼しくなり秋を迎えました。今回はそんな秋にまつわる『秋刀魚』のことわざを紹介します。



ちなみに秋刀魚という字は、秋に獲れること、形が刀のように細長いといったことから付けられたそうです。

秋に旬を迎える秋刀魚は、安価で庶民に親しみやすい魚であることから多くの人が食べますが、秋刀魚を食べた人には按摩(あんま)・患部をもん

だりさすったりして治癒すること(が)が必要になるくらい栄養価も高いといったことを表したことわざです。

秋刀魚は栄養が豊富だと述べましたが、ビタミンにカルシウム、鉄分、前回もお話したDHAやEPAといった不飽和脂肪酸まで実に多くの栄養素が含まれています。特にビタミンB12(造血に関わる)やビタミンB6(たんぱく質の代謝に関わる)といった体を維持するのに欠かせないビタミンが多く含まれるため、ぜひ新鮮なうちに生の刺身で食べて頂きたいです。

いわしは缶詰でもカルシウムたっぷり骨までしっかり食べられるため、こちらもおすすめです。

## 地域と取り組んだ消火訓練

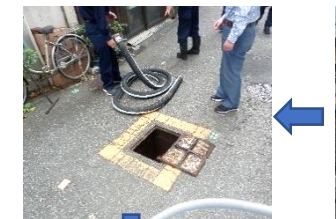


- ① 可搬式ポンプを地下置場から消火栓付近まで搬送
- ② 消火栓にホースをつなぎ伸展、合図とともに放水開始!
- ③ 見学の北中道幼稚園園児たちからも歓声があがります。

施設でも消火栓から放水を実施

敷地内に鎮座する火除大明神の例祭が3年ぶりに実施されました。これまで通り参拝者にはおでん、甘酒が進上され、訓練の方も通常通りのやり方で実施しました。

まずは防火隊員整列



はみんぐ べるちゃん (第39話)



By T&t