

ベルルだより

令和7年(2025年)
7月28日発行
第65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>

ハミングベル中道特養

心あたたまる感謝の日

今年度の感謝の日行事は「家族で祝う父の日の母の日感謝の日」をテーマに、各階にフォトスポットを用意し、ご家族さまと一緒に写真撮影を行いました。



日頃の感謝やそれぞれの想いを笑顔で伝え合
う、素敵な時間を過ごさ
れました。

皆様、寄り添いながら
飾り付けられた壁を背景
にして、写真に収まって
おられました。



また、各階ごとにお
やつレクを行い、みな
さま「おいしい」と舌
鼓を打っておられまし
た。



ブルーインパルスの 展示飛行に歓声！

7月13日、府内のシンボルの上空を經由し、大阪関西万博会場を巡る展示飛行を施設屋上で、眺めました。
待つのは長く、見えたらあっという間に北方向へ去っていきま
した。それにしても暑かった！



おやつレクに合
わせ、ある階で
は管楽器を使っ
たコンサートを
開催



↑
関空の方向から
見えてきました。
速い 速い！



元気あふれる運動会

ハミングベル中道特養



運動会

今年度の運動会は、入所者、ご家族、そして職員が一体となって「笑顔で競い、楽しむイベントでした。今年の目玉は「借り人(物)競争」。7月生まれや、メガネをかけている人あるいは品物等々、次々と駆り出されていきます。



ひざかけ



うで時計

海外旅行に行った事がある人



普段は見られない真剣な表情や、楽しそうな笑顔が見受けられ、意気込みが伝わってきます。また、パン食い競争では、パンやお菓子を手でつかむ姿が見られました。



ご家族、職員の種目である障害物競走では、なわとびを20回跳んだ後、風船を回扇であおぎながらゴールを目指します。



競争の間には、がんばれーと声を掛け合う入所者様の姿もあり、思わず心が温まります。来年もまた、笑顔あふれる運動会を楽しみにしています。



特養 職員紹介



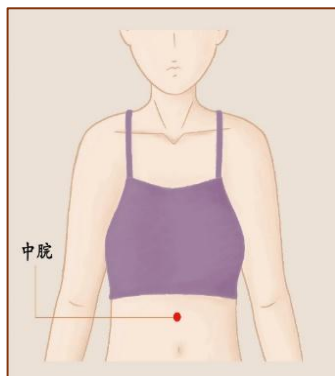
皆様に寄り添った温かいケアを心掛けて日々業務に励んでまいります。よろしく申し上げます。 小池 美帆

おなかにあるツボで、みぞおちとへその中間にあります。消化不良を起こし胃の調子が優れないときに触ると、張りがなくなるため、健康のバロメーターとしても知っておくとよいツボです。

ハミングベル中道

機能訓練指導員

清水 淳志



人間の体のツボって何？ 中院(ちゅうかん)・・・消化不良に

夏バテから来る消化不良には、中院のツボを刺激するのがおすすめです。

人差し指を添えた中指を使って20秒ほどゆっくりと押し込んで刺激しましょう

人間の体のツボって何？

ハミングベル中道 デイサービス

スイーツの祭典

ホットケーキ&パフェ

今回の行事レクリエーションではホットケーキを利用者さんにトッピングをしてもらい出来立てのホットケーキを召し上がっていただきました。



みなさんナイフとフォークを上手に使って大きな口を開けて美味しく召し上がられました。

ふわふわのホットケーキにバターとメイプルシロップと生クリームの全部乗せトッピングが人気でした!



普段のレクリエーションとして最近はおやつ作りレクリエーションが大人気です。パフエ作りやケーキ作りを行い各利用者さん特製のおやつを自身で作ってもらいます。



クリームの乗せ方やフルーツのトッピングなどみなさん試行錯誤しながら和気あいあいと楽しく作られています。その日のおやつを自分で作れることでより美味しいわとおっしゃられる方もいました。



響きあうハーモニー

今回、はじめて混声合唱のコーラスボランティア『ひよっこさん』の方々にお願いいただきました。



関西万博にちなんで「世界の国からこんにちは」や「雨の御堂筋」、「大阪ラプソディ」など全9曲を歌ってくださいました。

くださった時にボランティアのみなさんからサプライズで星のチャームのプレゼントもありみなさん大変喜ばれていました。

普段あまり聞けない男性のコーラスに利用者さんからも「男性の声が入ると深みが出てまたいいね」などと大絶賛でした。「星に願いを」を歌って

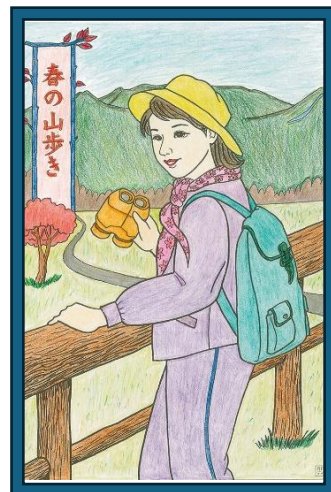


塗り絵コンクールで入賞

ハミングバル中道 デイサービス



2025年度月間デ
イ塗り絵コンクールに
おいて東初枝様の塗り
絵がエピソード賞とし
て入賞しました。
デイサービス利用し
てから塗り絵を始めら
れたということですが
塗り絵を楽しまれてお
り、日頃から他の利用
者さんの塗り絵の見本
にもなってくださって



います。

今回入賞されたこと
にご本人さんはもちろん
ご家族様にも喜んで
いただけました。入賞し
た記念に表彰式を行い、
月間デイとデイサービ
スから表彰状をお渡し
しました。

入賞した作品をみて
他の利用者さん達も「本
当に上手だね！よかつ
たね！」とみんなでお祝
いさせていただきまし
た。

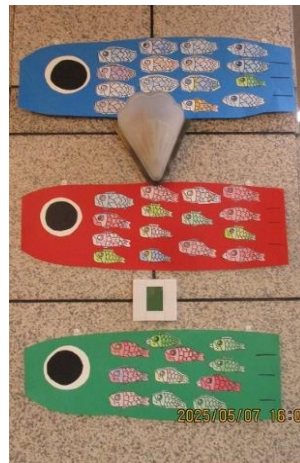


ティッシュ箱でアイデアゲーム

こどもの日にちな
み、鯉のぼりゲーム
を3日間行いまし
た。皆さん鯉のぼり
に見立てたティッシ
ュボックスをテーブ
ルの上で滑らして高
得点を目指します。
高得点が出た時は
利用者さん全員で
「すごい！上手だ
ね！」と声を出しあ
いながらお互いに喜
ばれていました。



壁紙制作



壁画制作として、利用者さんに鯉のぼりの塗り絵をしてもらい、巨大な鯉のぼりを作りました。
たくさんの色の鯉のぼりが鱗のように見えて可愛いねとデイフロア内も華やかになりました。

職員紹介



2024年10月に入職しました町田 守です。以前は電気設備関係の仕事に47年務めておりました。介護職に携わる仕事ははじめてですが、利用者さんが安心してご利用いただけるよう、ドライバーとして努めてまいります。

ユニークなオーケストラ

パート2

トランペットが一糸乱れぬ演奏の曲

『トランペット吹きの日』(Bugler's Holiday)は、1954年にルロイ・アンダーソンが作曲した管弦楽作品です。前記の英字表記のBugler(ブーグル)とは軍隊などにおけるラッパ手を指します。



この曲は休日と銘打っておきながら、主役は3本のトランペットが細かなフレーズを休みなく吹くという、トランペット奏者にとっては忙しい作品です。演奏時間は約2分30秒と短いですが、

「トランペット吹きの休日返上」や「休日出勤」「過労」等と揶揄されることもあるそうです。この曲名は、軍隊のラッパ吹きの仕事で、決まった時間に起床、食事、就寝などの信号ラッパを吹くことで、それ以外に自由に吹けなかったため、「休みの日くらいは思う存分、ラッパを吹きたい」という気持ちを曲にしたものであるとされています。日本においては、幼稚園や小学校などで運動会のBGM、特に徒競走の時によく流れる事が多い事で有名です。皆さんも聞くと「あゝ聞いたことある!」と思うはずです。

ハミングベル中道音楽療法士

野田尚史

子どもみこしが

やってきました

地域の八阪神社で夏祭りが開催され、子どもみこしが巡行し、暑さをしのぐため、ハミングベル中道に立ち寄りました。

近隣の町会の方々より、よく冷えたスイカや飲み物がふるまわれました。



花作りから野菜作り 育てる喜び

ボランティア紹介 勝田 年和さん

昨年8月から週2回活動されています。

盆栽は中学生から興味があったが、中庭の植樹剪定や、花はこれまで経験なく、花屋にアドバイスをもらいながらこれまでお世話をしてきたとのこと。

野菜作りについて

では、自分の畑があるが、日当たりがいまひとつで、ここ屋上は抜群の立地で広くてやりがいがあります。と話されました。



5階ベランダ植栽も見違えるほどになりました



この夏世話をしている野菜は、枝豆、ナス、胡瓜、ゴーヤ、スイカ、トマトです。先日、胡瓜とゴーヤが収穫されました。



ギターコンサート



6月3日に3階の入居者様の息子様が、日頃の感謝を込めて、ギターコンサートを開催して下さいました。演奏だけではなく、曲の歴史なども語って下さる中で、他の入居者様と懇談する場面もたくさん見られていました。演奏の際には、皆さん方も真剣に聴かれて、コンサートが終了すると盛大な拍手を送られていました。貴重な機会を作って頂き、また素敵なお話を伺って下さり、本当にありがとうございました。



認知症対応型デイサービスセンター にごっこ

たこ焼きパーティー

6月のイベントで1日限定の山ちゃんタコ焼きが開店しました。

ご利用者様ご自身でタコ焼きの舟皿を作り、焼き立てのタコ焼きを召し上がり笑顔と活気いっぱいイベントとなりました。



コメダ珈琲

COMEDA'S Coffee



5月のイベントでコメダ珈琲に行きました。

「喫茶店久しぶりやわあ」と笑顔でメニューを見られ、珈琲とシロノワールを召し上がり楽しいひと時を過ごされました。





万博



楽しんで行くDAY



小規模多機能ホーム 「楽々」らら

今回の「楽しんで行くDAY」は天保山。観覧車に乗り周辺を散策です。観覧車からは遠くに万博会場も望めました。海遊館の外には海の生き物の「吹き流し」がはためき、岸壁には豪華客船が停泊していました。帽子が飛びそうな程強風でしたが、楽しいひと時となった御様子でした。



大阪で万博が開催中です。皆様と作った大屋根リング、ミヤクミヤクの壁画の前で記念撮影です。「あの時はまだ若かったわ」「前の万博は三回行きましたよ」「何時間も並んで月の石も見たよ」等と思い出話に花が咲きます。



母の日



今年の母の日である

グループホーム 「音々」ねね

5月11日に感謝を込めて、職員手作りの花束を贈り、皆さんとても喜んで下さいました。

当日の準備に向けて、男性の入居者様が一生懸命飾りつけを手伝って下さいました。お一人お一人記念撮影した後、ケーキバイキングを行い、選んだケーキを美味しく召し上がっていました。これからも何卒よろしくお願い致します！



世界の「じつわり」夏

テーマ【ジジューン】

旬の期間は夏から秋にかけてとなっており、品種や産地によってそれぞれ旬が異なりますが、ほとんどが夏の時期です。

一般的な出荷のピークはこの産地でも9月～11月なので夏よりも秋のイメージがついているのかもしれませんが。

では海外でブドウにまつわることわざを1つ紹介していきます。

Avec bon pain, bonne chere et bon vin, on peut envoyer promener la medecine.

(美味しいパンとご馳走、それに旨いワインがあれば医者いらす。)



ワインはブドウを原料としたお酒の1つです。これはフランスのことわざであり、日本でも「酒は百薬の長」などということわざがあります。ブドウにはポリフェノールが豊富に含まれており、そのなかでもアントシアニンやレスベラトロールは老化防止や動脈硬化の予防、さらには眼精疲労の抑制にも効果が期待できます。

それらはブドウの皮に多く含まれているため、栄養価を最大限に活用するには皮ごと食べることがオススメです。

ハミングベル中道管理栄養士

美崎 愛咲

FINISH

あとがき & 魚歳時記



夏負けしないと言い伝えがあつて、栄養価の高い鰻がこれに加わりいつしか「土用の丑の日＝鰻」というイメージが出来上がったと言われています。

何と、6月27日に平年よりおよそ3週間も早く梅雨明け発表がありました。このまま本格的な夏に入ると水不足と高温が長くなり、米農家は心配しているというニュースも流れています。

今回は「鰻」です。実は養殖鰻が夏で天然鰻は十月から十二月が旬の時期です。なぜ土用の丑の日に鰻を食べるのでしょうか？暑さを乗り切るためと一般的に言われていますが、

元々鰻の旬は「秋」。江戸時代の発明家である平賀源内（ひらがげんない）が関係している、夏に鰻が売れなくて困っている鰻屋を見て「土用の丑の日は鰻」を掲げ、これがはじまりとなり、夏でも繁盛するようになったとのことです。

調理法は関東では背開きとなっております。これは切腹を連想し、縁起が悪いとされたためと言われていますが、一度蒸してから焼くので背開きの方が身が崩れにくいという利点があります。一方関西では縁起を担ぐこともなく、そのまま焼き入るので身崩れの心配もないので腹開きが一般的になったようです。

元職員 森 仁樹

ハミングベル中道ライサービス

はみんぐ べるちゃん♪ (第49話)



By T&t