

ベルルだより

ハミングベル中道 20周年記念特集号

令和6年(2024年)

11月25日発行

第62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>

特集 ハミングベル中道 20周年に寄せて

積み重ねてきた20年を称え

感謝、そして未来へ

ご挨拶

社会福祉法人森の宮福祉会

理事長 石塚 克哉



高齢者総合ケアセンタ
ーハミングベル中道は、
令和6年5月に二十周年
の節目を迎えることが出
来ました。これもひとえ
に利用者様、ご家族様、支
えて下さったボランティア
ア・地域の皆様のお陰で
す。この二十年頑張って
きた職員、関係者の皆様
に感謝いたします。あり
がとうございます。

振り返ってみると、昨
日のことのように開所時
の希望に満ちた想い、そ
して様々な思い出がよみ
がえってきます。先代の

高齡者総合ケアセンタ
理事長と私たちが共に続
けてきた地域活動の延長
線上にある想い『全ての
人が住み慣れた町で、心
豊かに暮らし続けるため
に!』を掲げ、ボランティ
ア活動では届かない部分
を埋めるため介護保険事
業として始めたハミング
ベル中道でした。

『地域と音楽』を運営
の2本の柱とし、基本理
念の『笑顔・まごころ・ハ
ーモニー(調和)』を道標
に、『ひとつひとつの音色
大切にします 自分らし
さを奏でてください』を

運営方針とし、大切にし
たいものは「個別性」、利
用者様はひとりひとり違
う、かけがいのない存在
であり、尊い存在である。
そして、職員もひとりひ
とり違う、それぞれの専
門性と個性を存分に発揮
し、生き生きと仕事をし
てほしいと願っていま
す。実務面では若い力が
頑張ってくれています。
ありがとうございます。

そして、未来に向けよ
しく願っています。

入職して早20年が経ち
ました。異業種から転職
してきたので、何もかも
が発見と戸惑い、失敗の
連続でしたが、多くの
方々に支えられ、今日ま
で勤めることができました。
思い返せば、ハミング
ベル緑橋の立ち上げや新
型コロナウイルスのクラ
スタ発生などを経験
し、楽しいことも苦しい
ことも走馬灯のように思
いだす20年でした。

今後も微力ではありま
すが、今までの経験を生
かして法人・施設運営に
取り組んでいきたいと思
います。

法人総務部長

高岸 雅彦



これまで20年表彰を受けた職員からメッセージ

テーマ:「私の20年」

森の宮福祉には、OPスタッフとして特養介護職で入職し、ランチやケアプランセンターを経て、現在の地域包括支援センター運営まで、様々な経験をさせて頂きました。

新人の時から今に至るまで、上手くいかない事や、様々な失敗を繰り返して参りましたが、その度に、利用者様やご家族様、同僚や上司、関係機関、地域の方々に支えられて来ました。めぐり逢った全ての方への感謝の気持ちを忘れずに、今後も頑張りたいと思います。

東成北部地域包括支援センター 課長 上田利久

20年を改めて振り返る貴重な機会を頂き有難うございます。

20年前特養看護師をするにあたり、今までの経験がいかせるのか不安ばかりでしたが、上司や同僚、他部署の皆様に恵まれさまざまな支援や協力があったからこそ、長い期間あきらめずに勤務を続けられたと思います。利用者様との別れは辛いものでしたが、温かい言葉を頂いた時は嬉しく感じる日々でした。これからも、笑顔・まごころ・ハーモニーを支えに日々感謝を忘れず邁進していきたいです。

ハミングベル緑橋 看護職 徳留則子

この20年を振り返ると、たくさんの人の顔が思い浮かびます。一緒に働いた職員や利用者様とご家族、皆さんから沢山の事を教わり、力をもらいました。これまで出会った方々と過ごした日々が、今の私の糧になっています。まだまだ未熟ではありますが、私も皆さんの力となる存在でありたいと思います。

ハミングベル緑橋 ケアマネージャー
杉本 綾子



たくさんの人の出会いに喜び、別れに涙し、トラブルの解決策に悩み、その度に私を成長させていただいた20年でした。地域に愛されるハミングベル中道であり続けるようにこれからも生活援助員として支援していけたらと思います。

生活支援ハウス ハミングベル中道
志摩恵美子

介護士として入職して20年、たくさんの人たちに支えられ、ここまでやってこられたと思います。また歳を重ねるにつれ、段々と利用者様の体のたるさなどが分かるようになり20年経ったのだな〜、としみじみ感じるころです。

色々な経験をさせて頂く中で「普通の日」がとても尊いものであると実感したので、これからは利用者様の日常を守り、楽しく過ごしていただけるように努めたいと思います。

ハミングベル中道 介護職 萬代 梓

出産育児、介護に社会制度が整ってくる時代ということもあり、産休に介護休暇と取得させて頂き、上司を始め周りの方の協力によって20年勤める事が出来たこと、大変有難く思っています。

新卒から福祉業界で働いていますが、利用者側、従業員側も随分と考え方が変わってきたように感じます。時代の変化に合わせた対応が出来る様に心がけたいと思います。

ハミングベル緑橋
事務・総務グループ長 宮崎東子

20年を振り返ることができるほど続けられるとは思っていませんでした。正直なところ、この仕事に向いてないのではないかと辞めようかと思うことがありました。それでも続けられたのは、このハミングベル中道を通じて出会った皆様のおかげです。

何度も自分の原点を思い出し、失敗を繰り返して、自分の言動に矛盾を感じながらも、覚悟と責任を持って、今まで関わってきた中でご利用者様に教えていただいたこと、その方々の顔を忘れずにいられるから今の自分があるのだと思います。これからは人の人生に関わることによって感謝し、謙虚に利用者様の方を向いて頑張りたいと思います。

ハミングベル中道 在宅課主任
深井嘉臣

ハミングベル中道の20年

2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003
1月 石塚克哉が理事長に就任 4月 東成区北部地域包括支援センター事業開始 デイサービス定員を35名に	9月 ハミングベル緑橋オープン	11月 EPAによるフィリピン人2名介護職就業開始	11月 中庭に家族会発足記念植樹「ソメイヨシノ」	4月 認知症対応型デイサービス開始 6月 5周年記念感謝の集い開催	8月 特養家族会が発足 特養「奏でる日叶える日」企画実施	4月 介護予防事業が始まる	4月 ヘルパーステーション開設 デイサービス定員を20名から30名に 職員互助会発足 生活支援型食事サービス開始	5月1日 オープン 8月 第一回 納涼祭開催	3月 社会福祉法人森の宮福祉会法人登記 地鎮祭と着工

2003~2012



日本のおもな出来事

松井選手 米大リーグで活躍 「千と千尋の神隠し」アカデミー賞受賞	「冬のソナタ」で韓流ブーム プロ野球選手会が初のストライキ	JR福知山線脱線事故 日本の人口が初めて自然減に転じた	安倍政権発足 愛知万博開催	原油価格高騰 郵政民営化 安倍総理辞任	後期高齢者医療制度発足 リーマンショック・世界的金融危機 北京オリンピックピック開催	新型インフル猛威 WBC日本が連覇	日本航空が経営破綻 猛暑 東北新幹線全線開通	東日本大震災 地デジ完全移行	第二次安倍内閣発足 原発一時稼働ゼロに 東京スカイツリー開業
-------------------------------------	----------------------------------	--------------------------------	---------------	------------------------	--	----------------------	---------------------------	----------------	-----------------------------------

流行したのや流行語

「世界に一つだけの花」大ヒット ニンテンドーDS	「チョー気持ちいい」 「気合いだ〜」	ちよいワルおやじ 萌え クールビズ	「メタボ」 「イナバウアー」 クリスピークリームドーナツ上陸	「そんなの関係ねえ」	「iPhone 3G 発売」 「アラフォー」 ゆるキャラブーム	政権交代 草食男子 LED電球	K-POPブーム AKB 48	iPad発売 インスタグラム	「ワイルドだろ〜」 塩麴
-----------------------------	-----------------------	----------------------	-----------------------------------	------------	---------------------------------------	--------------------	-----------------	----------------	--------------

2023	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016	2015	2014	2013
12月 4年ぶりに家族参加のクリスマス会と職員忘年会開催	B C P委員会の取組み開始	コロナ禍が施設にも及ぶ	新型コロナウイルスの影響により各行事は中止または縮小開催 空調設備(エアコン)更新		台風21号近畿縦断で小被害 防災委員会立上げ	EPA ベトナム人1名介護職就業開始 特養ユニホーム一新により施設内も統一	全館LED照明に 東成区認知症初期集中支援事業(オレンジチーム)開始	一般介護予防事業創設↓2017年度よりサービス開始	10周年記念式典感謝の集い開催	

施設でのおもな出来事

2013~2023



5月 新型コロナウイルスが5類移行 W B C 14年ぶり優勝	円安加速 サッカーW杯でベスト16	新型コロナウイルス接種開始 大谷翔平メジャーリーグで MVP	新型コロナウイルス感染拡大非常事態宣言 東京五輪一年延期	天皇陛下即位「令和」に改元 10月 消費税が10%に	災害が相次ぐ(地震、豪雨被害) 働き方改革関連法	藤井聡太四段デビュー以来29連勝 桐生祥秀100m走10秒の壁を破る	天皇陛下退位の意向を示す 熊本地震	インバウンド消費 マイナンバー法施行	消費税率8%に 御嶽山噴火	富士山が世界文化遺産に 東京オリンピック招致
------------------------------------	-------------------	-----------------------------------	---------------------------------	-------------------------------	-----------------------------	---------------------------------------	----------------------	-----------------------	---------------	---------------------------

日本のおもな出来事

チャットGPT・生成AI	ちいかわ キーウ 知らんけど	リアル二刀流/ショータイム S D G S マリトッツォ	GO TO キャンペーン	ONE TEAM(フンチーム) 計画運休	「そだねー」「ハンパないって」 タピオカドリンク Tik Tok	インスタ映え 付度(そんたく)	妖怪ウオッチ ポケモンGO	爆買い ドローン	STAP細胞 アナ雪 特茶	倍返し 今でしょ じぇいじぇい
--------------	----------------	---------------------------------	--------------	-------------------------	-------------------------------------	-----------------	------------------	----------	---------------	--------------------

流行したもののや流行語

百寿

祝ご長寿

ハミングベル中道特養

御厨一智東成区長から
のご挨拶がありました。



おめでとう
ございます

10月8日、御厨一智東成区長が訪れ、百歳になられた小林君枝様に、内閣総理大臣からのお祝い状と記念品が贈られました。
百寿は百年一世紀ということから「紀寿」とも言われます。大正・昭和・平成・令和と4つの元号を生きてこられた歴史の重みを感じます。

ご家族、東成区長はじめ、地域の女性会長、民生委員長、町会長がお越しになり、理事長、施設長とともに集合写真を撮りました。



同じ階の利用者様も百寿お祝いの会に同席されました。



昨年に続き秋房流家元、秋房愚楽さんによる日舞が演じられました。



節目の年齢を迎えた方々に理事長から長寿表彰が贈られました。皆様顔写真入りの表彰状に喜んでおられました。「嬉しい。家族に見せます」と話される方もいらっしゃいました。

皆様うれしい敬老祭

昼食はお祝い膳で赤飯、天ぷら、カツオのたたきなどお品書き付のメニューが出され、特別感があり皆様喜んで召し上がられました。



Paliuli Aloha(パ リウリア)の皆様がボランティアで来所

一緒に楽しくフラダンス



フラダンスはたくさん
の演目があり華やかな衣
装や振付に興味を示さ
れ、大いに盛り上がりま
した。子供さんのダンス
を見て「可愛いね」と目を
細め、大人の方には「上手
だね〜」「素敵やな〜」な
どの声が聞かれました。
最後は振付を教えても
らい、みなさんと一緒に
「上を向いて歩こう」に
合わせて踊り、楽しい時
間を過ごしました。



初めての試み 生花によるフラワーアレンジメント

皆さん生花を手に取
ると嬉しそうに目が輝
いていました。皆さん談
笑しながらお花を生け
られていました。花が好
きな方が多く生花を持
って帰れる事をすごく
喜ばれていました。



花瓶に入れる必要も
なくそのまま飾れるこ
とも手軽でよかったよ
うです。
ご家族様からもフラ
ワーアレンジメントが
楽しかったと自宅で話
されていたという様子
も聞く事が出来まし
た。



美しい所作に魅了

9月16日特養の敬老
祭に続き、日本舞踊家の
秋房愚楽さんがデイサー
ビスにも来て頂きました。
た。

お弟子さんと交代で踊
りを披露していただきま
したが、生で日本舞踊を
見る機会はありませんの
で、皆さんと一緒に職員
も集中して見ていまし
た。初めはしっとりとし
た曲調で、後半は賑やか
な曲になり、緊張感から
楽しい雰囲気になって
いきました。



ハミングバル中道 デイサービス

壁紙作品共同制作



まず一日目はコスモス作成。花びらの色を利用者様を選んでもらい多種多様なコスモス畑の作成が出来ました。花びらを作るのが得意な方や黄色の花粉を作るのが得意な方など、お互いに声をかけ合いながらみなさんと和気あいあいと作成されていました。



二日目秋刀魚作成。完成した秋刀魚を見せあって「上手だね」とお互いの作品を褒め合う姿もみられました。



秋刀魚の型切りやテープでの固定など手先が細かい作業でしたが職員と一緒に確認をしながら集中して作業されていました。



ギネス記録に認定されたピアノ曲



20世紀のフランスの作曲家、エリック・サティが作曲したピアノ曲『ヴェグサシオン』という曲があります。有名な作品といえば、『ジムノペディ』や『シユ・トウ・ヴー』などがあり、題名を知らなくても聞いた事がある方は多いのではないのでしょうか？

さて、この『ヴェグサシオン』という曲、ギネスに認定された世界一長いピアノ曲で、演奏時間は演奏者にもよりますが、18時間とも、それ以上とも言われています。この曲は約1分程度のフレーズを840回も繰り返して演奏します。『ヴェグサシオン』の意味は、嫌がらせ”や”癪(しゃく)の種”という意味だそうです。曲のイメージは暗く、重く、まさに嫌がらせのよう。演奏するのも大変ですが、聴く人もそんな長時間は聴いてられない！

となりますし、おそらく眠ってしまいそう…。

実際に演奏されたこともあり、1963年にニューヨーク・ポケット・シアターにて初めて演奏され、この時は10人のピアノストと2人の助っ人で演奏されました。日本初演は1967年12月31日に東京・アメリカ文化センターで始められ、年越しをして1968年1月1日の朝に終了したそうです。

ご興味のある方は、ぜひ一度聞いてみて下さい。

ハミングバル中道音楽療法士 野田尚史

実際に演奏の試みがあった案内チラシです。

Erik Satie
VEXATIONS
Electric Piano:
2024年2月17日(土)
11:00-18日(日)7:00
TEL 150-0013 東京都
渋谷区 IF

ハミングベル緑橋

季節の壁画



毎月各フロアで何にしようか迷いながら壁画の作成をしています。
秋ということでコスモスやサツマイモ、ハロウィンなど個性豊かな壁画が出来上がりました。
是非、ハミングベルに来た際はご覧下さい。



認知症対応型デイサービスセンター にここに

敬老祭

9月14日(土)に「敬老祭」を開催しました。利用者様一人ずつ理事長から敬老の表彰状を受け取られました。緊張されている方多く中には涙ぐまれる方もおられました。表彰の後は職員による紙芝居と駄菓子屋台を行いました。時間を過ごして頂きました。



にここに運動会

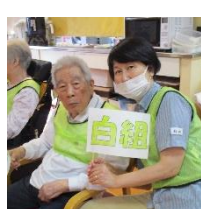
10月11日(金)

にここに運動会を開催しました。運動会は毎年恒例ですが競技は少し変えています。皆様には紅組、白組に分かれて、チームお揃いのゼッケンを着て頂きました。

白組代表の男性利用者様による選手宣誓から始まり、ラジオ体操、玉入れ、ボール送り、パン食い競争に参加して頂きました。途中の応援合戦では、皆様びっくりする程の大声と笑顔が溢れていました。



運動会



ハミングベル緑橋

敬老祭

小規模多機能ホーム「楽々」らら



「はいチーズ!」。
最後は皆様一緒に笑顔で、

9月14日に敬老のお祝いをしました。理事長の挨拶の後、最年長の方、節目の方の順番。皆様少し緊張された面持ちでお一人ずつ表彰状を受け取られ記念撮影をされました。

第二部は「なりのきり歌謡ショー」と題して職員が「昭和のスター」に扮しての歌の披露です。「石原裕次郎、浅丘ルリ子、吉永小百合」「岡千秋、都はるみ」「美空ひばり」とダンサーズ」が登場です。皆様懐かしい歌を耳にされ口ずさまれたり拍手したり楽しめました。



お祭りマンボ



浪花恋しぐれ



浪花恋しぐれ
その後、メインイベントの表彰式が行われました。中には、とても嬉しそうに受け取られ、感動のあまり、涙ぐまれた方もおられました。どうぞこれからもお元気で過ごしてください!



いつもありがとうございます

敬老祭



グループホーム「音々」ねね

9月14日(土)に2階3階で敬老祭を開催致しました。表彰の前に男性職員による「ソーラン節」の舞が披露され、利用者の皆さんから手拍子を送って下さったり、「上を向いて歩こう」「365歩のマーチ」を全員で楽しく合唱し、とても和やかな雰囲気になりました。

誕生日会



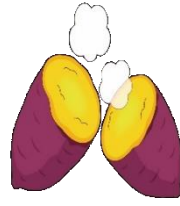
米寿を迎えられ心よりお祝い申し上げます。これからもお元気で過ごしてください。



捨てるのはもったいない!

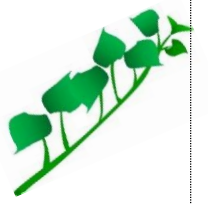
さつまいもの魅力

朝晩の冷え込みが増し、秋の到来を感じる頃となりました。秋といえば食欲の秋ですが、代表的な食べ物としてさつまいもがあります。



焼き芋などで食べると美味しいですが、実は芋づるの部分も食べられるとご存じでしたか? 今回はさつまいものつるについて紹介していこうと思います。

芋づるは薄皮をむいて水につけた後軽く茹でてあく抜きをしてから、炒め物や煮浸しなどにして楽しむことができます。韓国ではナムルとしてもよく食べられている食材でもあります。



さらにさつまいものは豊富な栄養価をたくさん含んでいます。主にビタミンC、ビタミンE、カルシウムなどがありますが、特に食物繊維を豊富に含んでおり、腸内環境の改善や便秘の予防に効果的です!

腸内環境が良くなると免疫力が上がります。冬に流行するインフルエンザといった感染症の予防にも役立ちますので、機会があれば是非食べてみてください!



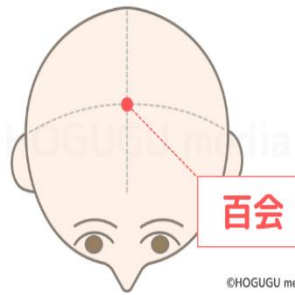
ハミングベル中道管理栄養士

美崎 愛咲

人間の体のツボって何?

今回ご紹介するのは、百会(ひゃくえ)というツボです。

百会は、頭のとっぺんにツボがあります。両方の耳孔(耳の穴)を結んだ線と、後頭部の中央と鼻を結んだ線(正中線)が交わる場所です。



百会の効果は「頭痛」「肩こり」「ストレス」「不眠」「疲労回復」などがあります。



By T&t

FINISH あとがき兼さかな歳時記 第2回

ようやく秋らしくなってきたこの頃ですが、もう12月が迫り秋を十分に感じる事がなく、冬がやってきそうです。今回は冬に旬を迎える「ブリ」です。

旧暦師走の頃に脂が乗ってくることから鰯という字になったという説があります。また縁起の良い出世魚で、関西ではエビヤコ→アオコ→ツバス→ハマチ→ブリと呼び名が変わります。特に1月の小寒から節分までは「寒ブリ」と呼ばれ、1年で最もおいしい時期で、塩焼き、煮付け、ブリ大根、刺身、しゃぶしゃぶ等、多彩な料理が思い浮かびます。養殖のブリは年間を通じて脂が乗っているので、天然ブリが味の落ちる春から夏にかけて選べきかと思ひます。

