

なごみ

発行：特別養護老人ホーム ベルアルプ
編集：行事・広報・ボランティア委員会
大阪府堺市西区菱木1-2343-16
TEL：072-349-6710



2025年7月号

茜・桜



桜外周企画



4月某日、施設の周りをぐるっと巡る「桜外周散歩」を開催しました。春風にふかれながら、満開の桜のもとで記念撮影を行いました。

「桜なんて久しぶりやわ〜」「あったかくて気持ちいいねえ」と皆さま自然と笑顔に。

それぞれの表情から、春を満喫されている様子が伝わってきます。



ホットケーキ



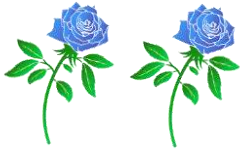
同月には、ホットケーキ作りイベントも開催。

- ① しっかり手洗い ② 生地を焼いて
③ いちごとホイップでトッピング ④ 最後は美味しく実食！

「自分で作ったのはやっぱりおいしいな!」「飾り付けが楽しかった!」と笑顔あふれるクッキングタイムとなりました。



穂・橘



5月の全体企画



穂・橘ユニットでは、5月全体企画で黒鳥山公園に散策へ行きました。家族様も参加していただき、大切な時間を過ごされました。黒鳥山公園では、バラ園があり、様々な色のバラを見て楽しむことができました。



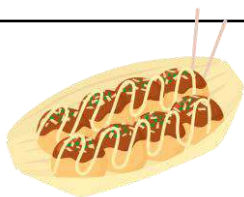
6月の周辺散歩



梅雨に入りましたが、この日は、天気も良く過ごしやすい気温でしたので、ベルアンサンブル周辺の散歩に行きました。日差しを浴びて、自然に笑顔になられていました。



杏・桧



リクエスト企画



皆様のリクエストで、杏はたこ焼き企画を、桧ではお寿司企画を行いました。一緒にたこ焼きを焼き“自分で焼いたたこ焼きは格別”、“お寿司なんて久しぶりで美味しい”など笑顔が見られ喜ばれていました。



お誕生日企画



誕生日のお祝いをさせて頂きました。皆さんが希望されたものを召し上がられました。また、家族様よりお誕生日プレゼントを頂き、お誕生日を一緒に過ごせてすごく幸せそうな表情をされておられました♪おめでとうございます♪



葵・竹 足湯企画

お風呂が大好きな皆様。天気の良い日にユニットのベランダで、足湯をしました。良い香りの入浴剤を選んでいただき、おなじみ「いい湯だな」の曲に合わせて、笑顔で音頭をとられるパートナー様もおられ、身も心もポカポカになって頂きました。

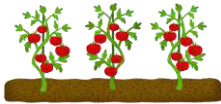


カラオケ大会

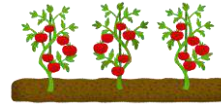
日頃からよく歌っておられる皆様のご期待に応えてカラオケ大会を開催しました。初めは「声が出ないわ～」 「歌がわからないわ～」と言われていましたが、いざマイクを握ると「♪～～♪」としっかり歌って下さりヤル気あふれる大会となりました！



柏・藤



お散歩



天気の良い日には、2階花壇に散歩に行っています。2階花壇には、季節の花や野菜が育てられています。スイカや胡瓜・茄子・トマトなどが育てられており、立派な胡瓜や小さなスイカが育ってきていたりこれからがとても楽しみです。



お誕生日企画



お誕生日企画では、それぞれ皆さんの大好きなおやつを作ったり公園にお散歩外出に出掛けお祝いさせて頂きました♪
調理したおやつで夫婦でゆっくりと誕生日をお祝いされたり、外出では海が見える公園で散策され楽しまれました♪



季節のコラム



蒸し暑い日が続いていますが、夏バテしていませんか？
今回は夏バテ予防効果が期待される「うなぎ」についてご紹介したいと思います。

鰻には、ビタミンB1が多く含まれています。そのビタミンB1には炭水化物をエネルギーに変換する働きがあるうえ、疲れを感じる原因と言われる「乳酸」が体にたまるのを予防してくれます。

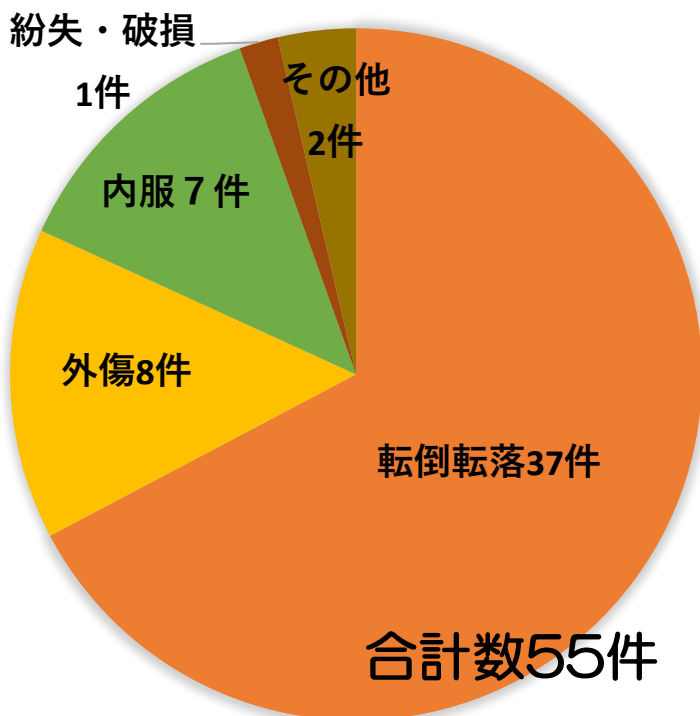
このため疲労回復のビタミンとも呼ばれるビタミンB1は、これがウナギ1切（150g）あたりに、1日に必要な量の7～9割程度も含まれています。さらに「硫化アリル」を多く含む玉ねぎ・ニラ・ニンニクと合わせて摂ると、より吸収が高まります。ウナギとニラの炒め物、ウナギと玉ねぎのだし醤油煮などがおすすめです。土用の丑の日にうなぎを食べる際にぜひ作ってみてください。



ベルアルプ 管理栄養士



2025年3月～2025年5月 ベルアルプで発生しているアクシデントについて



ベルアルプではアクシデントを分析し、再発防止に向けて、日々対策を徹底しております。

アクシデントが発生した場合には小さなアクシデントでもご連絡させて頂いております。

ご協力とご理解の程宜しくお願い致します。ご不明な点などございましたらユニット職員までお声かけ下さい。

ベルアルプ
安全対策委員会



8月の予定

ユニット企画

穂橋 調理企画
おたのしみSUNDAY

茜桜 外出企画（アリオ鳳）

杏桜 誕生日企画

柏藤 盆踊り

葵竹 スイカ割り

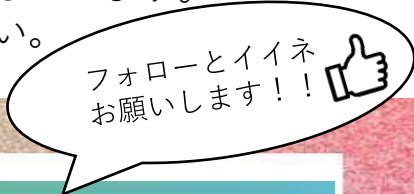
ベルアルプ全体企画

8月8日 夏祭り

面会に関することやベルアルプからのお知らせについてはホームページの最新情報をご覧ください。



ベルアルプでは、各階に意見箱を設置しています。皆様のご意見・ご要望を聞かせて下さい。



#ベルアルプ #新着情報 #生活の様子
#その人らしさを大切に #笑顔あふれる生活

※写真については許可を得て掲載しております。