

# なかめぐろ新聞

発行責任者  
中目黒ホーム  
施設長：徳永 照美  
発行日：平成 28 年 12 月 28 日  
第 116 号

## 【ホームレストラン】

十月十五日に地域交流スペースでホームレストランを開催しました。普段とは違う場所で食事を楽しんで頂く企画として、ご家族の皆さんにも参加を募り、今回も和洋二種類のメニューからお好みのメニューを選んで、召し上がって頂きました。

「こうして二人一緒にゆっくりと食事するのは久しぶり」という声も聞かれ、どのテーブルも笑顔が溢れ、家族団らんの食事の時間を過ごされていました。利用者同士のテーブルでも食後のコーヒーや紅茶をゆつくりと味わいながら、いつもとは違う雰囲気の中で楽しいひとときを過ごされていました。

今回は三月に企画しています。皆さんのお越しをお待ちしております。



ホームレストランの食事風景

## 【緑友ハーモニー・目黒区民交響楽団 演奏会】

### 演奏会

十月二十三日に「緑友ハーモニー」の皆さんによる演奏会が2階のダイルームでありました。利用者の皆さんも演奏が始まる直前まで発声練習を行い、一緒に歌う準備もバッチリ、演奏会を楽しま

ていました。美しい歌声とピアノの音色は、皆さんの心に残ったよううで「楽しかった、また来年も宜しくお願いします。」などの声が多く聞かれました。来年の演奏会ではどんな曲を披露していただけるのか、楽しみです。



♪緑友ハーモニーの皆さんは、学生時代の同級生が中心となって活動されています。息の合った歌声はとても美しく、利用者の皆さんは演奏会を、毎年楽しみにされています。

十一月二日には、目黒区民交響楽団の皆さんによる演奏会がありました。ヴァイオリンやチェロによる生演奏は、利用者さんにとってもなかなか聴く機会がない事もあり大盛況でした。アンコールは弦楽器が奏でる八木節でした。迫力のある演奏で大きな拍手がおこりました。ぜひもう一度聴きたいものです。



「めぐろパーシモンホール アウトリーチプログラム」として、区民交響楽団の皆さんが施設などに来て演奏会を開いてくださいます。

## 【おやつ作り】

十一月九日に各階の食堂で、皆さんから大人気のお好み焼き作りを行いました。

皆さんでタネをホットプレートに置き、フライ返しでお好み焼きを返して焼きました。食堂中にジュージューとお好み焼きを焼くいい音と、美味しいそうな香りが広がりました。

今回も「美味しい」とおかわりされる方続出でした。



また、中目黒五丁目町会婦人部の方々がボランティアで盛り上げて下さり、利用者の皆さんの笑い声が溢れ、今回のお好み焼き作りも大盛況でした。ありがとうございました。



アツアツの焼き立ては格別の美味しさ！

次回のおやつ作りも楽しみにしていて下さいね！次は何を作りましょうか？リクエスト、お待ちしております。

## 【望年会】

師走を迎え、今年も残りわずかとなつて参りました。クリスマスツリーの電光が輝く中、十二月十四日に望年会が開催されました。

第一部は、のど自慢大会で、利用者と職員がデュエットで自慢の唄声を披露してくれました。飛び入り参加して、歌ってくれた利用者もいました。皆さん、歌っているときの笑顔が素敵でした。

第二部は、女性職員六人によるリズム体操の「エビカニクス」を披露。練習不足で、なかなか揃わなかったところもありましたが、そこはご愛嬌。利用者の皆さんも、手振りと一緒にリズムをとって楽しんでくれました。

望年会は、大変盛り上がりつつ終了す

ることが出来ました。

これから、まだまだ寒い日が続きますが、望年会での皆さんの笑顔と笑い声で、寒さはきつと吹き飛んで行ったことでしょう。利用者の皆さん、良

いお年をお迎え下さい。



大小さまざまなエビとカニに扮して職員が体操を披露しました



歌いだしは緊張していても…最後は笑顔に♪



## 【介護の日】

### 三施設見学バスツアー

十一月十一日は介護の日でした。事業団では毎年、介護の日に施設見学会を行っています。

今年「区立特養三施設見学バスツアー」を企画、送迎バスでなかめぐろホーム、ひがしがおかホーム、ひがしやまホームの順にまわって見学をして頂きました。「三施設を比較できて良かった」、「ちよつと疲れました」などの感想がきかれました。

多くの区民の方に目黒区立の特別養護老人ホームを知っていただく機会として、これからも介護の日に合わせて開催していきます。

見学も随時対応しておりますので、ご希望の方はお問い合わせください。

## 【地域の皆さんと共に】

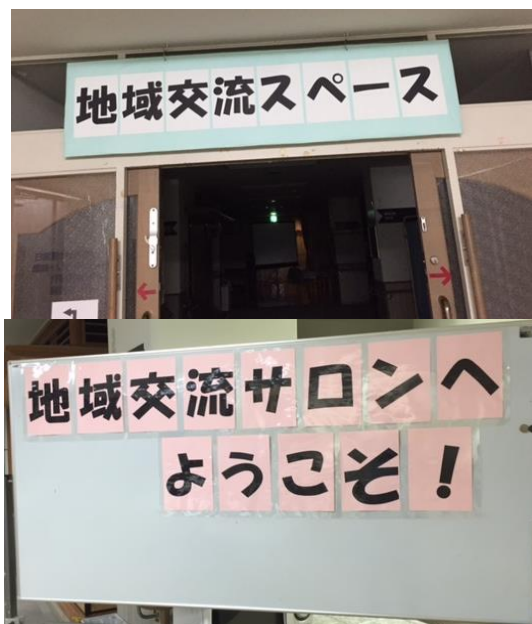
中目黒ホームには沢山の地域の皆さんが訪れています。そしていろいろな活動を行っています。今回は地域との関わりをご紹介します。

### ★手ぬぐい体操♡なかめぐろ★

毎週月曜日の十時～十一時半まで、

地域交流スペースで「シニア健康応援隊」の皆さんが介護予防の普及と地域の交流の場作りを行っています。

椅子に座ったままで出来る、手ぬぐいを使った簡単な体操をしたり、歌を歌ったり、おしゃべりをしたりして過ごしています。地域のシニア世代の皆さんが、沢山来られて体力や筋力の維持に努めて、仲間との会話を楽しんでいらっしやいます。



### ★ふれあいの居場所★

毎月第二金曜日の十四時～十五時

半に地域交流スペースで、地域の人々が主体の「なのはな結の会」が、自由に活動ができ、和んでもらえる「ふれあいの居場所」を開催しています。

お茶を飲んで井戸端会議や囲碁・将棋など自由に活動されています。来たい時に来て、帰りたい時に帰っていただける自由な場です。中目黒ホームの利用者も一部参加され、地域の方々との

交流を楽しまれています。十二月の望年会ではビンゴ大会で大盛り上がりでした。

### ★会食サービス・地域交流サロン★

毎週火曜日の十時～十六時、地域交流スペースで地域交流サロンが開催されています。

ふれあいの居場所同様に、自由に過ごせる場です。コーヒーやお茶も、自由に飲むことが出来ます。

十二時からは会食サービス（事前登録）でお食事とお喋りを楽しめます。

介護予防体操を行ったり、カラオケの機器も用意されているので、歌ったり・ラジオ体操ができます。塗り絵や絵手紙作りをしたり、十二月はクリスマスグッズを作っていました。