

# 高齢者総合福祉施設 吉祥寺ホーム



## さくせすふる えいじんぐ

第3号(夏祭り特別号)  
発行日 平成15年8月1日  
発行 高齢者総合福祉施設  
吉祥寺ホーム  
広報委員会

発行責任者 澤田金吾  
Successful Aging(サクセスフルエイジング)は、充実した高齢期を送るための合言葉です。

<http://www.kichijoji-home.com/>

充実した高齢期を送るための合言葉「さくせすふるえいじんぐ」。今月の特集は、吉祥寺ホームの夏祭り等のポスター作りをしていただいている養護老人ホームの金子さんにクローズアップしてみました。しあわせになれるコツが隠されているかも.....

### 無理をせず楽しくやろうよ。

### 目次



吉祥寺ホームの養護老人ホームをご利用の金子武男さんは78歳。才能あふれる金子さんは、絵画、陶芸、華道と全てのクラブ活動のリーダー的存在です。特に年一回ある「さつき祭」「夏祭り」では、陶芸や絵画そして生け花の作品が、見る人の心を和ませてくれています。Q魅力ある作品を作るコツは？ A「無理をせず、楽しくやることですよねえ。何でもね。」う～ん納得です。

特集 無理をせず楽しくやろうよ。	1.2
楽々介護のツボ	3
ウキウキでいさーびす！！	4
ケアマネ娘。	5
人生行路	6
おのちゃん&うっちゃんの お食事交換日記	7
真実の瞬間	8
ボランティア通信	9
喫茶わだん苑	10
協賛広告	11
	12

金子さんは、クラブ員の気持ちをリラックスさせながら、和気あいあいと創作活動を進めてくれています。そして養護老人ホームのご利用者を始め、職員にもたくさんの事を教えていただいています。作務衣姿の金子さんを見掛けたら、ぜひ声を掛けて下さいね。！！

### 養護老人ホーム 金子さんベストフォトショット！！





近藤和夫さん（養護）  
玄関前のプランターの花々をいつもお世話しています。弱った花を元気にしたり、種から育て、花を咲かせてくれます。



七夕では、ご利用者の願いが書かれた短冊を一枚一枚丁寧に笹の葉に付けてくれていました。皆から慕われる近藤さんの人柄が良く出ているショットです。

皆に喜んでもらえる事が、何よりもやりがいがあります。そして花が咲いてくれる事が、うれしくもあり、楽しみです。



笑顔いっぱい！！養護老人ホームクラブ活動紹介

（下記の他にカラオケ・詩吟・コーラス・俳句・ちぎり絵クラブがあります。）

レクリエーションクラブ

毎週木曜日午後手話ダンスやゲームを楽しみながら頭と身体の体操をしています。



絵画クラブ

描き上げるまでのエネルギーは、どこから出るのでしょうか。力作揃いです。



手芸クラブ

毎回素敵な手作り品が出来上がります。さつき祭では、バザーで販売されています。



囲碁将棋クラブ

ホーム内のみならず、地区大会などに参加して良い成績を上げています。



書道クラブ

白い半紙に向かうと無になり墨の香りで身が引き締まります。



華道クラブ

季節の花をホーム内の受付や廊下に飾ってもらい、皆の心を癒してくれています。



今回の楽々介護のツボは、介護の基本となる「からだ」の移乗介助の方法です。基本的な事ですが、毎日必ず行われる介護なので、コツを覚えておくことはとても有意義だと思います。人の身体は「ボディメカニクス」といって、身体の一部を動かすとそれに引っ張られて、他の部位も動くという性質があるので、それを上手に利用すると楽に介護が出来ます。

身体を動かす効果とは？！

体を動かす事は、視野が広がり、多くの刺激が目から入ることにつながることで、脳にも良い刺激となります。また腹筋や背筋に力が入ることによって、排泄面にも良い影響を与えます。そのほか、自然と固まってしまうやすい関節を、日常的に自然と曲げるきっかけにもなります。

### ベッドから車椅子への移乗介助手順

#### 手順1 ～ベッド脇に上体を起こし腰をかけてみよう～

ご本人の膝をベッド上で立てます。

両足全体をベッドの端のほうに斜めに引き寄せてずらしします。

腰を、座る時にちょうど良い位置までずらしします。

介護者は片方の手を介護を受ける方のわきの下へ手前から背中にむけて深く差し込み、しっかりと支えます。

もう一方の手はご本人の膝から太もものあたりを奥から抱え込むように差し込み、支えます。

ご本人に声をかけ、お尻を中心に回転させながら上体を起こします。あまり勢いをつけすぎると危険です。まためまいがする方があるので、ゆっくり行いましょう。

#### ワンポイント介護

ベッド脇に座るのが困難な方は、ベッドの上体を起こしたり、車イスへ座るようにするだけでも、寝ている時には使わない筋肉を使うこととなります。また、そのようにして視野を高くするのも良いのではないのでしょうか。

#### 手順2 ～車椅子へ座ってみよう～

ご本人に足を肩幅に開いてもらいます。床においた足を少し後方に下げ、両腕はお尻の脇に置いてもらうようにします。(場合によってはベッドサイドにつかまってもらいます。)

ベッドの床からの高さは、ご本人の膝くらいの位置にに合わせます。(両方の足の裏が床につく程度の高さに)

ご本人に頭をやや前方へ傾け「おじぎ」をするような姿勢をとってもらい、介護者が腰を支え持ち上げるようにします。

必要な時に介護者がすぐに支えられるよう、ご本人の正面または左か右(マヒなどのある方はマヒ側)に立ち、安全を確保するようにします。

#### ワンポイント介護

介護する側される側、お互いに声を掛け合いながら、力加減を工夫して行ってみてください。何でも一度にやると無理が出ます。体調をみながら、最初はごく短時間ずつ行うようにするといいと思います。

移乗介助連続写真



## 『ウキウキでいさーびす！！』

在宅ケア室(デイ)

### 盆パラ(ぼんぱら)体操

毎月第3月曜日、午前のプログラムにて、エアロビクスのチャンピオン大会で優勝された長身で笑顔の素敵な鈴木先生をお迎えして、盆踊りとパラパラを組み合わせた体操をご指導いただいています。軽快な音楽に合わせ、いくつかのポーズ(例えば三日月、三日月...、流れ星流れ星...)を連続して行うことによって不思議なことに楽しく東京音頭が踊れてしまいます！



### 手話体操

毎月第4金曜日、午前のプログラムでは、椅子に座ったままで基本的な体操から手話を取り入れた体操までバリエーションに富んでいるリハビリ体操を講師に松本先生(左写真:左上)をお迎えしてご指導いただいています。誰もが知っている歌を口ずさみながら、先生の手動きを真似しているうちに、いつのまにか手話で歌える様になっています。最近歌った歌はあこがれのハワイでした。

### デイサービスおすすめ情報！！

午後のプログラムでは、市内の公園等に赴き季節を感じていただいたり、武蔵野の自然を再発見できるバスハイクをレクリエーションとして行っています。



普段なかなか喫茶店へ行くことがないという方へ『吉祥寺ホーム喫茶わだん苑』はいかがですか？かわいい熱帯魚を眺めたり、インターネットも出来ます。どうぞ午後のひと時を「わだん苑」で楽しんで下さい。



吉祥寺ホームわだん苑  
クリームみつめ 300円

### ウキウキスタッフ紹介！！

3月より生活相談員をさせて頂いております田邊美子です。幅広い年齢層の職員で孫、娘、嫁とそれぞれの役割で楽しい一日をお過ごし頂ける様にと頑張っております。



写真一番右が田邊主任

先日、若い職員が2個のお手玉を手にとり恰好良く始めたのですが、お手玉は床に落ち上手く扱うことが出来ませんでした。それを見ていた一人の利用者が一つ、二つとお手玉を手に取り最後は三つのお手玉を上手に宙に飛ばし周りの皆さんから拍手喝采を浴びました。恥かしそうに笑顔から「出来た」という自信が垣間見えた微笑ましい光景でした。こんなアットホームなデイサービスへ一度いらしてみてください。心よりお待ちいたしております。お問い合わせ:0422-20-0886 田邊まで

## スタッフ紹介！！



ケアマネジャー  
4名と事務員1  
名の5名で在宅  
介護支援セン  
ター・居宅介護  
支援事業所の業  
務を遂行してい  
ます。

在宅にお住まいのご高齢者を対象により良  
いサービスを提供できるよう、ケアプラン  
を作成します。気軽にご相談下さい。

渡辺匠（写真左手前）介護福祉士・介護支援専門員

中田新子（写真左真中）介護福祉士・介護支援専門員

大久保みのり（写真左後）看護師・介護支援専門員

栗原文子（写真右後）看護師・介護支援専門員

土屋節子（写真右手前）事務職員

## 支援センター電話番号

20 - 0847 20 - 0857

## 支援センターでの相談対応



福祉用具（車椅子・  
ベッド）各種  
サービスをご紹  
介致します。



吉祥寺ホームでは、支援センターに直接来て  
いただいでのご相談も受け付けております。  
電話ではどうしても話しにくいし、ご自宅  
でも、色々気を使い面倒だという方は、どうぞ  
吉祥寺ホーム在宅介護支援センターに直接い  
らしてください。場所のご案内は右記へ！！

住宅改修（手すり、段  
差の解消）のご  
相談も受け付け  
ております。



## ご相談にご自宅までお伺いします。



ケアマネジャー  
と同行訪問して  
いる民生委員の  
山崎フミ子さん  
（写真中央）。  
いつもありがと  
うございます。

写真は、訪問の様子です。

電話、来所などでの相談より、後日直接ご自  
宅にお伺いします。介護保険の申請、認定調  
査、ケアプランの作成、介護保険外のサービ  
スなど様々にご相談をお受けしています。

地域の身近な相談を受け付けている民生委員  
の方々のご協力を得ながら、ご高齢者、ご家  
族の様々なお悩みを解決しております。

## 支援センターってどこにあるの？

「支援センターがどこにあ  
るか分からない。」という  
声をよく聞きます。

クマのぬいぐるみ（わだ  
ん苑の献立ボード）を目印  
に長い外廊下をまっすぐ歩  
いてゆくと、

吉祥寺ホームの玄関につ  
きます。玄関を入り、

左側コーナーに受付デスク  
があります。そのデスク  
の上にある内線電話を使い  
「310」をお掛け下さ  
い。すぐに支援センター職  
員が参ります。



ぬいぐるみ



玄関



内線310

人生行路は、養護老人ホームのご利用者より、自分自身の人生の振り返りの記録、自分史を記していただくページです。  
文編集／細沼

「キューポラのある街」

私は、福島県の郡山で生まれた。生家は「炭焼き」を生業としており、幼い頃はよく学校をサボっては父が働く炭焼き小屋に遊びにいった。そこでは元々口数の少ない父がいつも首に巻いた手ぬぐいで流れる汗をぬぐいながら黙々と炭を焼いていた。一息つけば家から持参した弁当を黙々と食べて水筒の水を飲み、また黙々と炭を焼いていた。静寂の中では、できあがった炭同士がぶつかり合い透明な金属音だけが響いていた。

小屋の外に食べ残した魚のホネやアタマを置いておくと漆黒の闇の中、キツネやタヌキがどこからともなくこっそりと食べに来る、そんなのどかな環境だった。

地元の学校を卒業した私は、16歳で埼玉県川口市の鋳物工場へ住み込んだ。

荒川をはさんで東京に接するこの川口市は、京浜工業地帯の大企業の下請けとして鋳物・機械器具工業などが栄え、後年映画「キューポラのある街」でも有名になったところである。荒川の砂と粘土、東京への舟運に恵まれて全国有数の鋳物の街となった歴史を知ったのは、随分あとになってからのことである。

鋳物工場の見習い工となった私は、親方に怒鳴られながら朝早くから夜遅くまで汗と油にまみれてコマネズミのように走り回っていた。大きなミスをしでかすと先輩から容赦なくゲンコツがとび痛さと情けなさで悔し涙がこぼれた。

普段の食事は、住み込み先で出してくれるものの粗末なもので、いつも腹を空かせていた。金に余裕のあるときはコッペパンを水で流し込み腹を満たしていたが、それも叶わぬ時は空腹に耐えかねて親方が飼っていた犬の工サさえ盗み食いをした。

そんな中で月に2日の休日が待ち遠しかった。この日ばかりは普段着の汗が染み込んだ「菜っ葉服」から故郷の母が持たせてくれた一張羅に着替えて、朝早くからいっぴしの社会人を気取って繁華街をうろついた。たまに映画を観てはその帰りに焼き団子を食べるのが何よりの楽しみだった。そんな珠玉の1日でも夕闇が迫る頃になると翌日の仕事が気になりはじめ、徐々に鉛を飲み込んだように気が沈むのだった。

こうした境遇から抜け出すためには早く一人前になるしかない。そのために先輩達の技術を盗むことに必死だった。きつく辛い時代だったが、零細企業が軒を並べ活気に溢れるこの街が嫌いではなかった。似たような境遇の少年達があちこちで、お国訛りをぶつけあいながら頑張っていたことも励みになったし何よりも街全体のひたむきな息吹が心地よかった。

その後、いくつかの職についたが、この街での経験がすべての原点だったような気がする。今でも自分の少し曲がった指を見るたびに当時の情景を思い出す。



浦山桐郎監督  
デビュー作  
吉永小百合がブルー  
リボン賞主演女優賞  
に輝いた作品  
埼玉県川口市を舞台  
に、貧しくても明る  
く生き抜く若者を描  
いた名作である。

## 『おのちゃん＆うっちゃんのお食事交換日記』 食事サービス室

5月25日、今日は吉祥寺ホームの入り口になが～い行列ができています。このなが～い行列は何の行列でしょう？

5月と言えば「さつき」、さつきと言えば・・・そう！今日は吉祥寺ホームの「さつき祭」です。



お弁当買ってネ(お)

今日は、食事サービス室の厨房で作った、特製『さつき弁当』を販売する日だ。毎年、たくさんの方々がお弁当を買い求めに早くから並んでくれる。今年の売れ行きはどうだろう？喜んでもらえるだろうか・・・

期待と不安で胸をドキドキ(- ; )!!させながら、150人分のお弁当を持って向かったその先には期待以上の人数のお客さんが待っていてくれた。



「販売開始の20分も前から並んでいるのよ！」と一番のりのお客さん。販売開始から45分。150食すべて完売。

皆様ありがとうございました。グリーンピースご飯、鶏のから揚げ、炊き合わせにたたきごぼう。盛りだくさんのさつき弁当。中でも、「たたきごぼう」は吉祥寺ホームでも人気の一品だ。やわらかいごぼうに甘いタレがよく染み込んでいるのが人気の秘密かな？でも、たたきごぼうってどうして「た・た・き」ごぼうって言うんだろう？何かでたたいているのかな？うっちゃんに聞いてみよう。



好評のさつきお弁当の「かけ紙」は、挿絵ボランティアの藤森さんの作品です。ホームページにも特集を組んでいますのでご覧下さい。

おのちゃん！「たたきごぼう」ネ！まっかせませい。ごぼうはゆでただけでは味が馴染みにくいんだ。だから、めん棒などでたたいてひび割れを作ることによって、味を馴染みやすくさせているんだよ。それに、ごぼうをたたくことで柔らかくなるからとても食べやすいんだ！あまり力を入れ過ぎず、中心がひび割れるような感じで愛情を込めてたたくのがポイントだよ。さあ、作ってみよう！

<<材料・作りやすい分量>>

ごぼう 200g  
\* 白すりごま 大さじ4  
\* 上白糖 大さじ1/2  
\* 醤油 大さじ1  
\* みりん 小さじ1  
\* 酢 適宜(お好みの加減で)  
(\* 印の調味料は混ぜ合わせておく)  
だし汁 適宜(下ゆで用)



<<作り方>>

- 1) ごぼうをたわしで洗い、泥、皮などを取る。
- 2) お鍋に入る長さに切って、5分程下ゆでする。
- 3) 味の付いていないだし汁で、柔らかくなるまで煮る。柔らかくなりすぎないように注意する。
- 4) 柔らかくなったら、ザルに取り出し水分を切る。
- 5) ごぼうをめん棒でたたき、3cmくらいの長さに切る。
- 6) バットなど底の平らな入れ物に、合わせた調味料を少し敷き、その上にぼうを置き、さらに調味料を敷き、ごぼうを置くというように交互に重ねる。
- 7) ラップを直接かぶせて冷蔵庫に入れ味をなじませて出来上がり。ぜひ作ってみてください。



お弁当召し上がりましたか。おいしかったでしょう？！来年も皆でガンバって作るのを期待してください。(う)

## 第三者委員

第三者委員は、施設の苦情受付担当者から、ご利用者、ご家族より頂いた苦情やご意見、に対しどのように取り組んでいるのか報告を受け、不適切な対応には是正するように直接助言をしたり、ご利用者、ご家族と直接面談し、日常的な施設サービスの状況把握と意見傾聴を行っています。吉祥寺ホームでは、第三者委員とご利用者、ご家族との定期面談会を年に3回（6月、10月、2月）実施する他、第三者委員へ直接電話で苦情を申し出ることが出来るようにしています。



## 《第三者委員による電話苦情受付》

電話 080-5093-1767

受付日時 9:00～17:00（日祭日除く）

## 吉祥寺ホーム第三者委員の紹介

市川一宏（いちかわかずひろ）  
ルーテル学院大学学長  
面談回数 ナーシング1回  
家政3回



穂積けい子（ほずみけいこ）  
前ボランティアセンター武蔵野運営委員長  
面談回数 ナーシング1回  
家政3回 在宅1回



児玉一江（こだまかずえ）  
西東京市民生児童委員  
面談回数 ナーシング3回  
家政1回

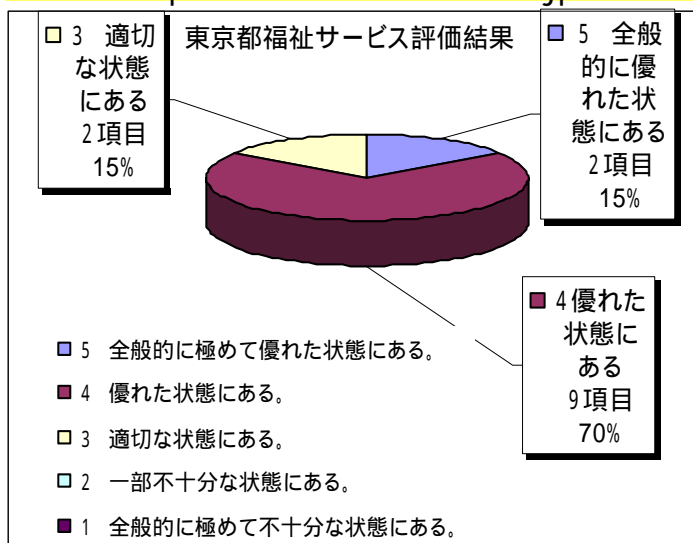


山崎フミ子（やまざきふみこ）  
武蔵野市民生児童委員  
面談回数 在宅4回 家政1回



## 東京都福祉サービス第三者評価

平成14年度東京都福祉サービス評価のシステム試行として、「りそな総合研究所」より、ナーシングホームで提供しているサービスや、様々なシステムについて評価を受けました。詳しくはホームページにて評価結果を閲覧出来ます。他の施設と比較する事も出来るのでぜひ一度アクセスして下さい。

<http://www.fukunavi.or.jp/>


NO	評価項目内容	結果
1	情報公開・提供	4
2	入所時の対応	5
3	標準的サービス水準の確保	4
4	個別対応の重視	4
5	安全管理	4
6	要望・苦情・トラブルへの適切な対応	5
7	地域との交流・連携	4
8	栄養のバランスを考慮した食事	3
9	入浴・排泄・服薬・衣類・居室サービス	4
10	身体機能状況に応じた機能訓練	4
11	生活の快適さ、自主性の尊重	4
12	プライバシーの保護、人権擁護	3
13	家族との交流、連携	4



## 『ボランティア通信』

### 中央幼稚園ママさんボランティアデビュー！！

スタートは、3人の「配食サービス」、毎週交代で2軒の高齢者宅へ、お弁当を届けて下さいました。それから6年の間に、敬老祭へ園児達が参加、ママさんコーラスは毎年定例に、その指導者である結城先生はデイでリズム体操の講師。またそのピアノ伴奏者である丸石さんは、ギタリストのご主人と共にナースingケア室の誕生会に出演。またOBであるトイinklヘルも素敵なハンドベルの音色を聴かせてくれました。中央幼稚園のボランティア活動は、配食を幹に例えればその枝に次々と花を咲かせる“花咲かママさん”のグループです。

### 中央幼稚園ママさんグループベストフォトショット！



### 武蔵野第4小学校PTAグループベストフォトショット！



### 武蔵野第4小学校PTA！ 大活躍！

水曜日のホームは、華やいています。明るい笑顔のお母さん達のボランティア活動日なのです。活動は、シャツ交換、ランドリ、配食サービス、買い物代行です。施設のボランティア活動の源でもあり、水曜日のみの活動日も火、木、金と四日に増えました。OBの方にもお世話になっています。家庭の事、PTA活動、アルバイトと忙しい中施設へ足を運んで下さいます。お母さんのボランティア活動に触発されて夏休みにボランティア体験するお子さんもいます。少年少女の心の成長にも影響を与えている活動は、ホームのボランティア活動をも爽やかなものにしていきます。

### さつき祭！ シニアボランティアさんも活躍！！

5月25日(日)に、さつき祭が開催されました。利用者の文化祭的要素を持った行事ですが、ボランティアさんも大ハッスルでした。ハーブリース、フラワーアレンジメント体験コーナー。自ら種まき・株分けをした苗市。ボランティア控え室に集まった古本市。タオルのひざ掛けや足拭きマットも好評だった手芸売り場。無料お茶コーナー。経験と知恵と力をお借りしてのボランティアコーナーでした。もう来年の準備を始めたボランティアさんもいらっしゃいます。関心のある方、一緒に活動に取り組みませんか。

### さつき祭ベストフォトショット！



ボランティアに関するお問合せは、0422-20-0800 ボランティアコーディネーター本木(もとき)まで

## 吉祥寺ホーム地域開放喫茶『わだん苑』

週に一度、わだん苑がちょっと賑やかになる事があります。颯爽としたスポーツマンとレディ達のランチタイムなのです。暦年齢は？ 肉体年齢は30歳代。ちょっとおじゃましました。

**Q. わだん苑はいつごろからご利用になっていますか。**

A. 私たちはミニテニス“アミーゴ”のメンバーです。講師の松本先生に連れられてきました。もう4年近くになるでしょうか。

**Q. わだん苑にはどうやって来られるのですか？**

A. 北コミセンの体育館で練習した後、自転車か徒歩で来ます。反省会を兼ねて、ここでのひとときを楽しんでいます。

**Q. わだん苑はどんな所がお気に入りですか。**

「安くておいしい！」  
 「雰囲気が良い！」  
 「職員の笑顔が良い！」  
 「職員がやさしい！！」  
 「窓から緑がみえて綺麗！」  
 「栄養も考えられている！」  
 「地域の人も利用できる！」

本当に気に入ってます。(＊。＾＊)

**Q. わだん苑に何か要望はありますか。**

「う～ん」と皆様考え込まれて、「予約しているけれど席が無い時がある」「もっとテーブルを増やせば」というご提案のそばから「いや、食数を増やしたら味が落ちる」「このままがいい」・・・とお話が盛り上がってしまいました。貴重なご意見ありがとうございました。

テニスラケットとボールを傍らに、食後はコーヒープレイク。家族の話、健康の話、世界情勢の話、本当に尽きることが無いようです。これからもわだん苑をどうぞご利用ください。(本木)



## 吉祥寺ホームベストフォトショット(＊。＾＊)



さつき祭に遊びに来ました。笑顔が素敵なお二人です。



自分たちの作品の前で「ハイ、ポーズ」



ラベンダーリースです。「わあ、かわいいネ」



いつもボランティアして下さるので私達もボランティアをと、「武蔵野福祉作業所」の方達。



いつもニコニコとお弁当を配食して下さる4小PTAボランティアグループです。



寄付して下さったピアノで素敵な演奏を聴かせて下さる前田さん。

コクヨ製品・文具・紙製品・卸

# 練馬文具

〒202-0011 東京都西東京市泉町6-13-4

電話 0424-22-1032

FAX 0424-25-2877



# FLOWER GARDEN

<http://www.flower-gdn.com>

ご用途、ご予算に合わせて新鮮な 季節のお花をアレンジいたします。  
お問い合わせは、下記の宛先まで。

〒180-0002 東京都武蔵野市吉祥寺東町2-15-2

E-mail: shop@flower-gdn.com TEL&FAX: 0422-23-2387



御菓子司

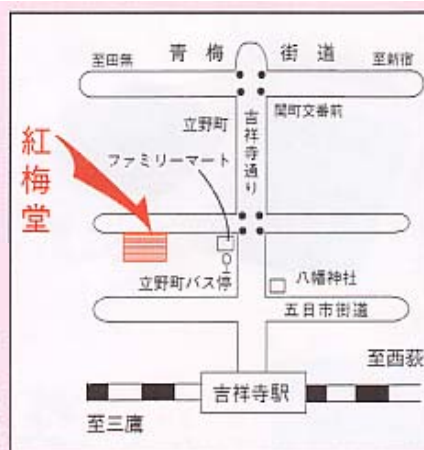
## 紅梅堂

武蔵野市吉祥寺北町2-2-12  
電話 0422 (22) 6026

ご来店方法：JR中央線吉祥寺駅中央口より西武バス全て可。立野町下車。  
・季節上生菓子各種取り揃えております。  
・慶弔用引き菓子各種ご調整承ります。  
●地方発送承ります。



フジの新しいお菓子  
練りこんで、  
ほろりとした食感。  
ふたにのりし味の  
つよみで、  
まろやかで仕上げました。  
大振り香りをぜひ味わって  
ください。



介護用品  
レンタル販売  
& 住宅改修

### ウェルファー



営業時間9:30-18:30

介護用品、レンタル、住宅リフォーム お気軽にご相談下さい。  
杉並区和泉3-60-9 フリーダイヤル 0120-154-046

**CBMtokyo**  
http://www.canon-bm.co.jp

## オフィスのトータルプランナー

お客様のオフィス環境をプランニング・運用・保守にいたるまで  
トータルにサポートさせていただきます。

取扱商品：複写機・プリンター・パソコン他

キヤノンピーエム東京 株式会社 国分寺支店

OA関連商品・ソフトウェア・OA機器消耗品

〒185-0012 東京都国分寺市本町2-12-2 2F

LAN構築・ホームページ作成 その他

TEL：042(320)5491

介護付有料老人ホーム ・ 特定施設入所者生活介護事業所

## シルバーヴィラ武蔵野



重度の要介護の方まで、真心をこめた  
手厚いお世話をさせていただきます。

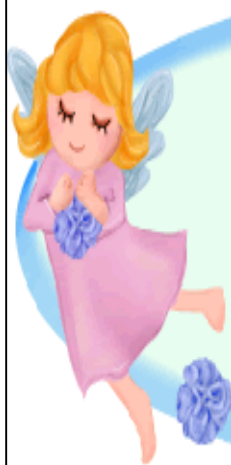
〒180-0012

東京都武蔵野市緑町3丁目3番10号

TEL: 0422-36-1620



JR中央線「三鷹」駅下車バス7分  
「市営プール前」下車約230m



皆様の健康のために！！

### オリーブ薬局

武蔵野市西久保3-2-22

TEL 0422-50-5430

FAX 0422-50-5431

住所：〒180-0001  
東京都武蔵野市吉祥寺北町2-9-2  
電話：0422-20-0800(代表)  
Fax：0422-20-0897  
ホームページアドレス：  
<http://www.kichijoji-home.com/>



#### 吉祥寺ホーム



お客さまの幸せづくり  
**たましん**

おかげさまで70周年



年金のお振込みはたましんへ

多摩中央信用金庫 吉祥寺支店

〒180-0006 東京都武蔵野市中町3-29-12

Tel. 0422(54)3321(代表)

Fax. 0422(54)8145

URL <http://www.tamashin.jp>