

# さくせすふる えいじんぐ

社会福祉法人 至誠学舎東京

高齢者総合福祉施設 吉祥寺ホーム

〒180-0001 東京都武蔵野市吉祥寺北町2-9-2

TEL 0422-20-0800 FAX 0422-20-0897

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

発行責任者 大久保 実

発行 広報委員会

～ 健やかな高齢期を送るための合言葉 ～

第38号 (平成24年11月号)

発行日 平成24年11月1日

事務企画室



猛暑の中訓練した成果を発揮した隊員

平成24年9月5日(水)に武蔵野中央公園にて東京消防庁武蔵野消防署・武蔵野防火管理研究会主催の自衛消防審査会が開催されました。吉祥寺ホームでは、特養の大野職員と食事サービス室の白鳥職員、女性2名で自衛消防隊を結成し、「2号屋内消火栓操作の部」に出場しました。結果は見事【優勝!】昨年に続き2連覇達成です!ほとんど

## 自衛消防隊優勝! 2連覇達成!

どが男性隊員の他チームを退けての見事な勝利でした。

前年度優勝チームという重圧を感じながらも暑い中練習を重ねた2人の努力と、熱心にご指導くださった消防官、業務を調整した職員の協力のおかげです。

10月11日(木)の防災訓練(炊き出し訓練)の際には、ご利用者や吉祥寺ホームを支えるグループの皆さん、職員の前で訓練の成果を披露しました。ご利用者

皆様のご支援によりまして、社会福祉法人至誠学舎は今年で一〇〇周年を迎えました。

来る平成24年11月3日(土)に中野サンプラザにおいて『至誠学舎創設一〇〇周年記念事業』の式典と講演会を開催致します。講演会は諏訪中央病院名誉院長

も審査会の結果を喜び、きびきびとした操法を目の当たりにし、感心・感動を覚えたようでした。



ご利用者に披露しました



鎌田 實先生をお迎え致します。その様子は次回お知らせ致します。

# デイサービスセンターの敬老祭週間

## 寿

今年も、9月10日(月)～15日(土)

の1週間、デイサービスの行事の中で「最大のイベント」とされる《敬老祭》が開催されました。

毎日、午後は「ショータイム♪」このお祝いの日の為にお集まりいただいたゲストと職員が一丸となつて、ご利用者に楽しい時間を過ごしていただきました。賀寿の方のお祝いをさせていただき、みんなで一緒に歌い、手を叩いて笑いました！では、その様子をご紹介しますしよう。

9月10日 月曜日

この日のゲストは、民謡の「みはる会と北祥会」の皆さん。「草津節」「炭坑節」「ソーラン節」などの

昔懐かしい歌と踊りに、自然とご利用者の歌声と手拍子が重なります！



みはる会と北祥会の皆さんによる「草津節」や「炭坑節」の披露

9月11日 火曜日

2日目のゲストは、女性コーラスグループ「はなみずき」の皆さん。「ふるさと」「赤とんぼ」などの童謡をたくさん歌ってくださいました。やっぱり日本って良いな♪と幸せを感じるひと時でした。



はなみずきの皆さんによる童謡のコーラス披露♪

9月12日 水曜日

3日目のゲストは、デイサービスでもお馴染み、上野さんの「大道芸」。ノコギリとバイオリンの弓での演奏では、聴いたことのない音色に皆さんびっくり！



うえのこタイムでお馴染みの上野さんによる大道芸！

9月13日 木曜日

楽しいおしゃべりに笑い、ハーモニカの伴奏に合わせて歌いました。大道芸の楽しさを満喫させていただきました。

4日目のゲストは、懐メロをギター1本で弾いてくださった佐々木さん(本業はピアノの調律師だそうです)。しっとりとしたギターの音色に、歌う皆さんの声も感情たつぷり！「北国の春」「別れの一本杉」などの演歌を、気持ち良さそうに歌っていました。



ギター一本で懐かしの曲を弾き語りしてくださった佐々木さん

9月14日 金曜日

この日は、職員全員が「かくし芸」を披露しました。この日の為に、各自が特訓を重ねてきたんです！いつもと違う真剣な職員の姿：見ている皆さんも、職員以上にハラハラドキドキされていたかもしれませぬ。一つ一つの出し物に、「頑張ってる！」「上手だよ！」と、たくさんの方の声援と拍手をいただきました。

マジック

呪文をかけた途端：あらゆる不思議！柔らかいロープが棒の様に固まった！そして



練習を重ねたマジックの演技  
ご利用者にも大好評でした！

最後には赤いハンカチに早替わり！マジシャンの横では、アシスタントの美女（デイサービスのアナウンサー）が華を添えてくれました。



インディアンフルート

木で作られた縦笛の音色は、懐かしくもあり、力強くもあり。「ふるさと」「荒城の月」「もののけ姫」の演奏に癒されました。



素敵な音色に  
ご利用者もうっとり♪



宝塚

職員4人でチームを結成。宝塚「すみれの花咲くころ」を踊りました。振付師（芸達者な職員Nさん）



いつもと違う凛々しい姿に  
ご利用者も驚いていました！



手話

に習い、ダンスの特訓を重ねました！衣装もメイクも、ダンスもバッチリでした！



手話の得意なY職員さん（自称・吉永小百合）が、お友達のクマさん、パンダさん、うさぎさんと一緒に高校生の姿で登



わかりやすい手話を披露する  
吉永小百合さん（自称）

場。わかりやすい手話の解説と楽しいトークに会場が盛り上がりました！ピアノの伴奏はクマさん。自宅での練習を頑張っていたんですって。

9月15日 土曜日

最終日は、男性合唱団「メンネルコール」さんの素敵なハーモニーにうっとりしました♪力強く、そして優しく…心弾むひと時でした。



メンネルコールさんの  
力強いハーモニーに感激！

来年度の敬老祭も、皆さんに楽しんでいただけるよう、職員も日々、芸を磨いてまいります！



# 吉祥寺老人ホーム（養護）の敬老祭



晴天の9月17日、敬老祭式典が行われました。式典で利用者代表として挨拶をしたSさんは読書家であるだけでなく、文章を書くのも大好きな方です。挨拶の原稿も、皆にわかりやすいようにと何度も書き直していたようです。若い頃には講師をしていた経験があり、本番は「緊張しなかった」とのこと。さすがです！



ご利用者代表のSさん

午後恒例のカラオケ大会とビデオ鑑賞会を行いました。カラオケは恥ずかしいと言っていた方も、職員とデュエットをしたところ、「こんなに楽しいなんて、ありがとうございます」と、素敵な笑顔を見せてくださいました。



養護老人ホームは年々と高齢化が進み、最高齢は101歳。元気の秘訣は「よく食べ、よく笑うこと」だそうです。毎日ひとついいことを見つけて、笑顔になれるといいですね。



お楽しみの敬老祝膳にご満悦のご利用者♪

## 可愛いんだものいいじゃない！



ご利用者の居室は十人十色。お花が好きな方、車が好き

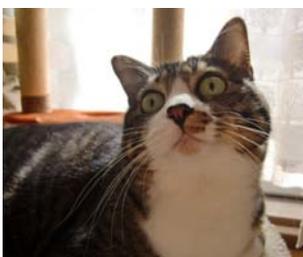
な方、作品やミニチュアなどを飾り、それぞれの個性があふれています。なかでも動物好きのご利用者が多

く、写真はもとより、ぬいぐるみなどで上手にお部屋を飾っています。

ところで、動物好きといえど職員も負けてはいません。ある日の出勤職員20名のうち9名が猫を飼っていることが判明。普段はハキ

ハキと話す職員も「うちの子（猫）」の話しになると、目尻がさがり、声もワントーン高くなる始末。まさに「親バカ」ぶりを発揮するのです。話しに熱が入ることもしばしば。ニコニコしながら聞いてくれるご利用者の皆様、ありがとうございます。

詩人 相田みつをさんの「人間だものいいんじゃない」というところでしょうか。



職員Sさんの愛猫の女の子です。可愛いですね〜♪

# ナーシングホームの敬老祭



厳しい残暑が過ぎ、涼しい秋風が吹き始めました。吉祥寺ナーシングホーム（特養）の中庭の紅葉の葉も段々と朱色に染まり始め、季節の移り変わりを感じさせます。

敬老の日の9月17日、吉祥寺ナーシングホームでは、第18回敬老祭の式典が行われました。式典当日に備えて、数日

前よりご利用者の洋服を一緒に選びました。好きな色・好きな柄・好きな襟の形：・それぞれの方の好みに合わせて、一緒に選びました。「この柄じゃ派手かしら？」と熱心に吟味されている姿や、男性の中には背広の準備をした方もいました。

いよいよ当日。きれいな装いの右胸には色とりどりの花のコサージュをつけ、より一層華やかな雰囲気になります。また、ボラントイアさんの協力で綺麗なお化粧をした方もいて、少し恥ずかしそうな様子も印象的でした。

邑上武蔵野市長をはじめ多くの来賓の方々が式典会場に到着、いよいよ開会です。緊張した表情の方や、何が始まるのか首をかしげ



ている方、中には少しウトウトとしている方も。

来賓の方々の紹介の後には、賀寿を迎えるご利用者の名前を読み上げました。今年賀寿を迎えられる方は20名。最年長の一〇五歳の方を筆頭に、九十歳を超える方が14名、米寿が2名、傘寿が2名、喜寿が1名、古希が1名でした。

ご利用者を代表して挨拶したのは九十一歳の男性Aさん。少し緊張されていますが、会場に通る声で、とても立派でした。閉会後は皆さん緊張がほぐれたのか、笑顔も見られました。



ご利用者代表のAさん



飾り付けもお祝い仕様です！

午後からはご利用者の家族による歌のプレゼントがあり、素敵な歌声にリズムをとったり手を叩いたり、楽しいひと時を過ごしました。ご利用者の皆様とその家族、そして職員を合わせ、明治・大正・昭和・平成生まれの人々が、縁あって同じ場所集っていることを改めて実感し、またそれがとても貴重なことであると感じました。これからも、皆さんが素敵な年輪を重ねられるよう、私達職員も日々励んでいきます。と思います。



# 消費者被害に遭わないために：

最近電話や訪問で高齢者を狙った悪質商法が増えていきます。どんな手口あるのかここでご紹介しましょう

## ① キャッチセールス

町を歩いていて「アンケートに答えてください」「無料サンプル試してみない？」と声をかけられたことありませんか。ついて行ったら高額商品を勧められたり断れなくて契約したということも。

**勧誘されても  
いらぬものは断ること！**



帰してもらえないかも…

## ② マルチ商法

「だれにでもできる簡単なお仕事」「絶対に儲かるから」という言葉につられ

**怪しい電話の誘いには  
のらない！**



ん？  
ラッキーかも…

「当選しました！」「あなただけのお得な情報です」と言って呼び出し、高額商品の契約をさせます。よくわからない誘いの電話は、はっきりと断りましょう。

**「絶対儲かる」  
楽な話はありません！**

## ③ アポイントメント セールス



儲かるかも…

で行った説明会で高い入会金をしつかり取られてしまうことがあります。

## ④ 架空請求

「未払いの料金があります。至急当社までご連絡ください」といった請求書・請求メールが届きます。契約した覚えはないけど怖くなってお金を振り込んでしまっただけは大変です。一度支払ってしまうと同じような請求があちこちからくる可能性があります。身に覚えのない請求は無視してください。

**請求先に  
連絡を  
しないこと！**



アセルかも…

## 認知症相談のお知らせ

### 問い合わせ

吉祥寺ナーシングホーム  
在宅介護支援センター

0422-20-0847

お問い合わせ

お待ちしております！



この他、息子や孫を語る元祖「オレオレ詐欺」もまだまだ横行しているようです。不審な電話や訪問を受けた時は速やかに家族や警察に連絡をしてください。契約などを迫られて困ったときは、お近くの消費生活センターに相談しましょう。

### ※相談先

武蔵野市消費生活センター  
0422-21-2971  
東京都

消費生活総合センター  
03-3235-1155

《東京都消費生活総合センター  
パンフレットより抜粋》

## 吉祥寺ホーム 秋メニュー紹介

### 秋の味覚編



吉祥寺ホームでは、9月から11月の期間、秋メニューをご用意しています。今回はその中から秋の味覚を使った献立を紹介いたします。

まずは、きのこのご飯です。しめじ・まいたけを鶏肉と一緒に炊き込んでいます。きのこの風味に秋を感じる一品でした。



秋が盛りだくさんとなったのが9月17日に行われた養護老人ホーム・特別養護老人ホームの敬老祭で用意した敬老祝膳です。主菜は銀ムツの西京漬けと海老、さつま芋、椎茸、いんげんの天ぷらです。副菜の炊き合わせは秋茄子や栗、里芋、オクラにもみじ型の人参を飾り、目でも秋を感じ

じていただけではないでしょうか。

敬老膳の中でその存在感から最も秋をアピールしていたのが松茸ごはんです。香りよく、飾り松茸と青銀杏が華を添えています。

地域開放喫茶・「わだん



## ノロウイルスを予防しましょう！



「苑」ではランチの「すみれセット」で、さんまをご用意しました。とても大きく、脂ののったさんまを大根おろしと旬の香りすだちでさっぱりとした献立でした。皆様もぜひ、身近な旬を探してみてくださいか。



わだん苑でも大人気さんまの塩焼き定食

食中毒と聞くと、いつの季節を思い浮かべますか。つい「夏！」と答えてしまいがちですが、冬に発生する食中毒もあります。その一つがノロウイルスです。ノロウイルスとは、感染性胃腸炎の原因になるウイルスの1つで、その症状は主に下痢、嘔吐、腹痛、発熱です。感染しても全ての人が発症するとは限らず、風邪のような症状で済んでしまう人もいます。

が、乳児や高齢者など抵抗力の弱い人は注意が必要です。



ノロウイルスの予防のポイントは「きちんとした手洗い」と「十分な加熱」です。手洗いはトイレの後、調理・食事の前に必ず行い、手を拭く際のタオル類も清潔な物にしましょう。



また、ノロウイルスは湯通し程度の加熱では死滅しません。中まで火が通ったかよく確認しましょう。原因食品としてカキなどの二枚貝がよくありますが、感染者の吐物や糞便を介した二次汚染を起こすことも多く、原因食品が特定されない事例がほとんどです。日頃の体調管理も含め、手洗いの習慣をつけて予防を心がけましょう。



# 寄り添うとは…

施設サポーター養成研修講座Ⅲ「認知症の理解」が9月26日に開催されました。講師は聖路加看護大学山本由子氏。サブテーマは「寄り添うとは」。ボランティア講座としても開催しました。脳科学の進歩は目覚ましく、毎年新しい学びがあり、受講なさった方のボランティア活動に深みが

増す内容でした。

10月に開催される実技・実習の受講修了後には施設サポーターさんが新たに誕生します。



# 13歳の君へ

今夏、ボランティアセンター武蔵野主催「夏！体験ボランティア」として一人の中学一年生が3日間ボランティア活動に来てくれました。将来は医師になりたいというこの少年は、ここに笑顔でデイサービス室ご利用者とトランプや囲碁、体操を楽しんでいました。年齢差は半世紀以上あるものの、互いにボラン

ティアする人される人の壁も無く、一緒にその時を楽しんでいるその光景は何ともさわやかでした。ありがとう大河内君。

若人のボランティア体験の思い出は、将来の高齢者の福祉に一条の光となります。若人よ待って！



# ありがとう、ボランティアさん

敬老祭も無事に済みました。お祝いとして音楽の要請があり、地域のコーラスグループ、老人クラブ北祥会やピアノ調律師の方のご協力を仰ぎました。かつてのご利用者のご家族の御顔もみえ、ふとある思いがよ

ぎりました。日常のボランティア活動でもご家族のご協力があることに。ご家族にとつては複雑な心境もあるのでしようが、このように吉祥寺ホームでボランティア活動してくださる事に感謝の気持ち絶えません。ありがとうございます。



河瀬さん・松尾さん



樋口さん



荒木さん



# 法人創設一〇〇周年です！

至誠学舎は、和菓子屋のご夫婦が身寄りのない少年を預かったことから始まります。

至誠学舎創立者のこの慈愛が、吉祥寺ホームボラン

ティア活動の源です。活動の内容は変わりつつも、ボランティア精神「誠の心」での活動は永久に受け継がれていきます。

