

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48号 (平成27年5月号)

発行日 平成27年5月1日

吉祥寺ホーム

新年度を迎えて・・・

吉祥寺ホーム ホーム長 大久保 実



穏やかな春の日差しが感じられ、吉祥寺ホームの庭にも色とりどりの花がたくさん咲き誇っています。

開設21年目を迎えた吉祥寺ホームには今年も初々しい職員が入ってきました。まだまだ緊張が取れませんが、一日も早く、若さが発揮できるよう支援して行きたいと思えます。

先日、武蔵野市立第四小学校の入学式に参列させて頂きました。あどけなくかわいらしい表情の新一年生でしたが、胸を張り、堂々とした入場に、小学生としての自覚や誇りが伝わってきました。大きな感動を頂きました。



吉祥寺ホームでは、近隣の北町保育園や第四小学校との交流事業をさせて頂いております。園児や小学生が来てくださった時のご利用者の笑顔は最高です。今年も、お子さんたちからたくさん元気を受け取ることができています。



開設以来20年、吉祥寺老人ホーム、吉祥寺ナーシングホームの施設長として従事しておりました祭田が3月で退職致しました。地域の皆様やご利用者、ご利用者のご家族に支えられての20年だったと思います。一部の方にはかご挨拶ができなかったと思いますが、皆様への感謝の言葉を預かっております。

4月からは、祭田の後任と

して、これまで吉祥寺ナーシングホームデイサービスセンター施設長でありました北川が、吉祥寺老人ホーム(養護老人ホーム)施設長として着任致しました。

北川が担当しておりましたデイサービスセンターは、吉祥寺ナーシングホーム(特別養護老人ホーム)、吉祥寺ナーシングホーム在宅介護支援センターと共に、私、大久保が担当させて頂く事になりました。

これまで以上に皆様のお力をお借りしての運営になると思いますが、どうぞよろしくお願い致します。



昨年度末には、デイサービスセンター及び特別養護老人ホームにおいてインフルエンザが流行し、皆様にご迷惑をおかけ致しました。この場をお借りし、お詫び申し上げます。

新年度を迎えて・・・

吉祥寺老人ホーム

施設長 北川 和秀



桜並木の景色が淡いピンク色から若葉の瑞々しい緑色へとかわ

り、季節のうつろいに胸が躍るように感じるこの頃ですが、皆さまにおかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

新しい年度を迎え体制変更も行いましたので、改めましてご挨拶申し上げます。日頃より吉祥寺ホームをご利用いただきありがとうございます。また、ボランティアの皆さまをはじめ地域の皆さまには吉祥寺ホーム運営にご理解とご協力をいただきお礼申し上げます。

さて、私ごとではありますが4月1日付にて、祭田前施設長の退職に伴い吉祥寺ナースィングホームデイサービスセンターの施設長



を退任し、吉祥寺老人ホームの施設長並びに吉祥寺ホームヘルプセンターの管理者を拝命致しました。

デイサービスでは平成23年4月に着任してから4年間にわたり、ボランティア・職員の方々に支えていただき、ご利用者・ご家族さまに大過なくサービスをお届けすることができました。紙面上にて大変失礼ではございますがお礼申し上げます。

新しく担当致します養護老人ホームは定員130名ですので、ご利用者さまをはじめボランティア・職員の方々の名前を覚えますまでにしばらくのご容赦をお願い致します。また、若輩ゆえにご利用者お一人おひとりのかわかりを大事にされた祭田前施設長と全く同じ様にとはまいりませんが、ご利用の皆さまお

一人おひとりができるだけ心地よくお過ごしただけるよう取り組み、一日でも早く祭田前施設長に追いつけるよう努力してまいりますので、今後とも皆さまのご支援・ご指導をよろしくお願い致します。

春の息吹が感じられる一方で不順な天候が続いておりますので、ご体調にはくれぐれもお気を付けくださるようお願い申し上げます。新年度を迎えてのご挨拶とさせていただきます。



新入職員紹介♪



生活サービス室
介護職員
きくち かりん
菊地 果凜

春から職員となりました菊地果凜と申します。皆様の役に立てるよう頑張りますので、どうぞよろしくお願い致します。

平成27年度 苦情相談 第三者委員ご紹介

新年度を迎え、改めて吉祥寺ホーム苦情相談第三者委員の皆様をご紹介します。

- 山崎 フミ子氏
地域代表
- 山口 麻衣氏
学識経験代表
- 井口 福彦氏
法人評議員代表

平成27年度の面談希望者様との面談会は平成27年7月・平成28年2月を予定しております。

※苦情解決パンフレットはエントランス等各所に設置しております。
※各室の苦情受付担当者も記載しています。



新年度のボランティア講座

今年度も、ご利用者に寄り添う活動について共に考えるボランティア講座を企画しています。

年度初めのボランティア講座では、ボランティア活動の中での高齢者虐待・個人情報・感染症をテーマに、施設長および室長からお話しさせていただきます。施設でのボランティア活動をしていただくための、学校でいえば必修科目と考えていただきボランティアさんにご出席をお願いしております。

また初めての試みとしてアクティビティ・ケアについてボランティア同士が学び合え



五感生活研究所所長
山下柚実氏

る講座を開催します。まず第1回目をアクティビティ・ケア散歩として五感生活研究所所長山下柚実氏を講師に迎え、「周囲の公園を五感で楽しく散歩」しながら五感を意識した散歩について学びます。続けてクラフト編、音楽編、見守り話し相手編と進めます。ご活動で関係しているボランティアさんと共に企画を進めていきたいと考えています。

そして今年度も施設介護サポーター養成研修を5月末に開催します。今回は13回目です。今までに100人近くの方に受講していただき、約60人の方が、サポーターボランティアさんとして登録し、施設ご利用者の為に活



今年もやります！「さつき祭」



来る、平成27年5月17日（日）10時～14時30分、吉祥寺ホームにて第19回「さつき祭」テーマ「未来へ」が開催されます。

今年も作品展、音楽、フリーマーケット、バザー、ゲームなどのコーナーがあります。さわやかな5月の日を「さつき祭」でお過ごしください！お待ちしております♪

バザー物品提供のお願い

- ◇受付 5月1日～5月14日
- ◇提供していただきたい物
 - ・日用雑貨・ギフト用品
 - ・衣類（新品・新品同様）
 - ・食品（缶詰・海苔など）
 - ※賞味期限切でないもの
 - ・園芸用苗木
 - ・手芸品など



ご協力お願い致します。

動く下さっています。カリキュラムは、



武蔵野市高齢者支援課の講義からスタートして、二施設長の講義、各施設主任による実技と実習です。

サポーターさんとしてご活動を希望するボランティアさんはもちろん、高齢者福祉に

関心のある市民の方の参加も大歓迎です。詳細お問い合わせください。

心身の健康の為にボランティア活動はとても効果があるといわれています。吉祥寺ホームのご利用者の為にボランティアさんとしてこれからもご協力いただけたら幸いです。どうぞよろしくお問い合わせ致します。



お花見バスハイク



桜がチラチラと花びらを落とし始めた4月3日、養護ではお花見バスハイクを催しました。マイクロバスを借りて武蔵野市周辺の桜の名所を回ります。走るバスの車窓から眺めるお花見ですが、外出の難しくなったご利用者にも、楽しみな企画です。

始めた桜が舞う中を、三鷹まで足を延ばし、一時間ほどかけてバスはゆっくり走りまです。「キレイね〜」「生きてて良かったわあ」と、ご利用者の嬉しそうな顔が印象的でした。

吉祥寺ホームの周囲も桜の木がたくさん植えられています。今年も見事に花を咲かせ、凛々しく華やかな姿を見せてくれました。職員にとっても毎年の春の楽しみ『桜』です。



さつき祭準備がんばってます！



武蔵野市は桜の木が多く、特に市役所前の通りは、桜のトンネルの中をバスが走る感覚を味わうことができる、素敵な名所のひとつです。また、その近隣の団地の桜も見事なもの！手を伸ばせば届きそうなほど間近で観賞できる、お花見の穴場です。散り

5月17日（日）吉祥寺ホームの文化祭【さつき祭】が行われます。集会室に展示されるクラブ作品や個人作品はそれぞれの自信作。今回はその中の一つ「アートクラブ」をのぞいて見ました。

ボール、お菓子の包み紙なども、先生のアイデアが加わると素敵な作品に生まれ変わります。「不器用だから、作るのほちよつと…」と言っていたご利用者も、今ではクラブの日が待ち遠しいようです。

アートクラブ



普段使い終わったら捨ててしまうような、空き箱やラップの芯、段



包み紙や写真などを空き箱などに貼り付ける作品も、切り方や貼り方を少し工夫するだけ



今年のさつき祭の様子



で、ユニークな模様になります。また、時には思いも寄らない材料を使うことで、驚くほど素敵な作品が生まれるのも楽しさのひとつです。固定観念にとらわれない自由な発想が、アツと驚くような素敵な作品につながるんですね。さつき祭への出品作品も楽しみます。

この他にも、絵画・手芸・陶芸・書道・俳句・ちぎり絵など各クラブの皆さんの作品を展示します。ぜひ観に来てください！！

ご利用者プログラムの紹介



4月に入り、だんだんと暖かく、気持ちの良い季節となりました。同時に、吉祥寺ナーシングホームの中庭も、緑の葉や春の花で色付いて華やかになってきました。

新年度を迎えて第一号となる今回は、ご利用者のプログラムと、それを支えていただいているボランティアさんの活動を紹介したいと思います。

カトレア



毎月第1・2・4火曜日の午前中に活動しています。

ボランティアの方によるピアノ伴奏と、先生のリードで歌を楽しむ音楽のプログラム活動です。

歌はその季節に合ったものを中心ですが、懐かしの歌謡曲であったり、耳にする機会が多い流行の歌であったりと、皆さんに喜んでもらえる

曲をボランティアの方々を選び、準備してくれます。一緒に歌ったり、鈴を持って伴奏したり、皆で楽しんでいきます。さらに曲に合わせた様々な小物などを用意していただくこともあって、音だけではなく「目でも楽しい」時間になります。



書道



毎週木曜日午後の活動です。

ボランティアの先生が書いたお手本に向かいながら、お習字を楽しみます。

ちよっと自信が無いな...という方には、半紙の下にお手

本を敷いて、それをなぞる

練習から

できるようボランティアの皆さんが準備をしてくれるので、それぞれの楽しみ方ができます。

ご利用者の皆さんの、普段よりも少し真剣な表情を見ることができるひと時です。



日曜喫茶



毎月第3日曜日の午後は、ボランティアの方がコーヒーを淹れに来てくれます。

一杯ずつ淹れるドリップコーヒーの、とつてもいい香りがフロア内に広がり、ご利用者の皆様は、その本格的なコーヒーを楽しみながら、優雅なひと時を過ごします。



ぬりえ

毎月第1・3月曜

日の午後に、ボランティアさんが用意する「ぬり絵」に、クレヨンや色鉛筆で色をつける活動です。

その時季に合った絵柄を選んでいただけるので、他のプログラムと同様に季節を感じる事ができます。そして、絵をきっかけに思い出話に花が咲くこともよくあることです。



その他にも、太鼓などの打楽器を使用した活動、昔話を語ってくれる活動、手先を使う工作など様々なプログラムがあり、それぞれにボランティアの方々活躍しています。「今日は〇〇の日ね、楽しんだわ。」と、心待ちにしているご利用者も多く、笑顔で楽しんでる様子。支えていただいているボランティアの方々に感謝です。



ある日のデイサービス

最近のデイサービスでは、男性利用者の輪が広がっています。



特に金曜日の男性陣は、みなさんとでも仲良し！朝、送迎バスでデイサービスに到着すると、すぐに職員に「今日〇〇さん来てる？」とお仲間が来園されているか確認され、フロアーで顔を合わせる、と、誰からともなく集まり、何やら楽しそうにお話が始まります。本当に学生時代からのお仲間のように。私達職員は、こつそりこの方々の集まりを「メンズクラブ」と呼ばせて頂いているんです♪

皆さん共通して歌がお上手なのです。午後のプログラムのカラオケで歌う曲を、相談しながら決めていたりもします。甘い大人の歌声に職員のファンも多く、「あの歌が聴



きたい！」「今度この歌をうたってみてほしい！」とのリクエストにも快く応えてくださいます。

女性も歌の上手な方が揃いの金曜日には、フロアーが



デイサービスはいかがですか？



デイサービスでより一層、楽しく心地良くお過ごしいただく為に、何か新しい試みができるものかと考え、ご利用者や職員にこれまでの活動や今後の希望など質問してみました。

今のプログラムへのご意見は？
好きなプログラムは？

* 貼り絵：

題材が難しいものが多く、作

大人のダンスホールやナイトクラブに早変わり！曲に合わせてご利用者と職員が踊ることもしばしばあります。「照明がもっと暗くなつて、ミラーボールが回ればいいのに・・・」と何度思ったことか！



本当に素敵なメンズクラブのみなさん。これから更なるご活躍を期待していますよ♪

る途中がめんどうくさいけれど、好き！

* 絵手紙：



先生のアドバイスを受けながらだけど、自分の思うままに作品を作れて楽しい。



* 音楽の

プログラム：

家で出せない大声を出せてストレス解消！気持ち良い！



* 書道：

自分の通う曜日には無いプログラムだからやってみたい。



* 茶道・華道：

昔から好きだから。



* 体操：

若返る！



今後、デイサービスでやってみたいことは？

* 踊りや歌の発表会
* ソシアルダンス！

* 日帰りバスハイクで

空港に行きたい。

* きれいなお姉さんと

お酒を飲む。



貴重な意見をたくさん伺うことが出来ました。こんなたくさんのご希望があるとは、嬉しい限りです！是非とも実現していきたいですね。デイサービスに関わる人みんなが楽しみを持って、夢や希望を叶えられる場所であり続けるよう頑張ります！

地域ケア会議



「地域ケア会議」という言葉、聞いたことありますか？

地域ケア会議とは、「まちぐるみの支えあいの仕組み」（地域包括ケアシステム）を作っていくための手法です。

福祉・介護や医療関係者、地域住民が集まり、地域の社会資源の活用や住民同士のネットワーク等も含めた支援について検討したり、地域での課題を抽出し、解決のために何ができるか考えていくものです。

吉祥寺ナーシングホーム在宅介護支援センターでは平成27年3月19日に「地域ケア会議」を行いました。

当日は福祉の会や老人会、民生委員、警察署、消防署、医師、看護師、介護事業所の職員



やケアマネジャーなど50人以上の方に集まりました。今回は初めての開催でした



ので、それぞれの仕事や活動について紹介していただきました。初めて顔を合わせた方々もいらつしやいましたが、お互いにどんな活動をしているのか知る事ができ、「こんな時はこの人に頼めるんだ！」などと関係者間のネットワーク作りのきっかけになったと思います。

今回の地域ケア会議では「認知症」をテーマに事例を通して、みなさんで何ができるかも考えていきました。その中で、『ご近所』というキーワードがたくさん挙げられました。認知症の方に限ら

ず、どんな方に対して、その方を取り巻く地域全体、その中でも特にご近所同士での見守りや、さりげない支援があることで、いつまでも地域で安心して暮らしていけるのだと思います。また支える側にとっても様々な関係機関と連携できるネットワークがある



ことが大切だと思いましたが。次回の地域ケア会議でも、みなさんと色々な話し合いが持てるようにしていきたいと思っています。

※もの忘れが心配になった時に役立つハンドブックを作りました。必要な方は吉祥寺ナーシングホーム在宅介護支援センターまでお問い合わせください。

平成27年度 認知症相談スケジュール



今年度も認知症相談が開催されます。認知症



？
についての疑問や質問、どのように接したら良いのか等、認知症の高齢者を介護しているご家族等からの相談に、経験豊富なベテランの専門相談員がお答えします。相談は無料です。お電話でご予約の上、ご遠慮なくご相談ください。

吉祥寺ナーシングホーム
在宅介護支援センター
年間スケジュール



5月27日(水)・8月19日(水)
11月18日(水)・2月17日(水)
10時～12時・13時～15時

【問合せ先】

0422・20・0847

※その他施設の予定などは武蔵野市ホームページに掲載されています。

大人気！ おやつセレクト♪



今号は3月にデイサービスのご利用者へ提供した「おやつセレクト」の中からいくつかメニューをご紹介します。

【抹茶みつ豆】

抹茶ゼリーと たつぷりのフルーツにこしあん、抹茶クリーム、チェリー缶をあしらいました。こちらは甘いものが好きな方にはたまらない定番おやつです。



ふつくら煮た白 花豆をつぶしたあんのでいちごを包み、寒天でコーティングしたものです。外見はいちご大福に似ていますが、餅の伸びがなく、高齢者にも食べやすい一品です。



【コーヒージェルト】

こちらの洋菓子好きの方の

ためにご用意しました♪コーヒージェリーの上に、コーヒームースをトッピング。甘さ控えめでちよつと苦味が効いた大人のデザートに仕上げました。



【クレープのオレンジ煮】

いつもと違ったおしゃやかなおやつです！オレンジジュースと砂糖を煮詰めたシロップにクレープ生地をさつとくぐらせ、ホイップクリームと蜂蜜をトッピングしました。正式名称はクレープシュゼットと言うフランスの洋菓子です。



この他にも、雰囲気を変えた【たこ焼き】や見た目もさわやか【オレンジババ】、【いちごのクレープシュゼリー】など普段より少し豪華



で珍しいおやつを楽しんでいただきました。読んでいておなかの空いてきた方におすすめのレシピを紹介します。



こちらもおやつセレクトで ご用意した【味噌餅】すり胡椒入りの味噌をのせて香ばしく風味豊かに焼き上げました。

味噌餅の作り方

（材料／1合分）

- もち米：180g
- 味噌：75g
- みりん：75g
- 砂糖：10g
- 白すりごま：20g



（作り方）

- ① もち米を炊く。
- ② 調味料をすべてボウルに入れ、ダマにならないように混ぜておく。
- ③ 炊きあがったご飯をラップに乗せ、軽く手でつぶしながら楕円にまとめる。
- ④ 中火で1〜2分焼き色が付くように焼く。



- ⑤ ②の調味味噌を塗り、1分焼く。

（ポイント）

- ・餅を丸める際つぶし過ぎると粘りが強く、硬くなるので注意が必要。
- ・ご家庭で焼く際はオーブントースターがおすすです。
- ・味噌を両面につける場合には片面に塗り1分、裏返して味噌を塗りもう1分焼くと香ばしくなります。



◆ご家庭でも作りやすいおやつですのよ、ぜひお試しください♪