

むすんでひらいて

新年を迎え、吉祥寺ホーム・ホーム長三上義樹よりご挨拶申し上げます。

新年のご挨拶

吉祥寺ホーム・ホーム長 三上義樹



明けましておめでとうございます。昨年中は大変お世話になり、誠に、有難うございました。

ホーム長より新年のご挨拶

さて、平成二十年十二月十五日（月）に、理事長阿和嘉男（ほとりわかお）が急逝いたしましたことは、ご周知のことと存じますが、非常に残念な思いでいっぱいであります。ここに、謹んでご冥福をお祈りいたします。



第23号（平成21年春号）
発行日 平成21年2月1日
発行 高齢者総合福祉施設 吉祥寺ホーム 情報宣伝委員会
発行責任者 三上義樹

Successful Aging
（サクセスフルエイジング）は、
健やかな高齢期を送るための
合言葉です。

23号目次

1	ホーム長ご挨拶
2	特集
3	新年を迎えて
4	行事報告
5	ウキウキでいさーびす
6	こんなことやってます
7	むすんでひらいて
8	お知らせ

在宅サービスの基本形（デイサービスセンター、入浴サービス等）は、昭和五十年に故阿和嘉男理事長が施設長をされていた緑寿園（西東京市）が、全国に先駆け事業実施したのが始まりです。当時は、武蔵野市・小金井市・田無市・保谷市（合併して現在は西東京市）の四市共同運営事業でありました。在宅ケア、在宅サービスという言葉が、日本の中で、はじめて使われた時代でありました。日本はまだ福祉の対象者を低所得者に限定し、「措置」という行政が福祉に関するサービスを決定する時代でありました。日本の在宅福祉の萌芽期に「利用者本位」、「高齢者の尊厳」、「人格の尊重」、「地域との連携」など現在ではあたりまえとなっていることを、制度も十分整っていない時代に、地域において実践され、奮闘されてきました。



平成二十四年（二〇一二年）に至誠学舎は創設一〇〇年を迎えますが、創設者の「誠の心」という法人理念と「発想は世界的な視点に立ち、実践は地域で」ということをモットーに、故阿和嘉男理事長が開発致しました至誠学舎東京を、さらに発展させていき、次の一〇〇年につないでいきたいと、意を新たにしております。職員一同気を引き締め、次の一〇〇年に向け力を合わせ、鋭意邁進していく所存であります。どうぞご利用者の皆様はじめ、多くの支えをいただいているご家族様、地域の皆様及び行政の皆様方の、旧倍のご支援を頂戴いたしたく、心より、お願い申し上げます。

何卒、相変わります。本年もご指導、ご鞭撻に預かりたく、重ねてお願い申し上げます。

平成二十一年正月 三上義樹



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

新年を迎え、ご利用者に
新年の抱負を伺いました。



今年も良い年を願う・・・

女性ご利用者



随分昔のこと、書いたものでも綴ってみなければ定かな年は覚えていないのだけれど、

お正月の三日間、雪が降り続いた年があった。あの初春は静かで静かで、東京のお正月としてはかなりのものであったことを素晴らしい情景として覚えていて。この頃では十二月というよりも冬一杯一度も雪を見る事も無い年もある位で、そんな静けさは望むべくも無いかもしれない。御仕事に行かねばならない方には、難儀なことでは一寸した幸せではなかったかと思う。これは多分間違っていると思う。羽根つき等という遊びも、戸外の危うさもあってあまり見かけることが少なくなっているけれど、あの羽根の硬質で冴えた音は冬らしく気分も快く、爽やかなのは私だけではないように思う。



人はとにかく無いものねだり気分があり、亦（また）年を重ねれば一種の懐古的な部分もあって、そちらの方向にどっぷりと向いてしまうことが多いようである。けれど、ただそれだけではなく、なくしたくない愛しいものや、新しいものと共に大切にしてい



いくことも必要ではないかと思う。「いい初春を」と簡単に言っている人が多いように思えることが、決してそう文であるのではないかとの思いに触れるとき、説明のない本物の嬉しさが身うちに広がっていくことを大切にしたいのは、私ばかりではないことを願いながら二〇〇九年に「いらっしやい」と言いたいです。



今年には元気に遠出もしたい・・・
女性ご利用者

女性ご利用者



明けましておめでとうございます。快晴に恵まれ新しい年を迎え、気持ちも引き締まります世の中の、不況の波にもまれ、住む家もない失業者の人たちを想うと、ホームでの生活が送れること、心から感謝の気持ちでいっぱいです。

今年には少し遠出をしたいと思っております。山梨まで葡萄狩り、秋津溪谷散策、また高尾山ハイキングなどと考えております（無理かなあ）。年々足腰の衰えは隠せませんが、仲良く労わり合いながら、暮らしていきたいと念じております。

「協力いただいたお二人の利用者さん、ありがとうございます。今年も穏やかに過ごせると思いますね。」



行事報告

〈初詣〉

一月七日、九日に大國魂神社へ初詣に行きました。今年一年の幸せと健康をお祈りしてきました。



ありがとうございます♪

いつもお世話になっている、加藤酒店の加藤文佑氏より楊枝入れをいただきました。毎年お正月には、利用者全員分の箸袋も手作りで作ってくださいありがとうございます。いつもありがとうございます。



吉祥寺老人ホーム(養護)に関するお問い合わせ
0422-20-0873 養護サービス室（園田・高島）まで

養護職員 今年の抱負

今回は養護職員にも「今年の抱負」を聞いてみました。写真はお正月に着物を着た際に撮ったものです。今年一年の職員の意気込みをご覧ください。



小泉職員

新しい年となり一ヶ月過ぎました。この三月には施設サービス室から養護サービス室へ移動となり丸四年となります。特養で学んだ介護の基礎を養護でも生かせることを目標にしてきました。これからも、その目標と共に身も心もどっしりと、皆さんの信頼を得られるよう心がけていきたいと思えます。どうぞよろしくお願い致します。



宇佐美職員

新年明けましておめでとうございます。今年も皆様と笑顔の絶えない一年にしていききたいと思えます。どうぞ宜しくお願い致します。



酒井職員

この四月で働き始めて三年目となります。仕事の量も責任も少しずつ増えていきますが、それに応えられるように頑張りたいと思います。



平林職員

家族全員が健康で過ごせることが一番の抱負です。



佐藤職員

今年一年、心穏やかに、楽しく過ごせるように努力していききたいと思えます。今年もどうぞよろしくお願い致します。

蔭内職員

健やかな一年を過ごしていただけのように、より良いお手伝いが出来るように努めていきたいと思えます。



保井職員

昨年より養護サービス室に異動して参りました保井宏美です。まだまだ勉強不足で、至らない点多々あるかと思いますが、これからどうぞ宜しくお願い致します。



櫻井職員

昨年四月に入職し何もかもが初めてであつという間の一年でした。本年は昨年以上にご利用者の皆様のご期待に添えるよう努力してまいります。



小寺職員

和をもって、楽しく仕事を続けていきたいです。

秋山職員

健康に留意し、ご利用者の皆様が穏やかに生活できるように努めたいと思えます。



風間職員

今年は変革『チェンジ』の年です。私も精神面・専門性を磨き『チェンジ』していきたいと思えます。"Yes, I can".



倉田職員

初心を忘れず、さあ、やるぞ！

職員一同より

今年も宜しくお願い致します！



吉祥寺老人ホーム(養護)に関するお問い合わせ
0422-20-0873 養護サービス室 (園田・高島)まで

一月誕生者はたくさん
いらっしやいました！



年が開け新年のご挨拶も一段落したなか、一月生まれの方のお誕生会が行われました。今回はそのお誕生会の紹介をしたいと思います。

お誕生会は毎月第一木曜日の午後、後に開催していますが、この月は元旦と重なってしまっただけ第二木曜日に変更となりました。

一月にお誕生日を迎える方はなんと九名！一月生まれの方が多いことにビックリ。でも中には「本当は十二月生まれだけれど、一月に出生届を父が出したのよ」とおっしゃるご利用者も。

「年末の忙しい時よりも、少しゆったりしてから」「縁起の良いお正月に」あるいは「数え年が面倒だから」と色々な理由で少し遅らせて届けを出すことが珍しくなかったとか。



毎月のお誕生会の企画を考えるのは担当職員ですが、その季節にあったものになるように、でも前の月とは違う内容になるように考えたり、ご利用者に喜んでいただ



けるようなサプライズを提案したりと腕の見せ所です。毎月恒例となりつつある、職員手作りのバースディカードのプレゼントもご利用者から大好評です。

また、お誕生会ではボランティアの方に協力していただく事が本当に多く、コーラスや踊り、時には外国の方が来て楽器演奏や芸を披露してくださいます。そんなボランティアの皆さんの活躍をご利用者はもちろん、実は職員もとても楽しみにしています。

そして、お化粧ボランティアさん。お誕生会の時に、ご利用者にお化粧をしてくださるボランティアさんが来てくださいます。

やっぱり女性は口紅をつけるだけでも、グッと雰囲気が変わって華やかに。お化粧をしてもらっている間、鏡に写るご自分の顔をみつめている様子は、普段よりも背筋が伸びているように見えます。



お楽しみ誕生会



一月の余興には日本民謡ボランティアの方々十名が来てくださいました。ご利用者の皆さんが知っている曲を三味線で弾いて、うたも唄ってくださいました。華やかな雰囲気にご利用者もとても楽しんでいました。

おやつにはピーチチーズケーキ！毎回お誕生会には食事サービスがケーキを用意してくれています。毎月いろいろな種類のケーキが出るので、それもお誕生会の楽しみの一つでもあるようです。

おやつを食べ終わるとお誕生者の方にマイクを向けて会の感想をうかがい、お誕生会が開きになります。

ご利用者の皆様に、新たな一年もお元気に過ごしていただけるよう、また会を楽しんでいただけるようにという思いをこめながら、職員が知恵を出し合ってお誕生会の企画を考えていきます。



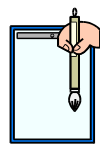
余興を楽しむご利用者



みはる会の民謡演奏

吉祥寺ナーシングホーム(特養)に関するお問い合わせ 0422-20-0869
介護サービス室・施設サービス担当(篠宮・阿)まで

書道のご紹介



今回は書道と布目陽子先生をご紹介させていただきます。書道は毎週水曜日の午前中に行われています。毎回十五名以上の方が参加され、心静かに墨と向きあわれています。

では、講師の布目先生から書道の時間について紹介していただきます。

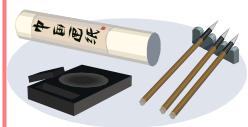
布目先生より

みなさまこんにちは、布目です。

墨の匂いと筆がすべる音。書道はずいぶん以前にやったきりで：とおっしゃる皆様も

真剣な表情でまた穏やかに楽しみながら、半紙に文字を書いていきます。

お習字、書写、書道。厳密には少しずつ違いますが、要は心を落ち着け、気持ちを入れて字を書いていくこと。



布目先生



季節にふさわしい語句を選んで、お手本を書かせていただきます。お人柄のあふれた、すばらしい作品ばかりです。

筆は鉛筆やペンとは違い、手に持って動かすだけで字が書け、ほとんど力がいきりません。でも文字を書くとき、神経が集中し、脳は活性化されます。語句の意味を考えながら書いていくことは、季節を味わったり、思い出を甦らせた

り、身心にはたらきかけることも、少なくありません。上手、下手は関係ありません。大きな文字を楽しみながら書いていきます。

活動の様子

ここからはご利用者の活動の様子や作品をご覧ください。



ただいま
添削中です

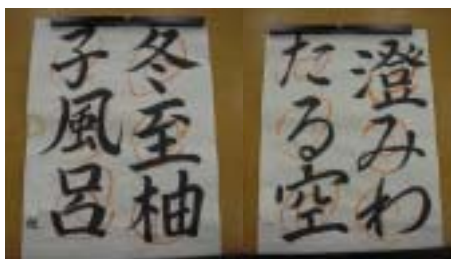


弘法は
筆を選ばす？

集中しています



真剣そのもの！



丸がたくさん！



百歳の方の
作品です

出来上がった作品は、デイサービスのエントランス掲示板に展示してあり、通りがかった方々に「すばらしい作品ですね」とお誉めの言葉を頂いています。また、この水曜日の書道の時間以外にも、ご希望があれば毎日のコスモス倶楽部の中でも書道を楽しむことができます。皆様もどうぞ書道のすばらしさに触れてみてください。



デイサービスに関するお問い合わせ 0422-20-0886
介護サービス室・デイサービス担当(能丸・鳥谷・原田・幸尾)まで

在宅介護支援センターって こんなこと やってます！！

介護サービス室・支援サービス担当

認知症サポーター養成講座 開催しました！

前号でお知らせしたところ早速開催の申込みをいただき、去る十二月十日地域の方達の集まりで講座が開かれました。

皆さん、ご自分のことも含めて、身近な問題として受け止めて、熱心に聞いていらっしやいました。受講後、皆さんにオレンジリングが配布されました。



武蔵野市の各地域では、このサポーター養成講座が何度も開催され、もう既に千二百人のサポーターが誕生しています。近隣の他市と比べても多く市民の方々の関心の高さが窺えます。

認知症サポーター百万人

キャラバンについて

認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を見守り、支援する認知症サポーターを多数養成し、認知症になっても安心して暮らせるまちを市民の手によってつくっていくことを目指しています。

認知症サポーター養成講座にて学ぶことの一部をご紹介します。

◆病氣として理解する◆

脳は、私たちの活動をコントロールしている司令塔です。脳がうまくはたらかないと、精神や身体の活動もスムーズに運ばなくなります。認知症とは、脳の細胞が死んだり、働きが悪くなったりして障害がおこり、生活に障害が出ている状態をいいます。認知症はだれでもなる可能性がある病氣です。

◆認知症の人の杖になる◆

「認知症の人は何もわからない」は間違いです。認知症かもしれないと悲しんでいるのは本人です。周囲の人が、認知症の人の障害を理解し、その人ができない部分を補う「杖」となれば、自分でやることも増え、おだやかに暮らしていくことができます。偏見という心のバリアをなくし、一人でも多くの「人間杖」を増やしていくことが重要です。



ほけ予防協会専門相談員による
認知症相談のお知らせ

吉祥寺ナーシングホーム支援センターにおいて、認知症相談が催されます。

〈場所〉

吉祥寺ナーシングホーム
支援センター

〈日時〉

平成二十一年二月十八日(水)
十時～十二時
十三時～十五時

〈利用資格〉

相談者または対象者が
武蔵野市民の方が
ご利用いただけます。

この時間帯の中でおよそ一時間程度個別に相談にのっていただけます。なお、ご希望の方は**事前に予約が必要**となります。ご注意ください。

申込み・お問い合わせ先

吉祥寺ナーシングホーム

0422-20-0847

市役所高齢者支援課

0422-60-1846



吉祥寺ナーシングホーム 在宅介護支援センター 予防介護・在宅介護のご相談は
介護サービス室・支援サービス担当 0422-20-0847 0422-20-0857 まで

ボランティア講座

高齢者へ温かいかわり方をする為には、高齢者の生きてこられた時代を学ぶ事も大切と考え、「歴史を学ぶ」講座をボランティアの佐藤博信さんと始めました。ご利用者と同時代のボランティアさん達からの平和を願うお話などから時代背景を学んでいます。若い人に伝えたいという思いを持つボランティアさんは少なくありません。

篤き思いを語る
伊丹さん



このようなボランティアさんによるボランティアさんの為の講座、ボランティアさん自身がボランティア活動する上で必要と

思われたテーマの講座を、今後も一緒に開催できたらと考えています。



デイサービスで活動の佐藤さん



講座の様子



特養ボランティア活動紹介

高齢者の方が安心して満足した生活をお過ごしただけのよう、ボランティアさん達もご協力くださっています。ぬりえ・書道・歌などまで至福のひとときが創りだされています。いつもありがとうございます。

一勝一敗が楽しい囲碁



心の思い出を呼び戻すぬりえ



ボランティアさん活動の様子



一緒に歌って踊ってハッピーバースデー



指先がしっかりと覚えていきます編み物を



拍子木打って昔懐かしい紙芝居



ボランティア感謝の集い

三月一日(日)に『ボランティア感謝の集い』を開催致します。今年度は、アンチエイジングの第一人者、白澤卓二先生をお招きし「脳と心を若く保つ食べ方と生き方」と題してご講演いただく予定です。

順天堂大学大学院 医学研究科
加齢制御医学講座 教授
白澤卓二先生



施設介護サポーター募集

ボランティアさんには、介護職員が専門性を必要とする業務以外で、ご利用者の生活を豊かにする分野、生活を支援する分野での活動にご協力をいただいております。今回施設では、もう少し専門性を持って活動していただく施設介護サポーターを募集することになりました。二日間の養成講習も一月から始まり、一期生の誕生もまもなくです。職員との連携を今より強め、施設ご利用者がその人らしく生きる事を応援してくださる施設介護サポーターに期待が集まっています。



二回目 二月二十日・二日
三回目 三月九日・十四日

体験ボランティアも受付しています。お問い合わせ・お申し込みは、ボランティアコーディネーターの本木までご連絡ください。

Tel 0422-20-0800 kjjmotoki@kichijoji-home.com

バイキング第2弾！

平成二十年十二月二日（火）に
 前回のサラダバイキングに引き続き、
 養護ご利用者対象に『昼食バ
 イキング』を行いました。

主食「バターロール」

「クロワッサン」

「海老ピラフ」

スープ「ホワイトシチュー」

副菜「ポテトサラダ」

「スクランブルエッグ」

デザート「いちごムース」

「果物」



ご自分でお好みの量を召し上
 がって頂きました。「美味しくて食
 べ過ぎる。パンが選べてよかつ
 た。普通のご飯が良かった。」色々
 な意見がありました。皆様喜ば
 れていました。

次回は三月十九日を予
 定しております。内容
 は…お楽しみに♪

パン、ピラフ、
 お粥もご用意し
 ていますよ！



感染症対策研修

去る平成二十年十
 月三十一日（金）吉
 祥寺ホーム集会所に
 て、東海大学八王子
 病院、感染管理認定
 看護師 桂田元春氏



による「彼を知り、
 己を知れば、百戦して殆うからず
 」この冬も元気で過ごすために
 」と題した研修が行われました。
 ここで言う『彼』とは細菌・ウ
 イルスであり、『己』とは感染症対
 策です。『細菌・ウイルスを知り、
 感染症対策を知れば、病気を予防
 できる』このテーマに基づいての
 講習でした。

そもそもウイルスとは何か。感
 染症はなぜおこるのか。感染を防
 ぐにはどうすれば良いのか。など
 を細かく説明してくださいました。
 現在、新聞等でも報道されてい
 るように、インフルエンザが蔓延
 し、亡くなれる方もいる程です。
 また、ノロウイルスも各地で流行
 しているようです。感染しない・
 させないためには、うがいと手洗
 いの実施と防護用具（マスク等）

の使用、嘔吐物除去用具
 の整備などが必要です。
 ただし、最も大切なのは
 自身の健康管理です。栄
 養・休息（睡眠）を十分に取り、
 健康診断なども受けておく事が必
 要です。

病気に打ち勝つ身体作りをしつ
 かりして、『感染しない・させない』
 を実行していきたいと思えます。
 また、施設をウイルス感染から守
 るべく、感染予防に務めていきたく
 と思います。

現在、吉祥寺ホームでは
 外来者の方に、手の消毒と
 マスクの着用をお願いして
 おります。



ご協力お願い致します。

編集後記

まだまだ寒い日が続きますが、
 東京でも梅が咲き始めているよう
 ですね。吉祥寺ホーム中庭の枝垂
 れ梅もつぼみがほんのり赤く膨ら
 んできています。もうすぐ咲き誇
 る梅の花を思い浮か
 べるだけで、わくわ
 くしてきます。（杉）



広報誌に関する問い合わせ：0422-20-0800
 吉祥寺ホーム サービスサポート室まで