

自分らしくこの街で生きるあなたと光照苑を結ぶ

ふれあい通信

江戸川光照苑



31年新年号

ふれあい通信84号

新年のご挨拶

あけましておめでとうございます。
皆様には輝かしい新年をお迎えのこと
とお慶び申し上げます。

今年 は平成30年6月に可決・成立した
「働き方改革関連法案」の実現に向けての
初年度にあたります。

働き方改革は、働く人一人ひとりが、将
来の展望を持てる働き方を目指すもので
す。職員一人ひとりが健康で、やりがい
を持って仕事をしていくことは、ご利用者
の安心・安全にも繋がるものと考えます。
本年度はより魅力ある職場づくりを
実現することで、ご利用者にとって、より
快適に生活を送れる施設となりますよう
努めてまいります。
今年も例年に変わらずご指導頂けま
すようよろしくお願いいたします。

江戸川光照苑 苑長

日比谷 登志子

地域の窓 (熟年相談室)

〜どんなご相談でも大丈夫〜

こんにちは。熟年相談室（地域包括支
援センター）です！

〜ご相談は、
どんなことでも！ どなたでも！
受付いたします。

熟年相談室では、介護に関する相談以
外にも、高齢者の健康や福祉、医療や生
活に関する事などの相談に対応してい
ます。

どこに相談すればよいのか分からない
お悩みも、まずは熟年相談室にご相談
ください。



必要なサービスや制度、関係機関の情
報提供や紹介を行います。

また、高齢者ご本人だけでなく、ご家
族、近隣にお住まいの方などからも、高
齢者に関する相談を受け付けます。

電話での相談もできますので、お気軽
にご相談ください。



お問い合わせは

熟年相談室まで

03(5612)7193

又は

◆北小岩本室

03(6657)9186

◆西小岩分室

巡る♪季節の中で

「利用者忘年会」

江戸川光照苑では12月16日に利用者忘年会を開催致しました。

今年の会食は握り寿司をメインとし、ワンプレート盛り挑戦しました。「美味しい」と握り寿司をおかわりする方も多く、盛り付けに関してもご利用者やご家族の皆様から好評でした。

また、食後のデザートにはイチゴのショートケーキを用意し、やはり皆様甘い物は『別腹』のようでペロリと完食されました。



平成30年最後(平成最後)の

大きな行事でもあり、40名以上のご家族の方々がお越しくださいました。今年一年を振り返ったり、昔の思い出話に花を咲かせたりとご利用者の皆様も大変喜ばれ、とてもにぎやかな忘年会になりました。また、怪我や事故等も無く、無事に終えることができ、良い一年の締めくくりとなりました。



日々の暮らしの中で

「お花クラブ」

今回は特養で行われている「お花クラブ」のご紹介です。

月に一度の開催ですが、お花好きなご利用者が集まり、2名のボランティアの先生に教えて頂きながら、季節のお花をいけられ、とても楽しい時間を過ごしています。

生けたお花は、各フロアの食堂や居室に飾らせていただき、施設に潤いと華やかさを運んでくれています。



目次

- ② … ● 新年のご挨拶
● 地域の窓
- ③ … ● 巡る♪季節の中で
● 日々の暮らしの中で
- ④ … ● 光照苑祭を振り返って
- ⑤ … ● かよいの『ふれあい』和気あいあい
● やすらぎくつろぎ『明るい笑顔』
- ⑥ … ● ボランティア通信
● ぶらり散策
- ⑦ … ● おしえてケアマネさん
● あたまの体操
- ⑧ … ● ふれあいセンター光笑苑
● ふれあい配食サービス
- ⑨ … ● 管理栄養士の一口メモ
● お食事レシピ
● 編集後記
- ⑩ … ● 事故等報告
● ボランティア芳名
- ⑪ … ● 行事等予定表
● クロスワード解答
● トピックス
- ⑫ … ● 広報誌アンケート集計結果

江戸川光照苑祭を振り返って

去る11月18日(日)「平成30年度江戸川光照苑祭」が開催されました。

当日はお天気もよく、大勢の来場者の方をお迎えすることができました。来場者の皆様にはこの場を借りて御礼申し上げます。

催しものとして、昨年に引き続き、新宿にあります「うたごえ喫茶ともしび」の方々に来ていただき、特養の利用者、デイサービスの利用者、地域の来場者の皆様とたくさんの歌を歌い、楽しい時間を過ごすことができました。



また恒例のバザーでは、今回、特養の家族会からも品物を数多くいただき、来場者の方にもよりどりみどり選んでいただきました。

毎月1回行われている「江戸川光照苑マルシェ」の「光の村授産学園」さん、「元明館」さん、「隠れ家」さんに出店していただき、こちらもほとんど完売の大盛況となりました。

「江戸川光照苑祭」は当苑を利用されている皆様や地域の方々に、日頃の感謝を込めて開催している恒例行事です。

これからも現状に甘えることなく、地域に貢献し愛される施設となるよう努力していきたいと思えます。



もっと江戸川光照苑を知りたい方はこちらをご覧ください

社会福祉法人 光照園 江戸川光照苑

みなさんの笑顔のために、最高品質のサービスを提供します

〒133-0051 東京都江戸川区北小岩5-7-2
(代表)TEL03-5668-0051 FAX03-5668-0052
(地域包括支援センター)TEL03-5612-7193 FAX03-5612-7194

自分らしくこの街でいきるあなたと

江戸川光照苑は平成8年7月に生まれました。江戸川光照苑では、ご利用者お一人お一人と真摯に向き合い、心を大切にすることを職員の仕事の基本としています。下町情緒と人情の厚い北小岩の地にあることを誇りに思い、地域のみなが、江戸川光照苑があってよかった、と思って頂ける施設でありたいと願っております。江戸川光照苑のご利用者、ご家族、地域の皆様、そして苑に働く職員がこの地で自分らしく生きることを支援する施設運営を目指しています。

URL <http://www.e-kousyoen.or.jp>

かよいの

『ふれあい』

和気あいあい



「加湿器づくり」

ふれあいコース（一般通所）では暖房の季節に備え「加湿器」を作りました。

名前だけ聴くと『難しいのでは…?』と思う方もいらっしゃるかもしれませんが、作り方はとても簡単です。手芸用品のフェルトを適当な大きさにカットし、コップの淵より一回り大きく、ボンドで貼り合わせるだけなんです。

それを水が入ったコップの上に置くだけで「加湿器」の出来上がりです。フェルト生地がコップの水分を吸収し加湿器の役目をしてくれます。

色とりどりのフェルトを貼り合わせ楽しんで製作することが出来ました。



やすらぎ

『くつろぎ』

明るい笑顔



「おはぎ、おいしくできあがりました」

甘いものが好きなご利用者も多く、おやつ作りを定期的に活動に取り入れています。

ということ、今回は「おはぎ」を作りました。午前中にもち米とうるち米を研ぎ、暫く水に浸し炊飯器のスイッチをON！しばらくして炊き上がり、炊飯器を開けると湯気がパツと出て、お米の良い匂いがしました。

そのあと、お米をつぶし、楕円型に形を整え、あんこ・ごま・きなこをまぶし完成です。

男性ご利用者も積極的に参加され、女性ご利用者様に負けなくらいに活躍してくださいました。



ボランティア通信

感謝の気持ちをこめて

昨年12月13日に当苑にてボランティア懇親会を開催し、29名の方々にご参加いただくことが出来ました。懇親会では各テーブルに職員も同席させていただきました。

開苑当初から来て下さっているボランティアさんもいて、江戸川光照苑の印象や活動内容など話がはずみ、皆さまか



ら貴重なご意見をたくさん伺うことが出来ました。

これからも地域の皆様やボランティアの皆様を支えられながら、今以上に質の高いサービスを提供していきたいと改めて感じました。

年末のお忙しい中、足を運んでいただき本当にありがとうございます。この場を借りて御礼申し上げます。

*

ボランティア活動に興味・関心のある方はお気軽に担当までご連絡ください。



お問い合わせ先
03(5668)0051
(担当：小倉、月岡、渡辺)

ぶらり散歩

上小岩親水緑道

今回は、江戸川光照苑近隣の「上小岩親水緑道」をご紹介します。

今からさかのぼること：明治11年に農業用水路として活用されていたそうです。

現在は、四季を感じる樹木が植えられ、小川のせせらぎを感じさせる風景が江戸川の土手まで伸びる緑道となっています。

道中にはベンチがあるので、時々休みながらも、健康づくりにも、ご自身のペースで散歩を楽しめるのではないのでしょうか。



職員募集

- 常勤 特養 介護職員・看護職員 若干名
- 非常勤 特養 介護職員・看護職員 若干名
- 通所 介護職員・看護職員 若干名
- 通所 機能訓練指導員 1名

※各職種、必要資格はお問い合わせください

- 交通費全額支給
 - 制服貸与
 - 休日4週8休
 - 従事者相互保険加入
 - 退職金制度有(常勤)
 - 中小企業退職金共済
 - 東社協従事者共済
 - 資格取得支援制度有
 - 自己啓発支援
- 給与、勤務時間等、詳細は面談にて

お問い合わせは
03(5668)0051
担当 葛西まで

おしえて!

ケアマネさん

このコーナーでは、皆さんが介護保険や福祉施策でわからないことや疑問に感じていることに対して、介護支援専門員(ケアマネジャー)がお答えします。

質問 其の一

江戸川区ではおむつの支給はあるのですか？

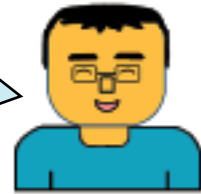


江戸川区に住所があり、60歳以上でおむつの使用を必要とする方が1割負担で支給されます。



質問 其の二

江戸川区に住民票があっても他区の息子の所で生活している場合はどうなるのですか？



残念ながら江戸川区に住民票があっても区外で生活されている場合には、支給の対象外となります。お気を付け下さい。



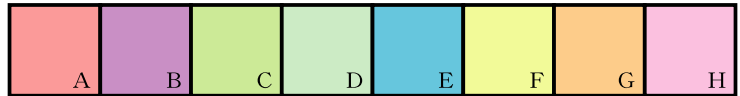
あたまの体操

ヒントを頼りに、空欄を埋めてください。最後に、A～Gマスに入った言葉を並べてできる言葉は何でしょうか？

※前回の解答は11ページにあります。

タテのヒント

- (1) 柴又、浅草、地元の神社。小岩の皆様はどちらに行かれたのでしょうか？
- (2) 子供の手遊び歌『お弁当箱の歌』にも出てくる山菜。
- (3) 一定の寺に属し、寺に金品を寄進している家。
- (5) 現代では『どろぼう』や『窃盗』と言う方が一般的。
- (7) 『平成』に変わり次はどんな名称になるのでしょうか？
- (9) 豚肉のカツレツは『とんかつ』。では鶏肉のカツレツは？
- (12) あらかじめ期待すること。『○○に反して』
- (14) とんぼの古い呼び名。
- (16) めずらしい物や事柄。『○○事』『○○客』『○○味』



1		2	3		4	5
		6		7		
8	9		10			
11		12				
13			14			
			15			16
17						

ヨコのヒント

- (1) お正月になるとコレで遊ぶ人も多いのでは？
48枚からなる日本の伝統的な遊び。
- (4) 2019年は『亥(いのしし)年』です。さて去年は？
- (6) 行動を制すること『○○令』『駐車○○』『立ち入り○○』
- (8) そろそろ食べ飽きた方も多いかも…。
- (10) ひでり。特に、農作物に必要な雨が長い間降らないこと。
- (11) 変わりやすい世間や俗世間。
- (13) 電熱を用いて手や足などを部分的に暖める、持ち運びのできる暖房器具。
- (15) 俳句などで句の季節を規定する言葉。
- (17) 最近は利用する人が増え配達の遅れなどの問題もあるそうです。
インターネットを介した通信販売を略して。

ふれあいセンター光笑苑

江戸川光笑苑の機能訓練室で行っている「ふれあいセンター光笑苑」の活動をご紹介します。

ご興味のある方、ご利用を希望される方はいつでも熟年相談室江戸川光笑苑にお問い合わせください。

ふれあいサロン

活動の中で人気があるのは、脳トレーニングの活動です。

様々な脳トレーニングがあり、皆様とても真剣に取り組みます。

脳を活性化して認知機能低下を防ぎます。視覚&直観で脳が

よみがえるトレーニング等もあります。

今年ももっと楽しいと思って頂けるような活動を考えていきたいと思えます。



いきいき運動教室

筋力トレーニングマシンやセラバンド、ボールなどを使用し、機能訓練を実施しています。

開始から五か月後の体力測定では、歩く速さやバランス能力の向上がみられた方、今までよりも長く歩けるようになった方等、個人差はありますが、運動の成果がみられています。

運動に興味のある方、見学お待ちしております。



※歩行に不安があつて通うのが難しいと思われる方はご相談ください。車での送迎も可能です。

ふれあい配食サービス

利便性を考慮した

サービスの提供

ご利用者からこんな相談をされることがあります。

「食事が届くのが11時半頃になるから、今から通院すると帰るのが12時位になってしまうので、キャンセルするしかないかな。どうしよう?」

そんなご相談を受けた時は、ご利用者のご都合に合わせ、最後に配達し時間を遅らせる事もあります。思いを叶えるとともにできるだけ食べて頂きたいのです。コンビニの弁当やお惣菜より、当苑のお弁当を食べたいと思つて頂ける事は、お役に立っていると実感する瞬間でもあります。

ご利用者のご希望になるべく対応したいと思つています。



管理栄養士の一口メモ

「こんにゃく」について

原産地はインドです。小さな種芋を3年位かけて育て、そのこんにゃく芋をスライスして乾燥させ、粉にしたものでこんにゃくを作ります。

96〜97%が水分で、残りがグルコマンナンという繊維質です。血糖上昇を抑え、余分な脂肪を吸収し、コレステロールを安定させ、免疫力を強くし、腸を活性化する働きがあります。

こんにゃく芋はアクが強いので生では食べられません。

劇物でもあ
るこのアク
は生で食べ
ると口の中
が痛くなる
そうです。



家庭でできるやさしい 高齢者のお食事レシピ

「おでん」

【材料】

結び白滝2個、こんにゃく1/4〜1/3枚、大根1/6本、結び昆布2個、ハンペン小1/2枚、ちくわ小1本、さつま揚げ小1個、いわしつみれ1個等々
(材料は好きなものをどんどん入れましょう!)

【作り方】

- ① 大根は太めの輪切りか半月切りで下ゆでしておきます。
- ② めんつゆを5〜8倍に薄めて火にかけ沸騰しかけたら、材料を全部入れて、弱火〜中火で30分弱煮込みます。



ONEポイント

煮汁は薄そうでも練り物など材料から塩分やうま味が出て丁度よくなります。

★編集後記★

新年明けましておめでとう
ございます。

今号のふれあい通信にもあ
りますように、昨年12月、利
用者忘年会を行いました。年
の瀬で忙しい時期にも関わら
ず、たくさんのご家族が参加
して頂き、ご利用者の皆様も
大変喜ばれていました。

新年が始まり、気持ちを新
たに読者の皆様方に楽しんで
頂けるふれあい通信を作り上
げていければと思います。
また、本年が皆様方にとっ
て良き年であることを祈って
います。

広報委員 澤田 祐太



事故等報告 (平成30年9月16日～平成30年12月15日)

部署：特養、短期入所、通所介護、居宅介護、江戸川区委託事業（地域包括、配食等）

○ヒヤリハット

内訳 分類別	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	計
	転倒	転落	器物接触	体位交換	飲食	入浴	配置・使用上	仕組	特定困難	その他	
	8	5	10		1		1	4	1	10	

簡便なヒヤリハット報告書を変更したことにより、以前より件数があがるようになってきました。ケースを周知し、大きな事故に至らないようにすることが重要です。

○事故

事故 分類別	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	計
	骨折	出血	火傷	誤嚥	異食	その他 けが	誤与薬	無断外出	その他	感染症	
	2	1		1		2			2		

認知症利用者同志のトラブルによって驚いた近くに居た利用者がけがをしてしまうという事故が起きました。常に見守りが必要と対応していますが、困難な場合もあることを再認識しました。

○苦情

苦情	介護	看護	リハビリ	生活相談	栄養	ケアプラン	外注	マナー	その他	計
	1									

今回の苦情の内容は、ご利用者の要望よりも業務を優先させてしまったことにあります。ご利用者のしてもらいたいことに耳を傾け、真摯に対応するように職員には周知しています。

平成30年9月16日～平成30年12月15日

ボランティアの皆様、いつもありがとうございます
(複数の活動にご協力いただいた方は、主の活動にお名前を載せています)

青木あさ子	鈴木敬子	杉森紀子	★リネン交換	坂本久恵	小玉和子	生井妙子	村上エツ子	伊藤秀子	★ホーム喫茶	若葉会	小岩第四地区民生児童委員	小岩第二地区民生児童委員	マジック二郎さん	お互い様傾聴の会	ひまわりサークル	なでしこ保育園	小岩第四中学校	小岩第三中学校	★団体
岡本武	藤田千枝子	★通所活動補助	白井祐子	★音楽クラブ	田辺尋子	野島統祥	風間篤子	加納幸子	★繕い	大島由美子	★見守り(特養)	岩崎こずえ	★入浴補助	田中博之	有末博子	★傾聴(特養)	中川紀子	小野沢はるみ	高田照子
(順不同・敬称略)	森本君枝	船田友孝	桑原マツ子	中谷貴美子	後藤富士子	高橋良子	糠塚美智江	中根恵美	★介護サポーター	大日向裕子	★熟年ふれあい	平野汰寿	寒竹香織	岩楯久子	田中優	中村與吉	矢放幸子	山元絵津子	矢野貞子

お名前を載せたくない方はご連絡ください

行事等予定(2月~4月)

2月

- 特別養護老人ホーム
 - ・節分・豆まき
- デイサービス
 - ・節分・豆まき
- 地域包括支援センター
 - ・介護者交流会
- 研修
 - ・「ハラスメントについて」
- 防災
 - ・火災時の通報・避難訓練

3月

- 特別養護老人ホーム
 - ・ひな祭り
- デイサービス
 - ・ひな祭り
- 地域包括支援センター
 - ・介護者交流会
- 研修
 - ・「褥瘡予防について」
- 防災
 - ・事業継続計画に基づく訓練

4月

- 特別養護老人ホーム
 - ・お花見
- デイサービス
 - ・花祭り
- 地域包括支援センター
 - ・介護者交流会
- 研修
 - ・「事故防止・対応について」
- 防災
 - ・水消火器による消火訓練

平成31年1月現在の予定です。予定は変更されることもあります。

韓国からの施設見学

12月17日の午後、韓国のコットンネ大学から計24名の方(教授4名、学生20名)が見学に来られました。



1	も	2	う	3	も	4	く	D	5	も	C	6	お	
7	み	し	し	っ	8	び	°						ひ	
	じ			や		9	え	10	い				が	
11	が	12	む		13	く	ろ	も	ん	B				
14	り	15	き	A	ゆ	う		う						
		16	し	り		17	ご	と	18				く	
19	き	つ	ね		い	F	ろ						せ	E

きんもくせい

30年秋号の答え

クロスワード解答

総合防災訓練

地域の町会との合同で防災訓練を行いました。

江戸川区

危機管理室

より震災に

関する講義

を受けまし

た。



ふれあい通信31年新年号

平成31年1月20日発行

年4回発行 通巻84号

発行元/社会福祉法人光照園
編集部/江戸川光照苑広報委員会

柴田 一佐哲

保田 浩一郎

澤田 祐太

小泉 幸江

大山 宇

清水 孝雄

所在地/東京都江戸川区

北小岩5-7-2

電話/03(5668)0051

平成30年度広報誌「ふれあい通信」アンケート集計結果

1 以下について5点中何点が、○をつけてください。

項目	← 悪い →					未回答
	5点	4点	3点	2点	1点	
文字の大きさ	56名	2名	4名	1名	0名	0名
写真等の数	42名	12名	5名	3名	0名	1名
記事の内容	40名	15名	7名	0名	0名	1名
文章の読み易さ	42名	12名	6名	0名	0名	3名
全体の色彩	41名	13名	6名	0名	1名	2名

◎ 総じて良い結果をいただきましたが、内容をより充実させること、生き生きとした写真の掲載、見た目の感じの良さが出る様にしていきたいと思ひます。

2 楽しみにされている記事やコーナーは何ですか？

① あたまの体操（クロスワード）

② 高齢者のお食事レシピ

③ 巡る季節の中で（特養行事）

④ 巡る季節の中で（特養行事）

3 あまり読まないコーナーは何ですか？

① あたまの体操

② 事故等報告

③ おしえてケアマネさん

4 その他自由意見（改善点や取り上げてほしい記事等）

【改善】

・あたまの体操のヒントの文字を大きくしてほしい

・写真及びイラストのサイズ&レイアウト

・光照苑のサービス内容を実例をあげて紹介

・季節料理、身体に良い料理の紹介

【取り上げてほしい記事】

・光照苑のサービス内容を実例をあげて紹介

・季節料理、身体に良い料理の紹介

【自由意見】

・事故数を公開されていてとても真摯です。ありがとうございます。

・あまり光照苑に行くことができないので、いろいろな行事の内容が様子がふれあい通信で知ることができず。ありがとうございます。

・事故等報告の記事は関心を持っています。より良いサービスに繋がると良いと思っています。

・広報も大事なのかもしれませんが、入居者の心のケアや身体管理をより向上していただきたいと思います。

・いただいた意見をもとに改善に取り組む、より良い広報誌になるようにしていきたいと思ひます。

今後とも「ふれあい通信」をよろしくお願ひいたします。

・光照苑のサービス内容を実例をあげて紹介

・季節料理、身体に良い料理の紹介

・光照苑のサービス内容を実例をあげて紹介

・季節料理、身体に良い料理の紹介

・光照苑のサービス内容を実例をあげて紹介

・季節料理、身体に良い料理の紹介

・光照苑のサービス内容を実例をあげて紹介

・季節料理、身体に良い料理の紹介

・光照苑のサービス内容を実例をあげて紹介

・季節料理、身体に良い料理の紹介

・光照苑のサービス内容を実例をあげて紹介

・季節料理、身体に良い料理の紹介