



かしわ苑だより



☆☆☆☆☆

○新苑長就任!!

—ご挨拶—

○行事 良き よき! —昨年度の様子—

【特集/ いつも感謝! いつでも笑顔】 P4~

☆わたしたち これから・・・いいところ～♪

—専門職よりおしらせ—

☆ボラさん ありがとう!! うれしいね たのしいね♪

—ボランティア様のご紹介—



ご挨拶

施設長

井上 健太郎

令和七年三月まで副施設長を勤めてまいりましたが、四月より、谷川前施設長の後任として、かしわ苑の施設長に就任いたしました。

かしわ苑の施設長は大変な重職ではありますが、介護職員として入職し、介護主任や副施設長を経験する中で培ったことを生かして職務に従事してまいります。

かしわ苑は、平成七年の事業開始から今年で三十年の節目の年を迎えておりますが、経年による建物や家具等の劣化も見られ、定期的に改修工事や物品の交換をさせていただいております。つきましては、今年は廊下の壁の汚れ傷が目立っているため、七月から十二月にかけ、二階・三階の壁面塗装を行っております。ご入所の皆様やご家族の皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解をいただければと思います。

今後とも、入所者様の生活を支え、地域福祉の発展に寄与できる施設として、職員とともに頑張つてまいります。

引き続きご理解、ご支援をお願いいたします。



良きよき！



かしわ苑 ♥ クラブ活動！

ご入所者がお好みに合わせて楽しみながら参加できるクラブ活動があります



音楽クラブ

毎月1回 午後1時間程度開催

職員が演奏するギターのメロディーにあわせて皆が知っている懐かしいあの歌を歌ったり、楽器にふれて演奏を楽しんだりしています。



生け花クラブ

毎月第4水曜日 13時半～14時半に開催

季節のお花を自由自在に活けていただいております。作品は各利用者様居室の床頭台を彩っています☆彡



令和6年度年間行事・入所者様のご様子

春

SPRING

4月 お花見会 

5月 端午の節句・菖蒲湯

6月 レクの日夏 

7月 セタまつり 

8月 かしわ祭り・慰霊祭

9月 敬老会・阿波踊り

秋

AUTUMN

10月 秋の演奏会 

11月 外出企画

12月 クリスマス会 

冬

WINTER

1月 初詣(お正月) 

2月 節分・お楽しみ湯

3月 ひな祭り 



「かしわ苑」の年間行事について

私たち「かしわ苑」では、単調になりがちなホームでの日常生活に変化を感じていただける様々な行事・イベントを、年間を通じて実施しております。普段とは異なる体験を通して、入所者の皆様が時の流れや季節を感じたり、職員や他の入所者様と交流されることで生活にハリを感じたり、私たち自身も一緒に楽しむことで生きがいや喜びを分かちあえるような行事・イベントの実施に安全を十分に確保しつつ取り組んでいます。

今後も私たちは、入所者の皆様が他者とのつながりを意識でき、1人1人がかけがえのない存在であると自認していただけるような場や時間を創造、提供できるよう努めてまいります。 介護主任 高橋・長谷川

■ ショートステイの紹介

令和7年5月からショートステイの生活相談員をしております、渡部 実菜(わたなべ みな)です。東京に来たばかりで、まだ環境に慣れていませんが、少しずつ慣れていけるように頑張りたいと思います。笑顔でみなさんのハートを掴んでいきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。それではショートステイでの1日のご様子を紹介させていただきます。

【かしわ苑の注目ポイント】

- ★理学療法士による機能の維持をするリハビリができます！
- ★ご利用中はかしわ苑の洋服をご準備しており、お貸しすることができます！
- ★期間限定で季節湯の入浴があります！

かしわ苑ではご利用者様がご自宅と同じような生活を送ることができるようにお手伝いさせていただいております。また、ご利用者様、ご家族様が安心してご利用していただける「なんだがホッとできる場所」になれるよう地域の方に寄り添ったサービスを提供していきたいと思っています。



【職員と脳トレ】



【理学療法士と歩行訓練】

6:15 起床・洗面
8:00 ご朝食
9:30 ご入浴(週2回)
12:00 ご昼食
13:30 脳トレ・職員や
他の利用者様と談笑
15:00 おやつ
15:30 リハビリ
18:00 ご夕食
19:00 お部屋へご案内
21:00 消灯

ショートステイご利用の相談は、下記にご連絡下さい。

☎03-3363-3605
(担当:わたなべ)

■ 医務の感染対策について

現在、当苑では86名定員の入居者様に対し、看護師は総勢8名、1日あたり4名体制で勤務しております。看護師は、入居者様の健康管理をはじめ、医師の指示に基づく医療行為や診察の介助、配薬準備・与薬、さらに施設全体の感染予防対策など、幅広い業務を担っています。

また、長期入居の方や要介護度の高い方が多いため、看取りや急変時の対応も重要な業務の一つです。これらに対しては24時間体制で備えており、緊急時にはオンコール対応により、入居者様が安心して生活できる環境づくりに努めています。

中でも、私たちは感染症対策を重視しております。入居者様の多くは高齢で基礎疾患を抱えており、感染への抵抗力が低下しています。さらに、認知機能の低下により感染対策への協力が難しい場合もあることから、日頃からの予防策が不可欠になります。

感染対策としては、まず病原体を「持ち込まない」「持ち出さない」「拡げない」ことを基本方針としています。職員は標準予防策を徹底し、手洗いはもちろん、血液・体液・分泌物・嘔吐物・排泄物等を扱う際には必ず手袋を着用し、飛散の可能性がある場合にはマスクやエプロン・ガウンも着用しています。

また、入居者様への対策としては、手指消毒の徹底をはじめ、飛沫感染・空気感染が疑われる場合の早期対応なども行っています。

このように、感染自体を完全に防ぐことは難しいものの、感染被害を最小限にとどめるための体制づくりと、平常時から備えを徹底しています。感染症が発生した場合には、迅速かつ適切な対応を講じ、入居者様が安心・安全に過ごせるよう努めております。

機能訓練の様子

みなさん、こんにちは!令和6年10月に入職した機能訓練指導員です。主に関節の拘縮予防や痛みの改善を目的とした施術や、車椅子や杖などの福祉用具の調整をして、ご利用者様が過ごしやすい生活を送っていただけるように努めています。

下記写真のように、食事前は口腔体操、ラジオ体操、昼食後はレクリエーションで、ご入居者様の皆様と一緒にボール投げや風船バレーの運動をしています。



【口腔体操】



【ラジオ体操】



【ボール投げ】



【ボール投げ】

行事食等の紹介

かしわ苑ではさまざまな季節の行事食のほか、毎月の行事食として、日本各地の郷土料理を提供させていただいております。福島県の『会津わっぱ飯風井』を提供した際には、その地方のご出身でいらっしゃるご入居者様に「懐かしい」とのお言葉をいただきました。

また、日常の食事でも飽きのこない食事を目指して、『オムライス』など高齢者施設ではあまり見かけないメニューを取り入れ、「こんな食事もいいね」とご好評をいただいております。

これからも、入居者の皆様に食事を毎日の楽しみとしていただけるよう、厨房一同、努めてまいります。



【会津わっぱ飯風井】



【オムライス】

❖ かしわ苑の傾聴ボランティアさんのご紹介

ボランティア募集中です!お気軽に
お問合せ下さい。3363-3291(田中)

いつも優しい笑顔で、かしわ苑のご入居者様のお話を丁寧に聞いて下さっている傾聴ボランティアの高橋 久子(たかはし ひさこ)さんを紹介します。傾聴ボランティア歴は18年になります。かしわ苑では、1年程前から活動して下さっています。今回、高橋ボランティアにインタビューしました。

●傾聴ボランティアを始めたきっかけは?

「私は昔、特別養護老人ホームで19年働いていました。働いていたときは、介護業務から相談業務をするようになり、ボランティアの窓口も担当していました。私が在職中に、いろんなボランティアさんに助けて頂いたので、今度は自分が恩返ししたいと思って、傾聴ボランティアを始めました。」

●傾聴ボランティアをして嬉しかったこと

「ご入居者様からいろいろと教えて頂くことが多いの。私も楽しいから続けられる。園芸が得意な方からは園芸について教えて頂いたり、私の知らないことをいろいろと教えて頂けるから、お互いにwin-winの関係だから長続きしています。」

●かしわ苑の職員へ伝えたいこと

「介護の仕事は大変だけど、視野を広げたいと思ったら、相談員やケアマネージャーなど、チャンスはたくさんあります。私はステップアップとして、JICAで海外ボランティアとして、ブラジルにある日系人の特別養護老人ホームで2年間介護員として活動する経験ができました。日本に帰国後も、バザーを開催して施設運営費や募金を集めて、ブラジルに寄附したり、必要物品を送付しています。職員の皆さん、チャンスはあります。頑張ってくださいね!」



【右が高橋ボランティア】



❖ かしわ苑の歌レクボランティアさんのご紹介

歌レクボランティアの「ダッチー」さんを紹介します。元気で明るく、ユーモアもあり、心に響く歌声に、いつもご入居者様も私たち職員もとても癒されています。PLASMA11(プラズマイレブン)でバンド活動をしなが、歌レクボランティア活動も10年されています。かしわ苑では、今年の5月から月1回活動して下さっています。

●ボランティアを始めたきっかけは?

「東日本大震災当時に、歌を届ける活動をテレビで見えて、私も日頃バンド活動をしていたので、歌を届けるボランティア活動をしてみたいと思いました。最初は中野区の老人ホーム等でボランティア活動をしていましたが、新宿区も自宅から近いのと、昔住んでいた場所からかしわ苑が近く、名前も知っていたので、新宿区社会福祉協議会の柏木ボランティアセンターさんを通して、かしわ苑をご紹介頂きました。」



●ボランティア活動が続けられる秘訣は?

「私が皆さんに元気を届けたいと思っていましたが、ご入居の皆さんから、『楽しかった!』『また来てね!』とおっしゃっていただけるのが、大変嬉しいですし、喜びややる気をもらえています。ボランティア活動をすることで、皆さんと私

で、エネルギーが循環していることを感じる事ができ、とても楽しいので、この活動を続けることができます。

☆ 介護士の高橋がおススメする！「この暑い夏をのりきる！簡単レシピ」 ☆

暑い日がつづいておりますが、皆様いかがおすごしでしょうか。

介護の仕事で一日中身体を動かしていると、昨今の猛暑はほんとうに身体にこたえます。それでも屋外でお仕事をされている職業や厨房や台所に立って日々料理をされているみなさまは、もっとお辛いこととお察しいたします。

日頃よりご家族様からは、私どもへねぎらいのお言葉をいただきまして、ほんとうに励みになっております。職員を代表いたしまして感謝を申し上げます。

さて唐突ではありますが・・・、暑さで食欲もなくなりがちな昨今ですが、簡単に作れておいしいただけのおかずレシピをご紹介しますと思います。日々の夏バテ予防に私もよくいただきます。

◎茄子のみそ和え(調理時間約 20 分)

材料 ナス・・・中ぐらいサイズ2～3 本/乱切り 大葉・・・5枚程度

味噌・・・ご家庭にあるもの大さじ 2 ※お好みで量を調整

鷹の爪・・・辛いのがお好きな方 輪切りのでも ok

ごま油・・・適量 砂糖・・・少々 みりん・・・少々

手順 ①フライパンにごま油を多めにひき、ナスを炒めます。

※ナスとゴマ油だけで調味料はいりません。

②しんなりとごま油がしみて、火が通る程度まで炒めて火を止めます。

※辛いのがお好きな方はここで鷹の爪をちぎって入れ一緒に炒めてください。私は旨辛好きでたっぷり入れます。

③ボールに、味噌、大葉(手で小さくちぎって)、砂糖、みりんをいれて混ぜておきます。

④ ③に②をいれて熱いうちに混ぜて出来上がり！味噌と大葉がナスにからんで絶妙な味わいです。

まさに、ナス(なす)がまま、ナス(なせ)ばなる！それだけで簡単おいしい茄子のみそ和え完成です！！

お味噌は、麦みそや白みそのほうが甘く仕上がります。ごはんにもよく合います。冷やしていただくとそれも◎



◎冷製 豆腐スープ(調理時間約 15 分)

材料(一人前) 絹ごし豆腐(半丁)※3個ひとパックみたいのが使いやすいです

豆乳(無調整)120ccくらい みょうが・・・1/2 本 大葉・・・1枚

白だし・・・適量※お好みで調整 ボトルで安値で売っています

ラー油・・・お好みで量加減 辛子明太子・・・形をくずしたもの少し

手順 ① 深めの器に、豆腐を入れます

② ①へ豆乳と白だしを合わせて入れます ※豆腐が浸るくらい

③ 豆腐へ刻んだみょうがと大葉、くずした明太子をのせ、仕上げにラー油をかけて完成！

暑い夏の日に、食欲がない時にでも、冷製の豆乳だしスープでさっぱりとおいしくいただけます。

明太子は無ければそれでも大丈夫です。ネギもいいけれど、私はみょうがの苦みがよく合うように思います。

まさに身体に大豆(大事)なタンパク質を多く取り込んで、じゅわっとのどを通してしみわたります！

火を使わずに簡単にできて、私の大豆(大好)きな 1 品です。 夏バテ予防にも◎



以上、介護士の高橋が皆様へおススメする、この暑い夏をのりきる超簡単レシピ！のご紹介でした。

皆様、どうぞご自愛くださいませ。

介護主任 高橋



☎ 03 (3363) 3291 FAX 03 (3363) 3293

名 称 北新宿高齢者在宅サービスセンター

所在地 同上

☎ 03 (3363) 3292 FAX 03 (3363) 3293