



広報

ぽっかぽか



令和5年度敬老会

特別養護老人ホーム保谷苑では、9月17日日曜日に敬老会を開催しました。来賓に池澤隆史西東京市長を招き、多久島理事長、青木苑長参加の元、皆様のご長寿をお祝いしました。

写真のお二方は100歳越えご長寿のご入居者です。感染対策としてご家族の参加は代表で最高齢の入居者ご家族にお越しいただきました。

(次ページに詳細記事あり)

特別養護老人ホーム保谷苑

上半期の主な行事

特養

ショートステイ

4月:散歩月間

4月:お花見

5月:アジサイ鑑賞

5月:散歩月間

6月:運動会(中止)

6月:アジサイ鑑賞

7月:花火鑑賞会

7月:七夕

8月:かき氷

8月:スイカ割

9月:敬老会

9月:敬老会

ショートステイ



ショートステイでは、今年も敬老会を開催し、ささやかながら、ご長寿をお祝いさせていただきました。職員が宇宙人の仮装をしての余興を披露し、笑いに包まれた楽しい会となり、ご好評のうちに幕を閉じました。

～花火鑑賞会～

花火鑑賞会を開催いたしました。置き型の花火や手持ち花火を楽しみ夏の思い出が増えました。

ご近隣の皆様のご理解ご協力誠に感謝いたします。



～敬老会～

敬老会では西東京市池澤隆史市長、多久島靖子理事長より、ご入居者様の皆様にご長寿のご祝辞をいただき、ご長寿の方、88歳の米寿の方に青木苑長より表彰をさせていただきました。

また、7月よりミャンマーから入職したスーさん、メイさんによる民族衣装での伝統の踊り「水かけ祭り」を披露していただき、皆様大変に喜ばれておりました。



保谷苑デイサービスセンター

令和5年度上半期

4月



コロナ渦はボランティアの皆様と活動が出来なかった日々でしたが感染対策をとりながら、活動を再開していただきました。4年ぶりの阿波踊り`胡蝶連`の皆様が音楽と踊りを披露していただきました。

5月



お天気の良い日は、保谷苑名物ツツジ鑑賞をしながら散歩をしました。毎月の季節にちなんだゲームを実施してます。5月は`戦国こいのぼり釣り`白熱した戦いでした。



6月

毎年恒例の運動会を3日間おこないました。



7月

夏祭り開催しました。お神輿あり、盆踊りあり射的あり。皆さんの笑顔があふれました。



アニマルセラピー
日本救助犬協会より
大小さまざまなワンちゃん
が遊びにきてくれました。

8月

「猛暑だが、外出行事はぜひやりたい!」というお声より`おやつショッピング`を企画しました。シャトレーゼまで外出しおやつを選び、苑内にある喫茶ぽっかぽかでおしくいただきました。



9月

敬老会 皆様の健康とご長寿をお祝いしました。毎日 ボランティアの皆さんが来てくれて、踊りや演奏を皆さんで楽しみました。



保谷苑デイサービスセンターとは

要支援、総合事業、要介護1～5の方が対象で、西東京市とその近隣にお住まいの方にご利用頂いております(要支援、総合事業の方は西東京市内の方が対象)
入浴サービス、個別機能訓練はもちろん、毎日のリハビリ体操や多彩な趣味活動をおこなっております。広いフロアを利用して、歩行訓練にも力を入れております。また、広い苑庭ならではの散歩や園芸といった活動も喜ばれております。



谷戸高齢者在宅サービスセンター

上半期の主な行事

5月 バスハイク 6月 運動会 7月 お出かけランチ
8月 納涼会 9月 敬老会

運動会

今年も熱気に包まれた運動会が繰り広げられ、午後の競技は接戦で一番盛り上がり、最後までハラハラする展開でした!!



納涼会

8月はお祭りの時期ということで、センターでも納涼会を開催しました。スイカの重さ当てから始まり、スイカ割りでは見事に命中される方が多かったです。

午後は射的大会を行い、終わりには職員の歌披露と共にお神輿登場で、笑いあり、涙ありの納涼会となりました。

敬老会

敬老会では、午前中は職員の出し物から始まり、午後はカラオケ大会を開催させていただきました。スペシャルゲストも来場し、盛大に盛り上がることができました。



高齢者センターきらら

上半期の主な行事

4月 お花見散歩 5月 ミニバスハイク
6月 運動会 7月 セタ祭り
8月 夏祭り 9月 敬老会

5月



ミニバスハイク

武蔵野中央公園とローズガーデンに行きました。
良い香りが広がっていました。

4月

お花見散歩

さくら公園の散歩を楽しみました。
満開の下で笑顔も咲いていました。



7月

セタ祭り

初のセタ祭りを行いました。
ボランティアさんの踊りやお
やつ作りなど楽しいお祭りと
なりました。



6月

運動会

紅白に別れ、玉入れや20歩リレーなど、
楽しく競い合いました。



9月

敬老会

皆様の健康とご長寿を願いお祝いをしました。
職員による浦島太郎の劇では笑って元気に
なっていました。



8月

夏祭り

夏祭りでは、縁日ゲームや
ヨーヨー釣りなどを楽しんで
いただきました。職員と一緒に
お神輿を担いで盛り上がり
ました。



栄町地域包括支援センター

短期集中予防サービスモデル事業

前年度に東京都モデル事業として取り組んだ西東京市短期集中予防サービスについては、今年度においても継続実施されることになりました。介護保険事業計画第9期からの本格実施に向けて、フレイル傾向ではあるものの3カ月集中的にリハビリに取り組むことで改善の見込みがあると思われる比較的軽度な状態の高齢者が対象となります。

手順としては、地域包括支援センターが対象者の選定をした後、理学療法士等のリハビリ専門職と訪問を行い、身体、生活状況、フレイルの原因、地域との繋がりや個々の強み等に着目して情報収集及び必要性の判断を行います。その後市内3カ所に設置されているリハビリ施設に週1回のペースで通いながら、運動や栄養、歯科の専門職との面談を通して自発的なプログラム計画を立案します。利用以外の日常生活を「どう過ごすか？」が重要であるため、これまでの生活習慣や繋がり等の資源を活かすことが継続性や効果のカギになります。

現在のところ、概ねすべての利用者に何らかの改善や効果があると評価されている一方で、市内全域が対象となるため、受け入れ施設をいかに各エリアに増やすことができるかが今後の事業成功に向けたポイントになると思われます。



オレンジロバの会



田無町地域包括支援センターが主催して、認知症サポーターイメージキャラクターであるオレンジ色のロバのぬいぐるみ製作の活動を毎月行っています。有志で集まった地域の参加者が主体的に活動しており、圏域を超えて参加してくださる方もいらっしゃいます。完成したロバのぬいぐるみは、認知症サポーター養成講座を受講した小中学校や企業などの団体へ、修了のシンボルとして贈呈されます。

保谷苑栄養課



今年度の特養の敬老会のメニューは、
～手まり寿司・豆乳茶碗蒸し・揚げ茄子の卸和え・果
物・萩真薯のお吸い物～

を提供させていただきました！

例年通り、嚥下の困難な方にも同じものを召し上がっ
ていただけるよう、手作りのソフト食を準備しました。

保谷苑デイサービスは4日間、谷戸センターは3日間、
さらには4日間、配食サービスは4日間敬老会の献立
で提供を行いました。

これからも皆様に喜んで頂けるお食事を提供できるよ
う努力して参ります。



動脈硬化やアルツハイマー病にビタミンB群！

動脈硬化の原因でよく知られているのは酸化したLDLコレステロールですが、この酸化LDLコレステロールが血管に取り込まれる前に、血管を傷つける悪玉物質があります。その悪玉物質をホモシステインといい、アルツハイマー病などとも関係するとも考えられています。

これが体の中で増えないように働くのが、ビタミンB6と葉酸。B6はレバー、マグロ、イワシ、玄米などに多く含まれ、葉酸は牛・鶏などのレバーや肉、アスパラガス、ほうれん草、胚芽などに多く含まれています。

毎日の食事を工夫して摂取を心がけて、動脈硬化やアルツハイマーを予防することができると嬉しいですね。



訃 報

都心会創設理事長である多久島耕治氏が、去る令和5年6月1日に逝去されました。

平成7年12月より、本会理事長として特別養護老人ホーム保谷苑の施設整備に情熱をもって取り組み、令和4年10月迄の27年間、「福祉の心を持って高齢者の夢や希望を実現する」理念の基、ご利用者や地域の笑顔につながる活動を牽引し法人の発展に尽くされました。

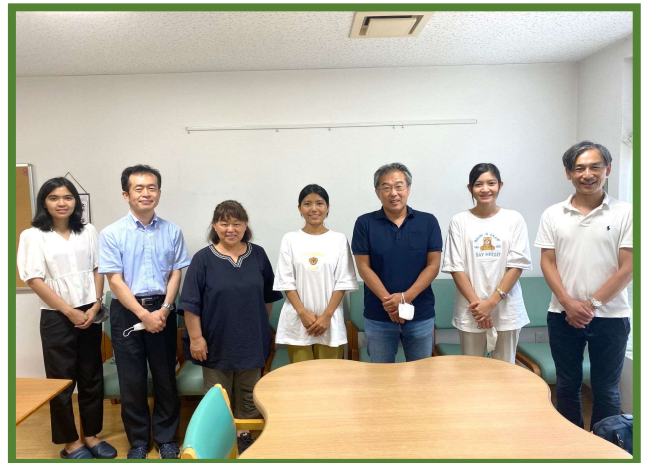
弁護士としては、「福祉を守る」という強い信念のもとで、高齢者や障がい者、児童及び保育等のあらゆる福祉分野で弁護士業務を行い、担当した裁判例を基に、利用者の事故削減に向けて全国100箇所以上で福祉関係者への講演を行ってこられました。

また、多数の社会福祉法人の役員や社会福祉振興・試験センター理事長をはじめ、日本リハビリテーション協会監事、東京都社会福祉事業団顧問、東京都国民保険団体連合会顧問、東京都児童相談センター顧問等の数多くの公職を歴任され、都心会も含めてコンプライアンス及びリスクマネジメントの重要性に取り組まれました。

多久島耕治前理事長のご冥福を心よりお祈り申し上げますと共に、「人々の幸せを追求することが福祉の心」として実践された御意思を、法人職員一丸となって引き継いで参ります。

保谷苑に新たな仲間が増えました！

「特定技能制度」で介護職員として採用しました。ミャンマーから来てくれた、メイミャツノーツウさん（写真中央）とスーサンダーリンさん（写真右から2人目）です。2人とも日本語の勉強や、介護福祉士の取得など目指し、頑張ってくれています！



社会福祉法人 都心会

〒202-0006 東京都西東京市栄町3-6-2

・特別養護老人ホーム保谷苑 ショートステイ保谷苑 緊急短期入所サービス

TEL:042-423-5002(代表) FAX:042-423-8844

・保谷苑デイサービスセンター

TEL:042-423-8162(直通)

・栄町地域包括支援センター

TEL:042-438-7090(直通)

・高齢者配食サービス

TEL:042-423-8819(直通)

〒202-0006 東京都西東京市栄町3-7-13 第一昭栄ハイツ102

・保谷苑居宅介護支援事業所

TEL:042-439-7221 FAX:042-439-9201

〒188-0001 東京都西東京市谷戸町3-23-8

・西東京市谷戸高齢者在宅サービスセンター

TEL:042-425-4626 FAX:042-425-4031

〒202-0014 東京都西東京市富士町1-7-69

・西東京市高齢者センターきらら

TEL:042-451-1200 FAX:042-451-1201

<法人ホームページ> <http://www.toshinkai.or.jp>

