



保谷苑

ぽっかぽか



保谷苑で働く新しい仲間が増えました！

保谷苑施設サービス部（特別養護老人ホーム・ショートステイ）では、新たに外国人（ミャンマー、ベトナム）職員3名を仲間に迎えました。新型コロナウイルス感染症対策のためここ数年は自粛しておりましたが、規模を縮小して歓迎会を行いました。

保谷苑は、国籍を問わず職員たちとの交流を大切にしています。言葉の壁を乗り越え、共に理解を深め、働く仲間として、より良いサービスを提供できるようこれからも努力して参ります。

特別養護老人ホーム保谷苑

& ショートステイ

下半期の主な行事 特養・ショートステイ共通

- 10月：秋祭り
- 11月：作品展
- 12月：クリスマス会
- 1月：新年会
- 2月：節分
- 3月：お花見

ショートステイ

ショートステイでクリスマス会を行ないました。サンタクロースやトナカイに扮した職員とご利用者とでクリスマスソングを唄い、イブ当日には笑顔盛沢山の楽しい時間を過ごしていただきました。



～日々の思い出～

特別養護老人ホーム保谷苑では、様々な行事やイベントを実施しております。上記の主な行事の他にも、外注食で好きな物を食べる。物故者を皆様で偲ぶ会。入居者懇談会でご入居者のご意見やご要望をお聴きする会。など、多様な催しを行い、ご利用者、そのご家族の思いや笑顔を実現できるように職員一同努めております。

新型コロナウイルス感染症の兼ね合いもあり、現在もまだ制限がかかっていることも多いのですが、来年度より徐々にコロナ禍前の状態に近づいていく予定となっております。最新の情報はホームページに掲載されますので是非ご覧ください。



保谷苑デイサービスセンター

10月 衣類訪問販売会

喫茶ぽっかぽかで衣類訪問販売会を企画しました。ワイワイ話しながらの買い物は楽しい時間です。



11月 デリバリーランチ会

外食行事が難しいため「たまには出前をとってランチ会をしよう」という声から生まれた企画です。お寿司、ラーメンが人気でした。

12月 忘年会

毎年恒例の行事です。3日間にかけて企画しました。今年の職員の出し物は「め組の人」をお披露目。歌や踊りが多くご利用者の方からは笑顔と喜びの声を頂けました。ボランティアとしてかっぼれの皆様、ハワイアンバンドの「ココナッツ」の皆様にご協力いただきました。



1月 初詣・新年会

東伏見稲荷へ初詣に出かけたり、昔を思い出しながら福笑いを行いました。出来上がった顔をみながら大笑いでした。

日頃の活動

保谷苑デイサービスでは日頃から様々なレクリエーションを企画しています。いざゲームが始まると白熱した戦いが繰り広げられます。天気の良い日は広い庭で散歩をしています。2か月に1回、アニマルセラピーのワンちゃんたちの訪問もあり皆様からご好評いただいております。



谷戸高齢者在宅サービスセンター

～下半期の主な行事～

10月	バスハイク	1月	新年会
11月	お出かけランチ	2月	節分豆まき
12月	年忘れお楽しみ会	3月	お花見ドライブ

年忘れ お楽しみ会

お楽しみ会では久しぶりに民謡のボランティア「若松会」さんが来てくれました。懐かしい音色と懐かしい曲を堪能しました。皆さんと一緒に炭坑節や東京音頭を踊ったりと、笑顔で一年を締めくくることができました。



新年会

毎年恒例の新年会、今年も坊主めぐりにすごろくとお正月遊びを楽しみました。午後は南京玉すだれのボランティアの方が来られて大盛況でした。おやつの際には美味しい和菓子とお抹茶をいただきました。今年一年素敵な年になりますように！

節分豆まき

今年はお花紙を丸めてお豆を作成し、皆で豆をまき鬼退治をしました。鬼退治をした後は鬼と記念写真を撮りました。



高齢者センターきらら



《下半期の主な行事》

- | | |
|-----|------------|
| 10月 | バスハイク(買い物) |
| 11月 | 作品展 |
| 12月 | クリスマス会 |
| 1月 | 新年会・初詣 |
| 2月 | 節分 |
| 3月 | お花見散歩 |

バスハイク



クリスマス会



初詣

新年会

令和5年度下半期は、感染対策規制の緩和に伴い、今までできなかった外出の行事が増えました。10月にはバスハイクでダイソーへ行き、久しぶりの買い物行事を楽しみました。1月には東伏見神社へ参拝に行き、3月にはお花見ドライブと、充実した活動を行っています。次年度も皆様に楽しんでいただけるよう様々な行事を企画していきます。



作品展



作品展

栄町地域包括支援センター

北東部圏域 ケアマネ交流会

令和5年10月31日に地域包括支援センターに所属する主任ケアマネジャーが企画をして、地域で活動をしているケアマネジャーのスキル向上と横の繋がりや情報交換を目的とした交流会を開催しました。

ひばりが丘を拠点として活躍されている、わかさクリニック蘭藤（いとう）院長を講師にお招きし、「浮腫みの症状から気づけること」をテーマとした講演を行っていただきました。専門的な内容をわかりやすく説明してくださり、受講したケアマネジャーからも大好評でした。また、グループワークを通してケアマネジャーとしての悩みや疑問などについての意見交換することで、今後の業務に活かせるネットワーク強化に繋がりました。



わくわくみどり（いきいき百歳体操）

コロナ禍の影響で自宅で過ごす時間が増え、人との交流も減ってしまったことから、「地域の中で体を動かす機会や気軽におしゃべりがしたい!」との要望をきっかけに、介護予防を目的とした体操とおしゃべりができる居場所として「わくわくみどり」が誕生しました。当初は社会福祉協議会が管理するわくわくサロンで活動をしていましたが、あいにくサロンが閉鎖することに伴い、YLひばりが丘書房の協力で店舗のカフェスペースをお借りすることで、活動を継続することができました。ひばりが丘書房では、子ども食堂も開催しており、地域の交流スペースとしても貴重な役割を担っています。



保谷苑栄養課

今年度も「高齢者に優しい手作りおせち」の販売・配達を行いました。
日頃より法人のサービスをご利用いただいている皆様に多くのご注文をいただきました。
ありがとうございました！
特別養護老人ホームでは、1月1日におせち料理を提供しました。嚥下の困難な方向けのソフト食もご用意して、皆様にお正月料理を楽しんで頂きました。



高齢者に優しい手作りおせち



おせち料理常食



おせち料理ソフト食

栄養コラム 春の美味しい食材と健康に気をつけよう

春は新鮮な食材が豊富で、美味しい料理を楽しむ季節です。特に高齢者の方は、栄養バランスを考えながら食事を摂ることが大切です。

春の野菜 ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富です。
アスパラガスや春キャベツ、新じゃがいも、新玉ねぎなど。

春の果物 ビタミンCが豊富です。いちご、いよかん、オレンジ、キウイなど。

健康ポイント 水分補給、適度な運動、バランスの取れた食事を心掛けましょう。



子ども食堂を再開しました！

コロナ禍で長く中止していた子ども食堂を1月から再開しました。調理師による「保谷苑名物のカレー」を提供しています。

ICT化の推進

「見守りセンサー」「自動寝返り支援ベッド」を新たに追加導入しました

令和4年度東京都の補助事業を活用し「Wi-Fi環境構築」「見守りセンサー11台」「自動寝返り支援ベッド11台」を導入いたしました。

導入後の検証の結果、職員及びご入居者に一定の効果がありましたので、令和5年度につきましても「見守りセンサー8台」「自動寝返り支援ベッド15台」を新たに導入いたしました。

今後も記録のOA化を進め、「職員負担の軽減」や「ご入居者の安全、安心の向上」に努めて参ります。



<50インチモニター>



<WiFi設備>



<自動寝返り支援ベッド>



<ネットワークカメラ>



<見守り支援センサー>

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>

