

# ケアセンター便り

介護老人保健施設  
足立老人ケアセンター  
足立区保木間5-23-20  
電話 03-5686-3965



通所リハビリ（デイケア）のお祝い年の皆様。  
久松施設長と岡田統括部長と一緒に記念撮影！  
（他のフロアの写真は2面以降に掲載）



通所リハビリのご利用者様も  
大勢参加されました。

## 敬老会が開催されました

9月9日（日）に、敬老会が開催されました。  
午前の部は東京足立病院と合同の敬老会式典が開催され、  
足立老人ケアセンター 久松施設長による挨拶をはじめ、  
ご家族様代表よりお祝いのお言葉を頂戴致しました。  
午後の部は通所・入所部門それぞれのフロアでボラン  
ティアさんや職員による演芸を楽しみました。

### 午前 敬老会式典



喜寿・傘寿・米寿・卒寿・白寿のお祝い年の代表の皆様および最高齢（105歳）のご利用者様にご参加頂き、  
東京足立病院グループよりお祝いをさせていただきました。

これからもお元気でお過ごしください！

# 敬老会当日の様子



午前中は東京足立病院と合同の式典が開催されました。



ご家族様代表よりご挨拶を頂戴いたしました。



昼食にお祝い膳を提供させて頂きました。



ノンアルコールビールで乾杯！



午後の部はボランティアさんによる演芸が披露されました。



二枚目役者の登場に大きな歓声が起こりました！



入所フロアでは職員が二人羽織に挑戦！



女性職員が体を張って頑張ってくれました。



通所フロアに初登場！「デイジー」の皆さんです。

## ご出演いただいたボランティアの皆様



「デイジー」の皆様  
歌・演奏など



「玉会」の皆様  
歌・舞踊など



元通所職員もボランティアで踊りを披露して頂きました

ご協力ありがとうございました！

# お祝い年の皆様 おめでとうございます！



2階フロアの皆様



3階フロアの皆様



## ボランティアさんと集合写真 はいチーズ！

毎年入所フロアで本格的な歌や舞踊を披露して下さる「玉会」の皆様、本当にありがとうございました。ご利用者様からも「来年も来るんでしょう？」など、楽しみにされている声が多数寄せられています。またお越しいただける時を楽しみにしています。

敬老会実行委員 一同



入所フロアではお祝い年の皆様に記念のパネルを作成して掲示させて頂きました。



終了後も皆さんから握手攻めでした！



## 9月9日 敬老会 お祝い膳



敬老会の特別メニューはお赤飯やエビなどお祝い事には欠かせない料理や食材を随所に使用し皆様のますますのご健勝を厨房からもお祈りさせていただきました。まだまだ暑い日々が続いておりますので、冷菜がメインとなるように考え、赤飯、刺身盛り合わせ、カレイの煮凝り、紅白なます、などを提供しました。刺身はもちろん好評でしたが煮凝りも深みのある味わいと皆様から評判でした。来年も元気にご参加していただけることを心よりお待ちしております。 管理栄養士 庄司

### お品書き

- 赤飯
- 刺身盛り合わせ  
マグロ 甘エビ
- 紅白なます
- カレイの煮凝り
- 葱焼き
- ミルクきな粉

# 夏のイベント報告

## 梅ジュース作り



毎年、青梅と氷砂糖とお酢で梅シロップを作っています。1ヶ月ほどで飲み頃になるので、七夕の日に皆さんで味見をしました。梅ジュースは、疲労回復や美肌効果が期待できるようです。

【材料】梅1キロ 氷砂糖1キロ お酢200cc



「美味しく出来たよ！」

コップに分けて氷水で割ると爽やかな梅ジュースが出来上がります。梅の力で夏バテを防ぎ、暑い夏を乗り切りましょう！

## 蕎麦打ち大会（通所）



7月24日・27日に通所フロアにて、蕎麦の職人に来ていただき「蕎麦打ち大会」が行われました。ここ数年ですっかり夏の行事として定着した蕎麦打ち大会ですが、今年も目の前で実演が行われ、利用者の皆さんも蕎麦職人の華麗な手さばきに感動されていました。中には、実際に蕎麦を切るのをご自身で体験された方もいて、楽しんでいただけたようです。



茹でた蕎麦の匂いが部屋に漂うと、皆さん待ちきれないとばかりに茹でたての蕎麦を堪能されました。今後も、通所の皆さんに楽しんでいただけるような季節の行事を企画していきたいと思えます。

## 夏祭り



7月27日に東京足立病院と合同で夏祭りが開催されました。当日は台風の影響で直前まで開催が危ぶまれましたが、盆踊り会場や屋台を室内に変更して開催し、地域の皆様にも大勢ご来場いただきました。



ケアセンターからはワッフルの屋台を出店し、その美味しさとお買い得な価格であったという間に売り切れてしまったようです。

## スイカ割り大会！



入所フロアでは夏祭りの一環として、スイカ割り大会も行いました！目隠しをして3回回り、「前だよ！」「もっと右！」など周囲の声を頼りに進み、見事にスイカを割る事が出来ました。その後、夏の水分補給として皆さんでスイカを美味しくいただきました。



令和最初の夏は猛暑でしたが、暑さに負けないように  
色々な行事を行っています。



## 流しそうめん（入所）



8月2日・3日に入所フロアで毎年恒例の流しそうめん行事を行いました。長い竹を2本つないで、その長さは最大15メートルにもなります。涼しげな水の流れにそうめんを流し、ご利用者様に沢山召し上がっていただきました。中には待ちきれずに立ち上がったままそうめんをすくって夢中で召し上がる方もいて、今年も大変盛り上がりました。また来年も行いますのでお楽しみに！



今年はボランティアさんにも準備を手伝って頂きました。ありがとうございました。



そうめんだけではなく揚げたての天ぷらやおいなりさんを召し上がっていただきました。



多くのご家族様にもご参加頂きました。

## 夕涼み&花火の会（入所）



夏の風物詩として今年で17回目を迎えた「夕涼み&花火の会」を開催いたしました。台風の影響で日程の変更がありましたが、夕食の後に20名以上のご利用者様と一緒に夏の終わりの花火を楽しみました。



手持ち花火や懐かしい線香花火を楽しんだ後は、大迫力の噴出し花火やナイアガラ花火を間近で見ただけ、最後は拍手で締めくくりました。

## ソフトクリーム



夏の季節、密かに人気のイベントはソフトクリーム作りです。機械から出てくるソフトクリームを上手にカップに盛り付けますが、なかなか上手いかない方、上手に盛り付ける方など、色々な形のソフトクリームが出来上がったようです。



# 中国政府の視察団が施設見学に来られました！

中国では日本と同様に、これから深刻な高齢化が進むことが見込まれており、高齢化対策が喫緊の課題となっております。このたび中国の保健省に相当する中国国家衛生健康委員会が医療介護連携をテーマに訪日され、平成31年2月27日に足立老人ケアセンター・東京足立病院を見学に来られました。足立老人ケアセンターの久松施設長、東京足立病院の田中院長より挨拶があり、グループの概要説明、施設見学、意見交換会が行われました。

また令和元年6月30日には同委員会の馬曉偉主任（日本で対応する役職は厚生労働大臣）および局長の方々が視察に来られました。

(2月)



中国視察団とのTAG意見交換会

(左から、樋口副主任、松本看護科長、岡田統括部長、森看護部長、浅野局次長、河原事務課長)



中国視察団との記念写真 2019.02.27

(6月)



ケアセンターの活動について  
通訳を交えながら説明



老健部門を見学（入所療養居室）



老健部門を見学（入所食堂ホール）



老健部門を見学（回想療法掲示資料）



老健部門を見学（通所デイルーム）



老健部門を見学（通所リハビリ室）



中国健康局大臣および視察団との記念写真 2019.06.30

中国健康局大臣（写真中央）、岡田統括部長、森看護部長、河原事務課長

視察では、東京足立グループ高齢部門の日頃の活動を見ていただき、また見学終了後には、衛生健康委員会の皆様と活発な意見交換をさせていただき、とても勉強になりました。

今回の訪日視察が、中国の医療介護連携の為になることを職員一同、心より願っております。

介護老人保健施設  
足立老人ケアセンター

運営管理室 河原 美樹

# 地域の皆様へ

## 地域支援勉強会（年4回開催）



地域住民の皆様・ご利用者様ご家族様・ボランティアの皆様を対象とした地域支援勉強会を定期的に開催しています。

7月には「高齢者の栄養について」をテーマに実施しました。当日は20名を超える参加があり、講師（管理栄養士）より加齢に伴う心身の変化や、食べやすい食事について等の内容でお話していただきました。



またこの日は食品メーカーのご協力で、栄養補助食品やフルーツの試供品などを提供していただきました。



次回は10月29日（火）に「学習療法について」をテーマに開催を予定しています。大勢の皆様のお越しをお待ちしています。

※年間予定表では、当初10月22日とご案内していましたが、日程が変更となりましたのでご注意ください。

## ボランティア活動の紹介



ケアセンターでは現在16名のボランティアさんが活躍されています。活動内容はレクリエーションや行事の補助、書道講師、日常生活の補助（お茶・おやつ配りなど）、学習療法の提供、などの活動をして頂いています。



「高齢者とお話をしたい」「体を動かしたい」「習い事や特技を披露したい」「地域の役に立ちたい」など、活動のきっかけは皆さん様々です。



定期的にボランティア懇親会や地域向けの勉強会を開催し、ボランティアさん同士の交流や勉強の機会を設けています。ボランティア活動に興味のある方は、お気軽にケアセンターまでお問い合わせ下さい。担当スタッフが活動に不安のないようにサポートさせていただきます。

## 地域包括支援センター 保木間



当施設の地下1階にある「地域包括支援センター保木間」は足立区から委託を受けた「高齢者の総合相談窓口」です。地域の皆様向けに定期的に介護者教室や体操教室（らくらく足立）などを開催しています。これらの講座はどなたでも参加できますので、ご興味のある方はぜひお問い合わせ下さい。（ケアセンター窓口でもご案内しています）

## ケアセンターブログ

ケアセンターブログをご存知でしょうか？ケアセンターからのお知らせや行事の報告など、旬な話題を日々お届けしています。ケアセンターのホームページから見る事ができますので、ぜひご覧ください。

こちらのQRコードをスマートフォンで読み込むとケアセンターのブログを読む事が出来ます。



# ケアセンター一歳時記

## 学習支援サポーターを募集しています！



玄関にも大きく募集のお知らせを  
貼り出しています



募集チラシ

ケアセンターではご利用様の脳トレをお手伝いしていただける方を募集しています。認知症の原因や仕組みを理解して、その予防法として効果が証明されている「学習療法」を学んで実践してみませんか？週1回2時間程度の活動が出来る方でしたらなたでも可能です。後日「学習療法実践士」の資格も取得できます。興味のある方はケアセンター窓口までお問い合わせ下さい。

## 福祉用具や装具のご相談も お任せください。

リハビリに必要となる装具の作成や修理のご相談や、施設内・自宅で必要となる各種福祉用具のご相談も随時受け付けています。専門の職員がお答えしますのでお気軽にご相談ください。



義肢装具士による下肢装具の作成

### 次号予告

次号、年末年始特集号は来年1月発行予定です。

## 畑でリハビリ？



東京足立病院内にケアセンターが管理している畑があります。その畑を利用して、園芸活動を通じて心身機能の向上を目指すリハビリプログラムを行っています。季節の花を植えて育てるなど、継続して取り組めるように工夫を凝らしています。屋外での土いじりは、室内のリハビリ以上に意欲的に取り組む方が多く、皆さん楽しみながらリハビリを行っています。

## 介護老人保健施設 足立老人ケアセンターのご案内

所在地：東京都足立区保木間5-23-20

電話：03-5686-3965 FAX：03-5831-2246

交通：東武スカイツリーライン 竹ノ塚駅 東口より

東武バス 花畑団地行（竹15）にて10分

「団地入口」下車 徒歩2分

つくばエクスプレス 六町駅より 東武バス

花畑桑袋団地行（六18）、花畑団地行（六19）

にて10分 「花畑4丁目」下車、国道方面へ

徒歩10分

<http://tokyoadachi-med.jp/tag-rouken/>

