

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

ケアセンター開設24周年！



デイケアでは、この日の為に練習を重ねた太鼓サークルの皆様の演奏が披露されました



入所フロアでは手工芸で作成した桜の木が満開になりました！

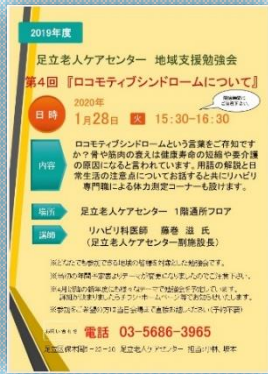
足立老人ケアセンターは平成8年3月11日に開設され、今年で24周年を迎えました。3月7日（土）に創立祭が予定されていましたが、新型コロナウイルス感染対策として規模を縮小して実施いたしました。出演を予定していたボランティアの皆様、当日を楽しみにされていたご利用者の皆様にはご迷惑をお掛けしたことをお詫び申し上げます。来年は25周年となりますので、改めて職員一同で盛り上げていきたいと思っております。

創立24年を迎えて・・・

今年の3月11日は令和の時代を迎えて初の創立記念日となりました。毎年この時期に開催される創立祭に向けて早くから準備を重ね、職員やボランティアの皆様による演芸披露などのプログラムを用意しておりましたが、全国的に感染拡大が続く新型コロナウイルスの影響で残念ながら規模を縮小しての開催となりました。楽しみにされていたご利用者様・ご家族様も多くいらしたと思いますが、今は職員一丸となってこの局面を無事に乗り切ることが大きな務めだと思っております。皆様も感染対策に重要な3つの密（密閉・密集・密接）避けて体調管理に努めて頂き、お元気で過ごしてください。

来年はケアセンター創立25周年の節目の年となります。これまでの歩みを振り返ると共に、職員一同前を向いて進んで参りたいと思っております。そして次回の創立祭では今年の方まで大いに楽しんで頂きたいと思っております。今後ともご支援のほどよろしくお願い致します。

地域支援勉強会



お知らせチラシを作成しました



藤巻副施設長（リハビリ科医師）

令和元年度は地域の皆様向けの勉強会「地域支援勉強会」を年4回開催しました。令和2年1月28日には藤巻副施設長を講師に迎えて「ロコモティブシンドローム」のテーマで勉強会を開催致しました。当日は強い雨が降るあいにくの天候でしたが、それでも大勢の地域の皆様が参加され、会場に熱気が溢れる勉強会となりました。



低い台から立ち上げられますか？
（体力測定コーナー）

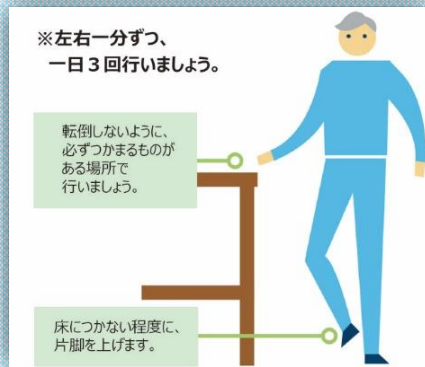


デイケアの筋トレ機器の紹介



専門医のお話に皆さん興味津々です

勉強会の前半では副施設長より、用語の解説やロコモ予防の注意点などを分かりやすくお話しして頂きました。また後半はリハビリ室に会場を移動して、リハビリ職員による体力測定やロコモ予防の体操の紹介、デイケアで導入している筋トレ機器の紹介などを行ないました。正しい運動習慣を身に付けて、いつまでも健康に歩ける体力を保ちましょう。



ロコモ予防に役立つ体操の一例です。
片足立ちで筋力を強化しましょう。
（転倒に注意）

ロコモティブシンドローム （運動器症候群）とは？

加齢や疾患による運動器（骨・筋肉・関節など）の障害は要介護の状態になる原因の一つと言われています。運動器の障害による移動機能の低下した状態をロコモティブシンドロームと呼びます。ロコモ予防のためには、自らの運動器の機能低下に気づき、進行を予防するための運動習慣をできるだけ早い時期からスタートさせることが大切です。

令和元年度の地域支援勉強会の様子

5月



第1回「介護保険について」

介護保険の仕組みや介護サービスの利用方法、介護老人保健施設の役割などを紹介しました。

7月



第2回「高齢者の栄養について」

高齢者の心身の変化や、必要となる食事や栄養のポイントなどをお話しました。また栄養補助食品の試食なども行いました。

10月



第3回「学習療法について」

認知症の原因や症状と、認知症予防に役立つ学習療法の紹介・学習体験を行ないました。

入所・通所フロアかわら版

各フロアの日々の様子を紹介いたします。

季節行事など

1月末には全フロアで毎年恒例のグルメ行事「鍋会」が開催されました。出汁のきいた寄せ鍋が用意され、温かい鍋料理を皆さん楽しませていました。



できたての温かいお鍋をいつも以上にお代わりする方もいたり、ご自宅での味付けを教えて頂くなど話も弾み、メの雑炊までお腹いっぱいになるまで楽しんで頂きました。

お花見の季節です！



今年のお花見は、感染対策の為ドライブ行事は実施せず、食堂の窓側に特等席を設置して、窓から見える桜を楽しんで頂きました。

桜の木には毎日のようにメジロ・ヒヨドリ・オナガなどの鳥が花の蜜を目当てにやってくるので、毎日見ても飽きません。



手作りマスクを届けて頂きました！



演芸ボランティアの「玉会」の皆様より、手作りマスクを届けて頂きました。マスク不足が続いている中で、大変ありがたいお心遣いをありがとうございました！

100歳になりました！

110歳まで
頑張るぞ！



大正9年1月1日生まれ
祝100歳！

ケアセンター入所フロアで最高齢のご利用者様が、この度100歳の誕生日を迎えられました！ご本人様は今でもフロア内をご自分で歩いて過ごされ、リハビリ体操やクラブ活動にも欠かさず参加されています。長寿の秘訣は何でも挑戦する事と身体を動かす事だそうです。これからもお元気で過ごして下さい！

リハビリ体操を色々行っています！

入所2階フロアでは、週1回下肢筋力の強化を図る「転倒予防クラブ」は10年以上続いているクラブ活動です。リハビリ職員が座ったまま行える体操を実施しています。



入所3階フロアでは、体操と音楽を組み合わせたりハビリプログラムを提供しています。歌のリズムに合わせて手足を動かすと、知らず知らずのうち全身の体操になります。

新しいリハビリ職員を紹介します



1月に2階フロアに入職しました理学療法士の高橋慶倫です。ご入所者様のニーズや在宅復帰に貢献出来るようリハビリを実施いたします。また皆様の笑顔を少しでも増やせるように頑張ります。

身長180cmです！

ケアセンターからのお知らせ

新型コロナウイルス感染症予防対策について (4月13日現在)



足立老人ケアセンター

最新情報はホームページやブログ
でお知らせしています

当施設では毎年11月よりインフルエンザ等への感染対策を行なっていますが、新型コロナウイルス対策として東京都の外出自粛要請に先立ち以下の様な対応策を実施しています。

- ・2月21日より来所者全員の検温
 - ・2月26日より入所フロアでの面会制限
- その後も以下の対応策を早期に実施しています。
- ・消毒液の設置、設備の消毒
 - ・3密防止の為の環境整備と定期的な換気
 - ・ボランティア受け入れ一時中止
 - ・ご家族様へ感染対策に関する資料の送付
- 関係各所の皆様にはご迷惑・ご不便をお掛けいたしますが、ご協力とご理解をお願い申し上げます。

最新情報はホームページや ブログにてお知らせしています

緊急事態宣言が発令され、新型コロナウイルスに関する感染状況は日々変化しています。ケアセンターの日常生活やサービス提供について変更する場合がありますので、ホームページで最新情報をご確認下さい。また最新情報はブログでも発信していますのでスマートフォン等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取るとケアセンターのブログが見られます。

地域支援勉強会のお知らせ



令和2年度も、ご利用者様ご家族様・地域住民の皆様・ボランティアの皆様を対象とした勉強会を開催いたします。(全4回予定)



開催時期や詳細が決まり次第、施設内に掲示およびお知らせの作成・配布をいたします。

第1回目は6月中の開催を予定しています。

会場：足立老人ケアセンター 参加費：無料

問い合わせ先：電話03-5686-3965

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/>

