

Green Days



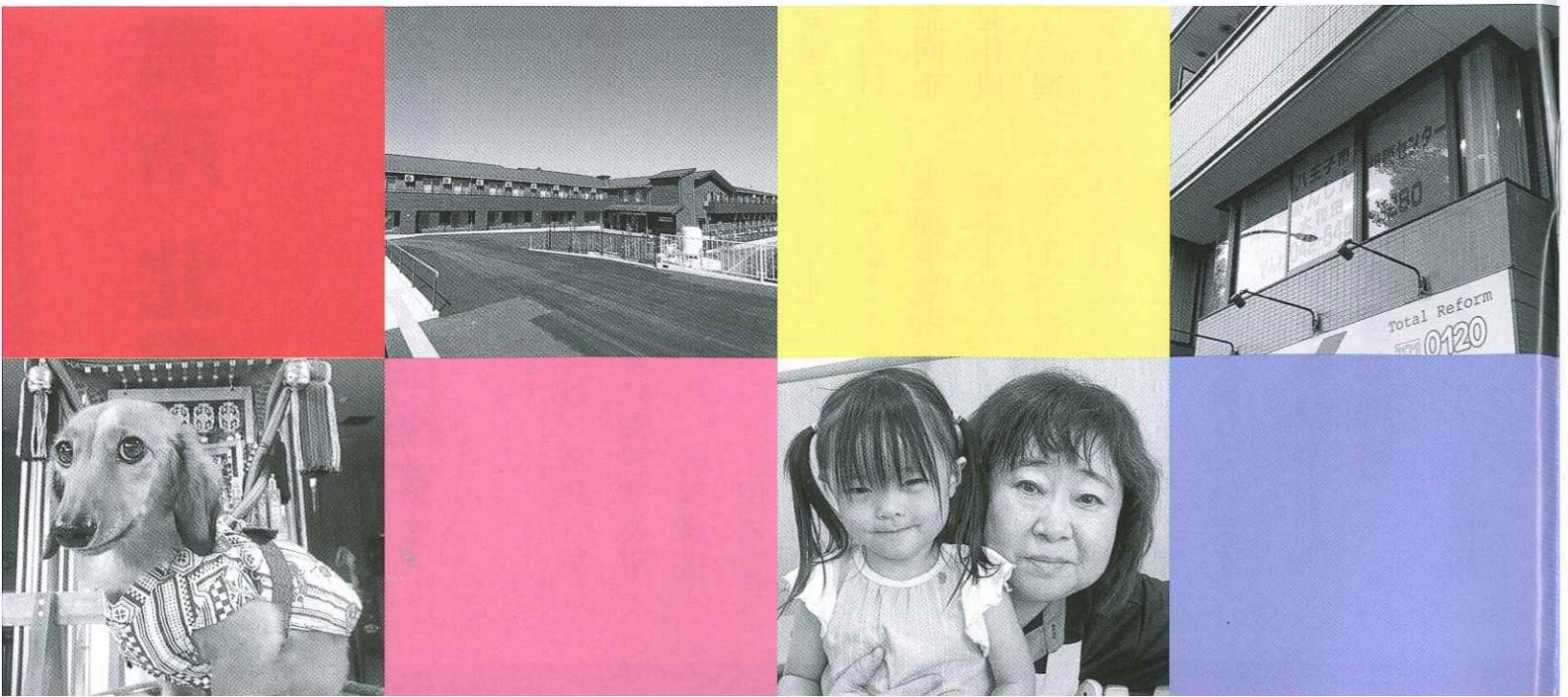
社会福祉法人一誠会 広報誌『グリーン・デイズ』

July.2022
Vol.114

特集

7月1日に『居宅介護支援事業所 北野』をオープン!!

～高齢化社会が進む中、地域から信頼される事業所を目指す～



一誠会で働く
スタッフ
募集

求める職種

- ・介護職員(特別養護老人ホーム)
看護小規模多機能型居宅介護)
- ・訪問介護(登録ヘルパー)
- ・看護職員(訪問看護)

未経験者から有資格者まで、年齢層も幅広く働いています。有資格者優遇、各種資格取得支援制度もあり。

詳細は、ホームページをご覧頂くか下記に、お問い合わせください！

☎ 042-691-2830

Event イベントスケジュール
(8月・9月の一誠会からのお知らせ)

◆行事の開催予定

8月27日(土)17時00分～19時00分/社会福祉法人一誠会 納涼夏まつり【場所】偕楽園ホーム 駐車場/地域の方も歓迎します。

9月 敬老会【場所】偕楽園ホーム 第二偕楽園ホーム初音の杜(通所・グループホーム)

9月 彼岸法要【場所】偕楽園ホーム 機能回復訓練室 9月24日(土)・25日(日)若松神社祭礼【場所】鶴舞まちの広場

※各事業所から、別途、詳細をご案内いたします。

◆地域交流会(万講座)の開催◆

日時	令和4年8月6日(土)	令和4年9月3日(土)
内容	「薬の基本管理と健康管理」	「看取り介護 施設で看取ること 在宅で看取ること」
講師	ハートフルファーマシー 薬剤師	社会福祉法人一誠会 偕楽園ホーム 施設長 鷹野賢一
場所	偕楽園ホーム	偕楽園ホーム
時間	14時00分～15時30分	14時00分～15時30分

本会主催の行事や講座については、新型コロナウィルスの影響拡大に鑑み、開催を延期や中止させていたことがあります。また、お申込みいただいた皆様には、延期後日程が決定次第、別途ご案内させていただきます。なお、感染症予防対策としてご来訪の皆様には検温などご協力いただくこともご了承ください。

一誠会からのお知らせ

一誠会では、面会やボランティア活動、地域交流会や楽らくサロンなど活動を再開しています。来園の際は、健康チェックや感染予防に努めていますようお願い申し上げます。新型コロナウィルス感染症に伴い急遽中止になる場合もございます。併せてご協力いただきますようお願い申し上げます。

職員紹介～注目の人～

ここでは、一誠会の中で注目すべき職員を紹介していきます。今回は、野球が好きな職員を紹介します。

偕楽園ホーム
介護課 主任

第二偕楽園ホーム
介護2課 職員

清水良太郎

佐藤佑哉

野球は主にプロ野球(NPB)を観戦オーナーです。物心ついた時から生糸の横浜DeNAベイスターズファンで、月に2～3試合を横浜スタジアムへ観戦に行きます。イチ推しの選手は今永昇太投手とチームマスクottのDB.スターマンです。一言「I ☆(LOVE) YO KOHAMA! ヨロシク!」



社会福祉法人 一誠会
<http://www.kairakuhome.or.jp/>

ISO9001認証取得



一誠会では、次のSNSでも情報を知ることができます。

◎Facebook(フェイスブック)

◎Twitter(ツイッター)

◎Instagram(インスタグラム)

◎Amebaブログ(アメブロ)

ホームページからリンクもしていますのでご覧ください。



令和4年度 第1回 自立支援型地域ケア会議を開催

6 月6日(月)、大和田市民センターの会議室にて「自立支援型地域ケア会議」をコネクト八王子、はちまるサポート、担当ケアマネジャー、高齢者あんしん相談支援センター大和田の生活支援コーディネーターを含め職員4名の計9名で開催しました。

「自立」とは、人が要支援・要介護状態になっても、可能な限りできる範囲で、自分らしい生活を営み、自分の人生に主体的・積極的に参画し自分の人生を自分自身で作っていくことと定義されています。

「自立型地域ケア会議」に多職種の専門職が関わることで、高齢者本人の生き方や考え方を丁寧にお聞きし、思いや意向を引き出し、自分が今後どう生活していきたいかを明らかにします。

今回の会議でも、専門職の方の意見や取り組み、今後についての支援など有意義な意見交換をすることができました。



会議では、本人に小さな目標の設定を行い、予後を踏まえた最良の提案をチームで検討します



自立支援は八王子市介護保険事業計画でも重要な目標となっています

Column 1

加住市民センター開設20周年式典への参加



一誠会でも「八王子介護フェア」の開催などで使わせていただき、地域に必要なコミュニティセンターになっています

去

る7月3日(日)、加住町にある加住市民センターにおいて、開設20周年式典に参加いたしました。石森孝志八王子市長をはじめ、多くの来賓の方々の挨拶もあり、盛大に式典が執り行われました。

Column 2

地域福祉研修



他施設からも3名の介護職員の方にご参加いただきました

去

る6月28日(火)、一誠会では、地域福祉研修を開催しました。講師には社会福祉法人友愛十字会特別養護老人ホーム砧ホームの鈴木施設長をお招きし、「介護ロボット・ICT機器の活用について」講義いただきました。

トップリレー



企業主導型保育所のメリットとは



社会福祉法人 一誠会
企業主導型保育所かいらくえん
園長

松田 裕美子

企業主導型保育所とは、内閣府主体の「企業主導型保育事業」として平成28(2016)年に始まりました。企業が自社従業員の多様な働き方に柔軟に対応できる保育サービスとして、子育て支援や待機児童問題解消の貢献を目的にしています。

また、複数の企業で共同設置することや、自社従業員の子どものみでなく地域住民のお子様を受け入れることもできます。

さらに、企業主導型保育所は「認可

外保育所」に分類されますが、認可保育所並みの保育料や助成金を受けることができるのも特徴です。

保育内容についても、定員11名の少人数であるからこそ、お子様一人ひとりや家庭状況に合わせた丁寧で家庭的な保育ができ、0~2歳児にはとても適していると言えます。

今後もかいらくえんは、一誠会職員の人材確保と、地域貢献の一つとして近隣の企業や地域の皆様に必要とされる保育所を目指してまいります。

Green Days



社会福祉法人一誠会 広報誌
『グリーン・デイズ』2022.7 Vol.114

Contents

02 特集

7月1日に『居宅介護支援事業所 北野』をオープン!!
~高齢化社会が進む中、地域から信頼される事業所を目指す~

03 速報 鈴木理事長と水野常務理事の共著で論文が掲載!

04 トップリレー

社会福祉法人 一誠会
企業主導型保育所かいらくえん 園長
松田 裕美子

05 from 高齢者あんしん相談センター大和田

05 Column ①・②

偕楽園ホーム

06 from 特別養護老人ホーム
07 from 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

初音の杜

08 from デイサービス
09 from グループホーム

第二偕楽園ホーム

10 from 地域密着型特別養護老人ホーム
短期入所生活介護事業所

11 from 看護小規模多機能型
居宅介護事業所

12 from 企業主導型保育所かいらくえん

13 地域公益活動／苦情の窓／ロコの部屋

14 ご寄付・ボランティアの紹介
私のボランティア活動
管理栄養士のお食事レシピ

15 介護の相談箱
編集後記

16 職員紹介～注目の人のイベントスケジュール
一誠会からのお知らせ

発行／社会福祉法人 一誠会
〒192-0005 東京都八王子市宮下町983番地

TEL：(偕楽園ホーム) 042-691-2830

(初音の杜) 042-691-8289

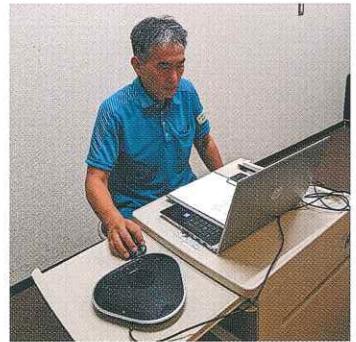
(第二偕楽園ホーム) 042-691-0913

(高齢者あんしん相談センター大和田) 042-649-3280



利用者が楽しく支援を受けるように。親切・丁寧に支援を行います

1本の電話が糧



Zoomで説明会、質疑応答中、質問沢山ください

親切丁寧な支援が営業力

4月、定期巡回・随時対

応型訪問介護看護(以下定

期巡回)のサテライト北野
も開設され、8月1日現在
の利用者は8名です。

新しい提供地域にも営業
を開始しています。Zoom
で定期巡回の説明会や、居
宅介護支援事業所を一軒一
軒訪問し、ケアマネジャー
の方に定期巡回サービスを
説明して回りました。

私たちの目標は、八王子
市全域に定期巡回サービス
を提供することで、サテラ
イト北野はその第一歩とい
え八王子市の西地域を網羅

営業会議

します。

今年度中には南地域へと
想つていますが、サテライ
ト北野を上手く立ち上げな
ければ」と考えていました時、
1本の電話が入りました。

「入院中の母を在宅で看
め21事業を展開しているこ
ともあり各事業の営業担当
が集まり毎月営業会議も行
っています。

効率の良い営業を目指し
て喧々諤々行っています。
デイサービスとは利用者も
重なるので、相互に営業活
動を協力し合っています。
頑張ります。



今年はお祭りらしいお祭りになりそうです。これまでも宮下町の婦人部の皆様にはコロナ禍でも貴重なお手伝いをいただいています

3年ぶりに屋外での納涼祭を開催します。屋台での飲食物の提供もあり、賑やかなお祭りになります

「開かれている事」の大切さ

月27日(土)に納涼祭を開催します。

残念ながら八王子まつりの中止を受け、一般の方々のご来園は控えることになりましたが、3年ぶりに屋外での開催に今から心が弾みます。

一誠会は、コロナ禍でも、ご家族の面会は一定の規制の下で継続してきました。

ご利用者にとってご家族を

一誠会は、コロナ禍でも、ご家族の面会は一定の規制の下で継続してきました。

ご利用者にとってご家族を

去年の納涼祭。室内でも楽しんでくれるご利用者さんですが、もっと雰囲気があれば…

偕楽園ホームでは、来る8月27日(土)に納涼祭を開催します。

一方で地域の高齢者の方々との交流は社会性を保つために必要なものだからです。

とつては、ボランティア活動も「介護予防」の観点からも大きな意味を持ちます。

社会福祉法人が運営する事業所として、偕楽園ホームは

ご利用者のみならず地域の皆さんにも責任を負っています。

ご利用者の社会性と地域への責任を考え、納涼祭を地域に開かれた形で再開を目指しています。

この度の新型コロナヘウイルスの対応を通して「開かれていること」の大切さを再認識させられました。

この経験を基に、少しずつでも一歩前に進んでいけたらと思っています。

この度の新型コロナヘウイルスの対応を通して「開かれていること」の大切さを再認識させられました。

この度の新型コロナヘウイルスの対応を通して「開かれていること」の大切さを再認識させられました。

この度の新型コロナヘウイルスの対応を通して「開かれていること」の大切さを再認識させられました。

この度の新型コロナヘウイルスの対応を通して「開かれていること」の大切さを再認識させられました。

この度の新型コロナヘウイルスの対応を通して「開かれていること」の大切さを再認識させられました。

この度の新型コロナヘウイルスの対応を通して「開かれていること」の大切さを再認識させられました。

この度の新型コロナヘウイルスの対応を通して「開かれていること」の大切さを再認識させられました。



【偕楽園ホーム定期巡回・随時対応型訪問介護看護】利用者募集中!

1ヶ月あたり定額で利用できるサービスです。介護職や看護師などによる定期的な訪問と随時の訪問を組み合わせ、24時間在宅で生活できることを支援するために必要なサービスを提供します。

◎訪問範囲：包括圏域の左入、石川、大和、川口、中野まで伺います

◎対象となる方：要介護1以上

問 社会福祉法人一誠会 偕楽園ホーム

〒192-0005 八王子市宮下町983番地

TEL 042-659-3366 FAX 042-691-8288 担当：安部、遠藤

口腔ケアで元気で健康な体をつくる

一誠会では、様々な認知症ケアの取り組みを行っています。

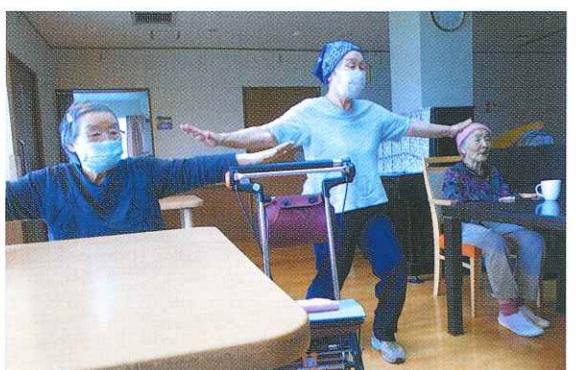
ここでは、初音の杜のグループホーム（以下GH）が行っている取り組みをご紹介します。



GH課で使用しているケア用品



口の中を清潔に保つことで口腔機能の維持、回復につながり美味しく食事ができます



体全体の健康や生活の質の向上につながります

口腔ケアとは

口腔ケアとは口の中の状態をきれいに保つことで歯周病や虫歯をはじめとする様々な口に係わるトラブルを予防し、それに伴う全身の健康状態の向上を目指すケアのことを指します。

口の健康は全身の健康に影響しており、歯周病菌は脳梗塞や動脈硬化、心筋梗塞、誤嚥性肺炎等の病気にかかることがあります。

スクを生じさせます。

口腔ケアを行うことは口のみならず全身の健康にかかわり非常に大事なことです。

口腔ケアの必要性

口の中には食べ物のカスが残りやすく細菌が繁殖しやすくなっています。そのうえ、加齢とともに唾液の分泌量が減少するため高齢者になるにつれて口腔内を清潔に保つことが難しくなります。

そこでグループホームでは、毎食後の口腔ケアに加え、週1回訪問歯科による口腔内、歯のケアを行っています。口腔ケアは、認知症や誤嚥性肺炎の予防にもつながるとされています。また、食事も美味しく食べることができ、元気で健康な体をつくることもあります。

つまり、毎日活気のある生活を送るために口腔ケアは重要不可欠なのです。

第1回 つつじ祭り開催



MST (宮下町会サポートチーム)の皆さんには、朝からご協力をいただきました。

当日は宮下町会の婦人部の方々にもご参加いただきながら、来園された地域の方々やご利用者、そのご家族に焼きそばや豚汁などをご提供させていただきました。

開催に向けては、つつじの管理や屋上の清掃など、職員のほかボランティアの方々にもご協力をいただきながら準備をすすめてまいりました。

月14日（土・大安）、初音の杜屋上にて「第一回 つつじ祭り」を開催しました。

5

月14日（土・大安）、初音の杜屋上にて「第一回 つつじ祭り」を開催しました。

地域における社会活動と交流



個人のご趣味に添えるように、ボランティアの方にご協力をいただいています



日々の手入れが必要となる園芸活動にもご協力をいただいています

この度のつつじ祭りでは、宮下町会へと趣旨を説明させていただき、ご協力をいただくことができました。

ここ数年は新型コロナウイルス感染症の影響もあり、地域行事やボランティア活動への制限をかけざるを得ない状況でしたが、感染状況は確認のうえ、ボランティアの方のお力を借りしながら、デイサービスを盛り上げていければと思います。

この度のつつじ祭りでは、宮下町会へと趣旨を説明させていただき、ご協力をいただくことができました。

地

域密着型サービスにおける「指定居宅サービス等の事業の人員、設備及び運営に関する基準」においては、地域との交流について、「指定地域通所介護事業所はその事業の運営にあたっては、地域住民またはその自発的な活動との連携及び協力を行う等、地域との交流に努めなければならない」と定められています。

from

第二偕楽園ホーム
看護小規模多機能型居宅介護事業所

祝！YouTube配信決定！ 看護小規模多機能型居宅介護事業所



紙面にご登場いただいた手塚様。看多機の宿泊をメインにご利用中です



YouTubeでは、看護小規模多機能型居宅介護と題しまして



実は女房がお世話になっており
YouTubeにご協力いただいた久保様。特養に入所されている奥様の存在が看多機利用のきっかけになりました。

YouTube配信開始を記念して

令和4年8月より、第二偕楽園ホーム看護小規模多機能型居宅介護事業所（以下 看多機）のプロモーション動画が完成しました。

今回はYouTube配信決定を記念して、ご利用者の「生の声」をお届けしたいと思います。

不安克服のために手塚かつ子様

看多機職員（以下 看）：以前は2階のサービス付き高齢

者向け住宅（以下 サ高住）にお住まいでした。

手塚様（以下 手）：はい。持病の悪化で自分ひとりではできないことが増えてきて…夜になると不安になるとが多くなって。

看：夜は生活相談員が常駐していませんしね。

手：ええ。それで看多機の宿泊を利用する機会が増えました。

看：通い時のレクリエーションやご自宅への訪問だけでなく、宿泊は皆さまから

も人気です。これらを複合的に、月額定額で利用できることも看多機の強みです。

手：看護師さんもいるので安心です。おかげで以前より甘え上手になりました。

看：何よりです。これからも「付かず離れず」お世話をさせていただきます。

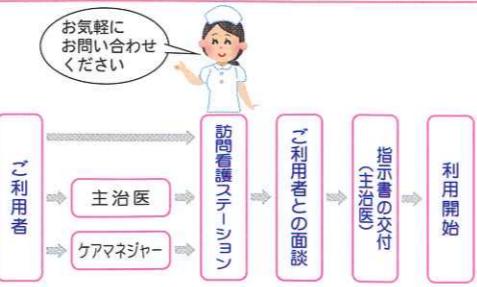


看多機 YouTube の QR コードです。
ぜひご覧ください

【訪問看護ステーション】利用者募集中！

看護師がご自宅に訪問し、定期的なバイタルチェックや医療的ケアの床ずれ予防、処置、在宅酸素の管理、ターミナルケアなどを行い、安心してご自宅で過ごしていただけるように支援するサービスです。

問 社会福祉法人一誠会 第二偕楽園ホーム 訪問看護ステーション
〒192-0004 八王子市加住町1丁目18番地
TEL 042-691-1866 FAX 042-691-1870 担当：山口



from

第二偕楽園ホーム
地域密着型特別養護老人ホーム

身体拘束？グレーゾーンの検証



ご利用者の「安全と尊厳を守ること」を両立するには、環境づくりの工夫が重要です

「縛る・囲む・立ち上がる」ないように角度をつけて車椅子に座らせる・拘束着を装着する・向精神薬を服用させる・施錠する・・・」など11項目が挙げられます。たとえ身体機能は維持でき

いように角角度をつけて車椅子に座らせる・拘束着を装着する・向精神薬を服用させる・施錠する・・・」など11項目が挙げられます。たとえ身体機能は維持でき

いように角角度をつけて車椅子に座らせる・拘束着を装着する・向精神薬を服用させる・施錠する・・・」など11項目が挙げられます。たとえ身体機能は維持でき

いように角角度をつけて車椅子に座らせる・拘束着を装着する・向精神薬を服用させる・施錠する・・・」など11項目が挙げられます。たとえ身体機能は維持でき

いように角角度をつけて車椅子に座らせる・拘束着を装着する・向精神薬を服用させる・施錠する・・・」など11項目が挙げられます。たとえ身体機能は維持でき

いように角角度をつけて車椅子に座らせる・拘束着を装着する・向精神薬を服用させる・施錠する・・・」など11項目が挙げられます。たとえ身体機能は維持でき



コロちゃん(オス)左、そらちゃん(メス)右、は当施設のアイドル犬

地

ホームでは、現在「身体拘束及び高齢者虐待の未然防止に向けたグレーゾーン」の検証を行っています。

介護保険法の施行に伴い、高齢者の身体拘束は原則禁止となりました。

ても、「生きる意欲を失うようないいか、検証することが重

要で、その解決策は「身体拘束を行わない」という強い姿勢と、問題意識の共有・工夫・職員全体で支え合う環境作りです。

愛するペットと一緒にショートステイを体験してみませんか

第 短期入所生活介護事業所
二偕楽園ホームでは、自分のかけがえのないペットと同伴で、ショートステイを利用することができます。

開設以来これまでにも犬やネコ、インコなどと一緒にサービスをご利用された方がおられます。

「ショートステイを利用したいけれど、大事なベッドが気になるって利用ができない。」という方におすすめです。

利用料金は、えさ・ゲージ・シートなど必要物品はご用意ください。それ以外の費用として、1日300円でお預かりします。

毎日異年齢児保育の重要性を感じながら過ごしています



ゆっくり進むからね。出発進行！



ぼくが持つてあげるからたくさん飲んでね！



泣いている赤ちゃんに「泣かないでね！」とおもちゃを渡してくれました

いの差が生まれます。そんな時に、上手く出来ない子に教えたり優しく接したりするようになることで、子どもが思いやりの心を持ちます。

2. 興味や関心の幅が広がる

年齢の異なる子が同じ空間にいることで、年下の子は年上の子を見て遊び方やルールを覚えたり、新しい遊びに興味を示したりするようになり、また、年上の子どもが身近なお手本となることで、行動を真似たり見習おうと「自分もやってみる」と積極的にチャレンジするようになります。

的になりがちですが、年齢を超えて同じ時間を一緒に過ごすことで、様々な関りの中で遊びが展開され子どもが安心して過ごせる場所が広がります。

人格形成の基礎を培う

もちろんデメリットとして、発達に合わない遊びは子どもが飽きてしまうことや遊びの中で力関係が生じてしまう場合があることなどがあげられますが、0～2歳児の人格形成の基礎と培う時期においては、自己肯定感や非認知能力を養う上で有効な生活だと思います。

異年齢児保育が実施されている背景

ひと昔前のように、年齢の異なる子どもと一緒に遊びながら社会性と身に付けていく関係性が薄れている今、その機会を意図的に作ることによって、子どもが自分とは異なる存在を受け入れ、共に成長することに期待がもたれていますのが異年齢児保育です。

異年齢児保育のメリット・デメリット

メリットとしては、次の3つがあげられます。

1. 相手を思いやる気持ちが育つ

年齢の異なる子と遊ぶ際、何をするにも出来る・出来ない

苦情の窓 偕楽園ホーム



令和4年度 第一回地域交流会開催

去る7月9日(土)、第4回地域交

流会を開催しました。

今回は、八王子市文化財課 八王子郷土資料館の小林様に「八王子千人同心」についてのご講義をいただきました。

参加された地域の方々も八王子市の歴史の一つとして関心をもちお聴きになり、勉強になりました。

ご利用者より、食器が汚れていると苦情がありました。

日頃より漂白剤を使用し定期的に洗浄してますが、メラミンが剥がれた箇所に汚れが蓄積してしまい汚れが落ちていなかつたことと耐久年数を超えていたことが要因として考えられました。ご本人に謝罪し、新しい食器を購入することに加え、一ヶ月に一回食器の状態の確認を行うことを再発防止策として説明させていただき、現在も継続しています。

介護や医療のみならず歴史に関してもこの先もテーマに取り入れて開催していきます

ご意見をお待ちしています。



中型犬の9歳は人間でいうと52歳になるそうです

9歳になつた口コちゃん 口コの部屋



第二偕楽園ホームに暮らす一誠会の愛犬口コちゃんは、平成26（2014）年にやつてきて、先月6月9日には9歳の誕生日を迎えました。暑い夏はちょっと苦手ですが、歳を重ねた分今年も立派なセラピー犬として利用者の皆さまを癒やしていきたいと思っています。



園児募集中 0歳から2歳

介護・医療従事者の変則的な勤務体系にも対応し、土曜保育（要相談）、1日4～5時間、週2～3日といった短時間の受け入れも可能。ご相談受け付けます。

産休明け～満1歳未満 8：30～16：00
満1歳以上 7：30～18：30 ※保護者の勤務時間による

アレルギー・障害児保育：応相談
延長保育 18：30～20：30：要相談（別途料金がかかります）

社会福祉法人一誠会 企業主導型保育所かいらくえん
〒192-0004 八王子市加住町1丁目18番地
TEL 042-691-1868 メール：hoiku@kairakuenhome.or.jp

御礼
(4月1日～
5月31日)

介護の
相談箱

介護者に求められる
適正



Q 介護の仕事に興味があります。
どんな人が向いていますか？

A 介護職はご利用者やそのご家族、医師や看護師などの専門職と常にコミュニケーションを取り、連携しながら、ご利用者の生活、時としてその命を支える仕事です。

こうしたことからも、人と関わることが好きな方や他者との協調性に長けた方、そして何より年長者に対する尊敬の念を忘れず、接客できる方が向いているといえるでしょう。

※広報委員会では、皆様から事業所や記事に関するご意見、ご質問をFAXかメールで募集しています。FAX:042-691-8288 メール:info@kairakuenhome.or.jp

Green Days

グリーンデイズ Vol.114

発行:社会福祉法人一誠会
発行日:2022年7月15日
発行人:鈴木康之
編集人:鷹野賢一
住所:東京都八王子市宮下町983番地

編集後記

去る6月25日(土)、一誠会の評議員会が開催され、令和3年度の事業報告および決算が確定、承認されました。

決算面においては、2月から3月にかけて発生した偕楽園ホームで大規模クラスターでは、経営面ではかなりの苦戦を強いられました。

一方、通所介護や訪問看護などの居宅サービスがそれを補ってくれたこともあり、事業活動増減差額で約2千4百万のプラス、昨年度比1千7百万元の増益、利益率も2%を確保することができました。

4月に開設した訪問介護のサテライト事業所に加え、今月開設した居宅介護支援事業所、さらには来年1月にも訪問介護のサテライト事業所の開設を予定しており、今後も20を超える一誠会の事業所が互いに補完し合うことで、安定的な経営を目指していきたいと思っています。

Twitterはじめました



@Takao_Mizuno1



社会福祉法人一誠会 常務理事 水野敬生

【サービス付き高齢者向け住宅 第二偕楽園ホーム】



月額費用: 16万7490円/月 敷金、礼金は不要です。

(家賃6万円、共益費2万7540円、支援費2万7000円、食費5万2950円)

部屋数: 12室 (全室個室 各18.63m²)

居室設備: 洗面、トイレ、収納、エアコン、ナースコール、スプリンクラー

入居要件: 60歳以上の高齢者、要介護認定を受けた60歳未満の方

※介護サービスを受けられる場合には別途料金が発生します。

入居者募集中

サービス付き高齢者向け住宅は、高齢者が安心して暮らせるよう配慮された住環境と安否確認・生活相談といったサービスが付いたバリアフリー構造の高齢者住宅です。

詳細は、ホームページをご覧いただくか、下記お問い合わせまでご連絡ください。

【お問い合わせ】
社会福祉法人一誠会 第二偕楽園ホーム
〒192-0004 八王子市加住町1丁目18番地
TEL:042-691-1866 FAX:042-691-1870
担当:高橋

麻雀 林 陸太郎さん 私のボランティア活動

今回ご紹介するのは、麻雀ボランティアとして活動いただいている林陸太郎さんです。



八王子センター元気から紹介いただきボランティアとして活躍してもらっています

をされています。麻雀は頭をたくさん使うことで脳の活性化にも効果的だと言わっています。ボランティアさんいつも有難うございます。

ボランティアの
ご紹介

雨宮千代野	石崎雄司	大下栄子	岡部シ枝	荻島葉子
恵子	柏木伸子	栗原君枝	小室節子	佐藤君枝
哥行雄	高木章子	塚谷眞奈美	佐藤鷹志	浜口昌子
太郎	福士定明	三沢道子	東海林喜久子	宮下町町会
茂木恵美子	大和義元	三橋明美	林陸	宮下町婦人

敬称は省略させていただきます。

ご寄付の
ご紹介

株式会社アイザワ総業	株式会社アイテックプロ	代表取締役
新井一美	株式会社日精協サービスセンター	代表取締役
長富松愈	源生真二	源生康子
弘社会福祉法人	白秋会	理事 中川千弥
高橋毅	タニコー株式会社	セレモハイネス
宮澤千枝子	宮下町会長	大和義元
	谷口秀一	水野敬生
	横溝光一	横溝光一

管理栄養士のお食事レシピ



夏野菜の揚げ浸し

夏野菜にはβ-カロテンが多く含まれており、脂溶性で油との相性が良く油で炒めものや揚げ物にすると吸収率も良くなります。

カリウムも多く利尿効果があるため、体の熱を水分と一緒に放出してくれる所以夏バテしやすいこの時期に積極的に食べたい食材です。

<作り方>

- なす輪切り、パプリカくし切り、ズッキーニ輪切り、オクラ竹串で数か所穴をあけ、水分をしっかりと拭く。
- チリトマトはへたを取り水気をふく。
- めんつゆ、水、おろし生姜を入れた液を作る。
- 180度の油で1の野菜を素揚げする。
- 揚げたてを3の液に浸す。チリトマトは揚げずに浸す。

