

こまえ苑へ

平成29年1月
第62号

青空通信

題字：前理事長 大久保 茂一



特別養護老人ホーム
高齢者デイサービスセンター
地域包括支援センター
居宅介護支援事業所

こまえ苑

発行者 社会福祉法人 狛江福祉会
〒201-0005 東京都狛江市若戸南 四丁目17番17号
TEL 03-3489-2404 (代表)
TEL 03-3489-2417 (居宅介護支援事業所直通)
TEL 03-3489-2422 (地域包括支援センター直通)
FAX 03-3489-2587
<http://www.komaeen.or.jp>



謹んで新春のおよろこびを
申し上げます

迎春

このようなか、こまえ苑では、これまでの経験と実績を生かし、法人の理念であります「喜ばれ、選ばれ、信頼される施設」を目指し、職員一同力を合わせ努力してまいりますので、今後変わらぬご支援・ご厚情を賜りますようお願い申し上げます。

皆様のご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げます、新年のご挨拶とさせていただきます。

皆様におかれましては、お健やかに新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、社会福祉法人制度改革により、経営組織のガバナンスの強化など様々な改革があり、こまえ苑では4月から法人組織の変更等を行います。さらに、狛江市では、介護予防・日常生活総合支援事業が始まります。地域全体で高齢者を支える仕組みづくりが進められていきます。

あけまして
おめでとうございませう

苑長 小泉 一夫

デイサービス

メリー
クリスマス!

2016.12.24 Sat クリスマス会



クリスマス
ケーキ



デイサービスの今年のクリスマス会は、アンサンブル・コモドさんをお招きして、12月24日のクリスマス・イブに開催しました。
「コモドさんのマンドリン、マンダラ、ギターの三重奏にあわせて、お馴染みのクリスマスソングを皆で合唱しました。
アンコールではリクエストにお応えいただき「南国土佐を後にして」を合唱し、皆様とても喜んでくださいました。
美しい三重奏の音色に、心まであたたくなる楽しいひと時を過ごしました。
来年も素敵なクリスマス会を開催できますことを、職員一同心から願っております。

きよし
この夜♪

アンサンブル・
コモドさんの
演奏にのせて♪



特養

2016.12.14 Wed クリスマス会



一年を締めくくる素敵な日になりました。
来て大いに盛り上がりました。皆様楽しまれていたようです。
第一部のアトラクションは職員によるのぎりバイオリンや、ピアノの演奏、歌唱を披露いたしました。少しだけ、カトちゃんも出て

特養の年忘れ・クリスマス会を12月14日(水)に行いました。第一部の食事はクリスマス会の特別な食事を召し上がっていただきました。皆様おいしそうに召し上がっていました。



カトちゃん

とっても素敵な笑顔です

のぎりバイオリン

クリスマスメニュー

カトちゃん

こまえ苑 第1回 青空川柳 受賞者発表

この度はたくさん（28件）のご応募感謝いたします。
想定よりもはるかに多くの応募があり、選考にも苦慮いたしました。厳正なる審査の結果、今回はきのご様が金賞を受賞いたしました。川柳は一階のエントランスに貼り出しております。



受賞者コメント



■ 金賞 ■

きのこさん

川柳で指と頭の体操ができて楽しかったです。



■ 銀賞 ■

ピンクパンサーさん

おばあちゃんがお世話になっています。まさか賞をいただけるなんて…ありがとうございます。おばあちゃんが家に居た時は自分の家なのに「帰ります」って出ていかれて大変でした。今もそんな事を言ってスタッフさんを困らせてないと良いんですけど。



■ 銅賞 ■

若林 誠二さん

年齢を重ねると、どうしても筋力が衰えてきます。ウォーキングやストレッチ体操を毎日の生活に組み込んで介護予防に努めたい、という思いをこめました。



■ 特別賞 ■

たんすいかづつめき
ダイエットさん

やっと娘が独立して、少しは楽になるのかしらと思ったら、母が認知症になり、てんてこまいの毎日です。大変ですけど少しでも笑いかえられたらなと思い投稿いたしました。受賞嬉しいです。ありがとうございました。



■ 苑長特別賞 ■

マツハ文朱さん

常日頃こまえ苑のベッドの数だけ、各々の営みがあるのだとつくづく感じています。皆様に様々な歴史があり、今ここで同じ時間を共有している事に喜びを感じるとともに、入所者の皆様の笑顔が私たち職員全員の喜びです。稚拙ではありますが、その思いから綴った作品が入賞しとても嬉しく思います。

新人職員紹介

- ① 出身地 ② 趣味
- ③ 座右の銘（好きな言葉）
- ④ 一言（抱負など）



- デイ 介護補助 加藤 円**
- ① 東京都
 - ② 寝転びながら読書
 - ③ おかげさま

④ 多くのご利用者様に接し、生き様を学ばせていただいております。皆様、よろしくお願いたします。



- デイ 運転手 佐藤 善朗**
- ① 秋田県
 - ② テレビ観賞
 - ③ 苦しめ！（苦あれば楽あり）

④ 狛江市内の道路はすべて把握していますが、安全運転を心掛けます。他の事は未経験ですので、皆様のご指導よろしくお願いたします。



- 特養 食事介助員 平井 妙子**
- ① 東京都
 - ② フラシックバレエ鑑賞
 - ③ 失敗は成功のもと

④ 介護の仕事は初めてです。いろいろ教えてください。

ボランティア紹介

（順不同・敬称略・10月1日以降
12月31日現在まで活動いただいた皆様。なお、掲載の承諾を得た方に限ります。）

継続的に活動いただいている方

【喫茶】 酒井静子・宮林近江・霜村美千代・岩崎鈴子・宝達和子・牧野登紀子・林直子・山口恵美子・安藤万寿代・深見千枝子・柳千枝子・芹田春江・菅原スミ

【デイサービス】 宮本喜久恵・町島武子・山中美江子・上島経雄・細川房子・箕輪哲生・柳千枝子・石井英一・須藤義春・岩谷春代・小川好美・菅原しつ枝・天理教本薫分教会婦人部・ガキガキトリオ

【洗濯たみ】 ひかり作業所むつみ会・白赤奉仕団・河野昌子・横山紀世子・山口敦子・大久保和子

【特養】 斉藤乃婦子・大場絵里・和泉正昭・六戸進・泉亭恵美代・深井秀造

【写真】 フォトサークル狛江
いつもありがとうございます。

ご紹介させていただいた方以外にも、多数の方々のご協力を頂戴しております。今後ともよろしくお願いたします。

ご寄付ありがとうございました

小松英芳 武蔵府中法人会女性部会 [敬称略]
（平成28年10月1日～12月31日）

お断り：右記の他、多数の方からご寄付をいただいておりますが、個人の方は、承諾をいただいた方のみ掲載させていただいております。

コラム < しっかり食べて、元気長寿に！

健康のためには粗食がよいと思いませんか？ 特に高齢期にはあっさりとしたものを好んで、肉類やあぶらものを敬遠しがちですが、それらに含まれるたんぱく質や脂肪は、基本的には健康な体をつくり、活動するためのエネルギーとして欠かせないものです。健康のためには、さまざまな栄養をバランスよくとることが大切です。

活動的な毎日のための食習慣5か条

- 第1条** 1日10種類の食品をとる。
- 第2条** 動物性たんぱく質を十分にとる。
(肉と魚の割合は1:1)
- 第3条** 1日3食抜かずに食べる。
- 第4条** カルシウムの不足に気をつける。
- 第5条** さまざまな野菜を毎日食べる。

1日にとりたい10品目

肉類	魚介類	卵	牛乳	緑黄色野菜	海藻類	大豆製品	いも類	油脂類	果物
----	-----	---	----	-------	-----	------	-----	-----	----