

青空♡通信



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 東京都狛江市岩戸南 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
<https://www.komaeen.or.jp>

春のあたたかな日差しの中で、お花見を楽しみました。春の訪れを感じる、穏やかな一日となりました。

桜を眺めていると、「きれいだね」「春が来たね」と、自然と笑顔がこぼれていました。ゆっくりと桜を見上げながら、昔のお花見の思い出を話してくださいる方もいらつしやり、和やかな時間が流れていました。

久しぶりの外の空気に、皆さまリラックスされたご様子でした。

これからも季節を感じられる行事を大切にしながら、ご利用者の皆さまが笑顔で過ごせる時間を作っていきたいと思えます。



特養

お花見

デイサービス

今年は何年よりも早い開花になりましたが、雨天候が続く、お花見散策がなかなかできない日が続きました。

開花宣言が出てから2日後、天候にも恵まれお花見散策を行うことができました。倒木防止のため、事前伐採されてしまいましたが、桜を前に自然と会話が弾み、普段以上に表情が和らぐ様子が見られています。外出することで気分転換にもなり、写真撮影もすることができました。

季節行事を通じて、心身の活性化に繋がる時間となりました。



特養



ひな祭りにちなんだ音楽を流しながら思い出を語り合い、記念撮影も行いました。



3月3日にひな祭りを開催しました。館内には華やかなひな人形を飾り、春の訪れを感じていただけるような雰囲気の中で、楽しい時間を過ごしました。



ご利用者の皆様と和やかな時間を過ごすことができ、職員にとっても心温まる一日となりました。

ひなまつり

デイサービス

3月3日に、ひな祭り行事を行いました。昼食には、ちらし寿司と清汁などをボリュウムがあつておいしそうに召し上がっていました。午後の活動では、ひな祭りの由来、六段飾りとひな祭りにちなんだ食べ物について、クイズを交えながらお話をしました。ご利用者様からは「お雛様に関することをたくさん知ることができて勉強になった」との感想が聞かれました。「うれしいひなまつり」の音楽に合わせて合唱されたり、春の季節に関する歌を唄ったりして楽しまれています。おやつに、皆様が桜餅を食べるひな祭りを締めくくりました。



桜餅
おいしいよ!

道明寺の
桜餅

ひな祭りに関するクイズを出題!



六段飾り
完成!

特養

LIFT

力持ちで
安心安全

介護リフトとタブレット端末導入

より安全で快適な生活を送っていただくとともに、職員の介護負担軽減を目的として、介護リフトとタブレット端末を導入しました。

介護リフトは、ベッドから車いすへの移乗や入浴時の移動をサポートする福祉機器です。

これまで職員の手で行っていた移乗介助をリフトで行うことで、身体への負担を軽減し安全に移動していただくことが可能になります。タブレット端末の導入により、介護記録や情報共有がスムーズになりました。必要な情報をその場で確認できるため、体調の変化など迅速に把握することができます。ICTや福祉機器を活用しながら、安心して過ごせる環境づくりと質の高い介護に努めてまいります。

迅速に
情報確認

TABLET

特養



2月4日にふれあいホールにてウィンターコンサート（音楽）を開催しました。
演奏が始まると手拍子をしたり、口ずさんだりする姿が見られました。馴染みのある曲が流れると、笑顔で歌う方も多く会場は温かい雰囲気になりました。

ウィンターコンサート開催

「楽しかった」「また聴きたい」といった声も聞かれ、音楽を通して楽しい時間を過ごすことができました。今後も地域の皆様との交流を大切にしながら、楽しみや生きがいにつながる行事を企画していきます。



交流会の様子



ボランティア交流会

コロナ禍で活動が休止していた時期もありましたが、約6年ぶりとなるボランティア交流会を開催しました。普段は顔を合わせる機会の少ないボランティア同士が交流し、会場は終始和やかな雰囲気に包まれていました。

今回は、アロマセラピストの高橋氏を講師にお迎えし、「アロマと嗅覚」をテーマにした講演と、アロマルームスプレー作りを体験しました。アロマスプレー作りでは、

ラベンダー×スイートオレンジ
『ほっこり癒されブレンド』

ローズマリー×レモン
『スッキリ免疫カアップブレンド』

の2種類からお好みの香りを選び、和気あいあいと作成しました。

2時間という短い時間ではありましたが、笑顔あふれる交流会となりました。

高橋講師





狛江市社会福祉法人連絡会の取り組みの一つとしてフードドライブ（食品寄贈）を1月29日に実施しました。連絡会に参加している各法人に集まった食品をNPO法人フードバンク狛江に寄贈いたしました。今年度は14kgの寄贈品が集まりました。

こまえ苑にはフードバンク用の箱を常設しているのので、寄贈していただける食品（生もの・開封や食べかけの物を除く賞味期限が1カ月以上残っているもの）がありましたらお気軽にお持ちください。



特養 機能訓練士から地域の皆さまへ ～元気に生活するために～

年齢を重ねると、「歩くのが遅くなった」「つまずきやすくなった」と感じることはありませんか。

体は日頃から使わないと機能が少しずつ低下していきます。今回は、地域の皆さまにもおすすめしたい**簡単な健康習慣**をご紹介します。

① 毎日少しでも体を動かしましょう

長時間同じ姿勢でいると筋力が硬くなりやすく体を動かしづらくなります。家中でも立ち上がり運動や軽い全身運動を行うことで筋力維持に繋がります。

② 歩く習慣を大切に

散歩は体力維持だけでなく、気分転換や認知機能の維持にも効果が期待できます。無理のない距離から少しずつ歩く時間を増やしてみましょう。

③ 転倒に繋がりにくい環境づくり

家中では外より安心感があるせいか転倒される方が意外と多いです。転倒で骨折などのケガをしてしまうと寝たきりの原因になることがあります。

- 段差を減らす
- 滑りやすいマットを置かない
- 夜間は足元を明るくする

元気に楽しい生活をするためにやってみてはいかがでしょうか。



柔道整復師 土橋里沙

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）



特養
両角 高國
① 東京都
② 育児 プチ旅行

③ 初心忘れるべからず
④ 笑顔と元気を忘れずご利用者様が安心して生活していただける介護を目指して頑張ります。



特養
三浦 朱美
① 栃木県
② 映画鑑賞

③ 雲の上はいつも晴れ
④ 入居されている皆さんが安心して過ごせるようお手伝いさせていただきます。

ボランティア紹介

（順不同・敬称略・1月1日以降3月31日現在まで継続して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。）

- 【喫茶】岩崎鈴子・工藤静江・斎藤みずは・酒井静子・鈴木一江・芹田春江・深見千枝子【デイサービス】斎藤みずは・篠原学・中島征彦・ボーダーズ【洗濯】石田眞砂子・福田明子・日赤奉仕団【園芸】大橋昌枝

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致します。

「寄付ありがとうございました」

〔今川順一・戸時君子〕
（令和8年1月1日～3月31日）
承諾をいただいた個人の方のみ氏名を掲載させていただきます。