



# 東京弘済園だより

No. 4  
2018 夏号



現在の園内風景



昭和31年の園内風景

## 法人設立(昭和30年12月)から 62年！

開設当時は生活保護法による養老施設からスタートしましたが、現在は特別養護老人ホーム、養護老人ホーム、ケアハウス、デイサービス、地域包括支援センター、保育所を運営する社会福祉法人となりました。これからも、高齢者福祉・児童福祉向上のため職員一同努力して参ります。よろしくご支援のほどお願い致します。

### 東京弘済園

LINE@ はじめました



このQRコードを読み取り、是非友だち申請して下さい。  
東京弘済園ホームページの更新のお知らせ等を配信します。

ID @yfg8592v

### ◆もくじ◆

- P2.....特別養護老人ホーム 弘済園
- P3.....養護老人ホーム 弘寿園
- P4.....ケアハウス 弘陽園
- P5.....弘済ケアセンター
- P6.....けやき苑
- P7.....三鷹市東部・西部地域包括支援センター
- P8.....弘済保育所(おひさま保育園)

## 今年も開催します！

模擬店やセミナーなど、皆様に楽しんでいただける内容を企画しております！

### けやき苑地域サービスデー

平成30年10月7日(日)  
10:00~14:30

場所 三鷹市深大寺2-29-13  
三鷹市高齢者センターけやき苑

### 東京弘済園まつり

平成30年11月3日(祝)  
10:30~14:30

場所 三鷹市下連雀5-2-5  
(福)東京弘済園

発行: 社会福祉法人東京弘済園 三鷹市下連雀5-2-5  
電話0422-43-3319(代表) ※ホームページのブログも是非ご覧ください！

# 弘 済 園



## 6 月に家族会を行いました。

弘済園では、ご家族との交流を目的に、年2回「家族会」を開催しています。6月の家族会では、施設の現況報告や日常生活の様子を写真で紹介した後、各フロアに分かれて喫茶を行いました。美味しいケーキを召し上がりながら、ご家族との楽しいひと時に、利用者の皆さんの笑顔があふれていました。また、岩手県田老町の海産物のチャリティー販売では、多くのご家族にご協力いただき有難うございました。



第1部



第2部



チャリティー販売



介護の必要な高齢者をお世話する施設で、介護保険による要介護状態区分が「要介護3～5」の方が利用できます。

【入所】

定員 : 100名

介護度 : 要介護3～5

【ショートステイ】

定員 : 10名

介護度 : 要支援1～要介護5

## 弘済園のお花見！！

市内お花見ドライブ



園内では樹齢60年を超える見事なソメイヨシノや八重桜が鑑賞できますが、今年は市内の桜の名所を巡るドライブを行い、参加者からは大きな歓声が上がっていました。



花よりだんご、桜餅づくり



園内の桜鑑賞



お花見会



# 弘 寿 園

## 日々の移ろいを自然の中で

### 季節感漂う弘寿園



弘寿園は、都心の新宿から10km程の距離に位置しています。しかし、様々な植物、木々のざわめき、鳥のさえずり等、自然豊かで、異空間のような環境の施設です。この空間では保育園児から、100歳超えの皆さんが、同じ時を過ごしています。

弘寿園の職員ステーションには虫取り網



が置いてあります。たまに、飛び回る虫などを捕獲し外に出す為です。虫も多いですが、ナンダカワカラナイ野鳥や、どうやらハクビシンなんかも棲んでいるみたいです。確かにビワ等の実のなる木もありますから、棲んでいても不思議はないのですが…。なんだかトトロの世界のようです。あっ、そう言えば、ジブリ美術館もすぐ近くでした。

隣にあった民間企業が撤収してしまい、更地になりましたが、新たな土地の運用が始まっています。南側用地は杏林大学のキャンパスに。若い方たちが集まる場となりました。今後、どんな街になって行

くのかは楽しみでもあります。

そんな中、弘寿園にはたくさんの行事があります。四季折々の飾り付けや、クラブ活動、時には外に出て活動したり、園内行事も盛りだくさんです。朝食後は散歩に行かれる方、デイサービス、デイケアへの通所などがあります。「園に残る組」は民謡踊りやストレッチ、口腔体操や、ちょっとした脳トレも行ないます。その後はクラブ活動や読書、おしゃべり等、それぞれに時間を過ごします。園での役割があったりお手伝いをしてくださる方もいらっしゃいます。豊かな自然の中、皆で支え合い、楽しく日々を過ごしています。



庭の八重桜

原則として65歳以上で環境上の理由、経済的な理由から居宅での生活が困難という方が入所する措置施設です。

【定員】 50名

### 日々の様子



中庭の風景



生誕会の昼食



朝の民謡踊りと体操

### 家族会

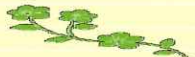


今年は桜の開花が早く、そしてあっという間に散ってしまいました。

毎年八重桜の木の下で家族会が開催されるのですが、今年は散り終えていました。しかし八重桜はなくとも藤の花が満開で、藤棚の下で新緑を楽しむ方もいらっしゃいました。いつも何かしらの花が咲いているお庭です。

来年は皆様も満開の桜が見られますように。皆様、いつでも遊びにお越しください。

### 映画の会



今年度から月1回の開催となった映画の会。記念すべき第1回は「ナミヤ雑貨店の奇蹟」。

観賞後は賞賛の嵐でした。次回もどうぞお楽しみに！



### クラブ活動



園ではいくつかのクラブ活動があります。園芸、書道、カラオケ、そして今年度新たに卓球クラブが始動しました！スポーツ系のクラブは弘寿園初！！ただ、体育会系のノリは全くなく、終始和気あいあいの楽しい時間でした。



### コンサート

年に何回か、外部団体の方達がミニコンサートを開催して下さいます。若い方達との貴重な交流です。



### お花見ツアー



恒例となりました、お花見ツアー。今年も開催です。園の車で出発。途中コンビニに寄り、思い思いのおやつを買って、いざ、出陣！  
…でも、ほんとの目的は桜なのか、おやつなのか、わからなくなる時もあります…



## 介護型 保証人会開催

7月8日(日)今年度第一回「介護型保証人会」を開催致しました。

当日は 暑い中にも関わらず、20名以上の保証人他ご家族にお集りいただきました。第一部では、法人の事業報告、事業計画、また、弘陽園からの報告並びに日常生活に関するお知らせや願いをさせていただきました。また、看護師より「看取りについて」事故防止委員会からは、平成29年度の事故に関しての報告や園としての取り組み、国からも適切なケアへの指導が求められている「身体拘束」に関する報告をいたしました。

第二部では、ユニットごとのグループに分かれ、現在心配されていることや弘陽園に期待することなど、職員も一緒に意見交換しました。「看取り」に関しては、経過や期間、園の体制に加えてのご質問やご家族としての迷いなどのお話も聞かれました。また地震についての連絡体制についてのご質問もありました。



今後も皆様の声を大切にしながら、サービスの向上を目指していきたいと思ひます。

ご参加いただきました保証人の皆様ありがとうございました。



### 【一般型】20名

60歳以上、自立～要支援2まで。  
食事・相談などの基本サービスの提供を受けながら生活して頂けます。

### 【介護型】40名

特定施設入居者生活介護の施設です。  
「要介護1～5」の方に必要な介護、支援を提供し、自立した生活を送って頂けます。



## ～憩いのテラス～



弘陽園自慢のテラスのご紹介です。2階のテラスにぶらっと出て植物を眺めると気持ちも癒される方も多いようです。

年間を通して、ボランティアの方が気持ちを込めて手入れをしてくださっているこのテラス、花の咲き枯れに季節感を感じ、触れたり収穫することで笑顔が増える憩いの場所となっています。

今は、いちごの収穫、紫陽花、ホタルブクロもおわり、ちょっと小休止ですが、これから夏に向けて張られたネットに朝顔や夕顔のグリーンカーテンがでかあがるのが楽しみです。暑い季節は、木陰で風鈴の音色でも聞きながら、涼むのも良さそうです。



## 全力投球! 運動会!

6月24日園内運動会を開催いたしました。2階の方々がお赤組、3階の方々がお白組!大激戦の末、最後の玉入れの「玉2個分」の差で白組の勝利となりました。

大きな声と笑顔にあふれた時間で皆様の表情も晴れ晴れとされていました。



## マドレーヌで一息

一般型では、マドレーヌを囲んでの茶話会を実施いたしました。

食堂が優雅な喫茶店に変身!  
今、女性に人気のレモンケーキも用意。これからも、おいしいもの企画を続けたいと思ひます。

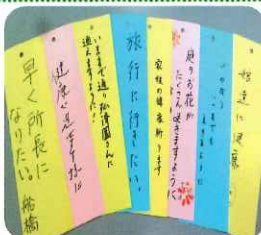


# 弘済ケアセンター

通所介護事業・居宅介護支援事業

七夕

七夕がやってきました。  
可愛い飾りを手作り、短冊に願い事を書き、ほっこりした優しい表情の皆様です。ご自分の事よりご家族の健康・幸せを願う方の多い事に感動！皆さんの想いを乗せた笹飾りがケアセンターの空に揺れています。



皆さんの短冊、  
ちょっぴりご紹介。  
中には俳句や川柳  
も…。願い事、叶いま  
すように…。

あれ？何か変な一枚

## 活動紹介

### プログラム紹介 木曜 スポーツレクリエーション

今回は、「木曜午後のスポーツレク」をご紹介します。  
皆さんでやりたい種目を提案したところ、4月は「シャッフルゴルフ」、5月は「ポケネット」

今は「ボーリング」に取り組んでいます。  
『エメラルド』『源氏』『富士山』の  
3チームが勝敗を競い合います。「頑張れ～！」チームメイトの声援を受け一球入魂！全員が球の行方を見つめ一喜一憂しておられます。優勝チームは、キャプテンの首頭で「万歳三唱」。この上ない笑顔です。それぞれの個性を認め合い、温かい声援と拍手で、チームを越えた素敵なお仲間同士の輪が広がっています。



ご自宅にお住いの高齢者の方々が、その方らしく、ご自身の力を発揮しながら、自立した生活を継続できるよう、当センターに通所していただき、健康チェック、介護、食事、機能訓練、レクリエーション等のプログラムに参加していただきます。

【利用定員】 1日52名  
【利用対象】 要支援1・2  
要介護1～要介護5  
事業対象者



～ギャラリーでお馴染み～ なでしこの会”

今年度よりちぎり絵に挑戦。指先で和紙をちぎって貼り、それぞれのセンスで素敵な作品が完成。初めてとは思えない出来栄です。後は共同作品にも取り組む予定です。

ケアセンターに紫陽花の花が  
咲きました。



### ケアセンターから ご寄附のお願い

タオルや手ぬぐい、バスタオルなどでご不要になったものをご寄附頂けますでしょうか？

洗濯をしたものでしたら、使用済みのものでも大丈夫です。



ご寄附頂ける場合は、事前に弘済ケアセンターにご連絡の上、お持ち下さいますようお願い申し上げます。



連絡先  
Tel 0422-43-8122

### 脳も身体も、そして心も活性化

### 脳の健康弘済園教室開始！



学習とコミュニケーション  
で脳を活性化



全身体操で身体を活性化

三鷹市の委託を受けて実施している介護予防の事業『脳の健康弘済園教室』がスタートしました。くもん学習療法センターの協力を得て、今年で11年目に突入しました。認知症予防の教室として開催していますが、体操も同時に行っていますので、終了時には脳も身体も、そして何より心も活性化して修了式を迎えます。

\*H30年度は6月～9月末の4か月間の開催です。

| 水      | 木                                | 金 | 土 | 日 | 月 | 火      | 水 |
|--------|----------------------------------|---|---|---|---|--------|---|
| はなまる教室 | 宿題                               |   |   |   |   | はなまる教室 |   |
|        | 読み書き・計算の「宿題」を毎日3枚ずつ「宿題」は自分で考え合わせ |   |   |   |   |        |   |



# けやき苑

通所介護事業・居宅介護支援事業

## 野崎保育園との交流



けやき苑では、開設当時より近くにある野崎保育園との交流を続けています。

日頃行なっている活動に子供たちが参加したり、歌やダンスを披露してくれることもあり、可愛らしい子供たちの姿に利用者の皆さんも自然と笑顔になり、交流会を通じて子供たちの成長を感じたり、たくさんの元気をもらっています。

3月の「卒園を祝う会」では、利用者の方にも進行を手伝っていただきました。卒園カードやお祝いの歌・横断幕などを一緒に作成したり、歌の練習に取り組むことで利用者主体で作上げた会となりました。当日は子供たちには大きくなったなら何になりたいか、将来の夢をインタビューしています。一人ずつ手作りのカードを渡しなが、子供たちを温かい目で見守り、最後は握手をしながら笑顔でお別れをしました。あたたかく素敵なお祝い会となりました。



自分らしく、生きがいのある、快適で豊かな日常生活を送ることができるよう、機能訓練、趣味活動、介護、入浴、食事などのサービスを提供し、心身機能の維持や仲間づくりをお手伝いします。また、介護予防に関する取り組みと、定着をお手伝いします。

【利用定員】1日57名

【利用対象】要支援1・2

要介護1～要介護5  
事業対象者

住所:三鷹市深大寺2-29-13

## 三鷹市長が来苑しました！

昨年12月紙すきグループが作成した『けやき苑オリジナルカレンダー』を三鷹市役所に届けたところ市長は不在でした。当日に直接受け取れなかったことを残念に思われた市長より、改めて、そのお礼とお会いしたいとの連絡をいただき、4月に清原慶子市長が来苑されました。

紙すきの工程や活動の成果などを直接お話することができ、皆さんで協力して一生懸命作ったけやき苑のカレンダーが、市長とお会いするきっかけを作ってくれました。清原市長、ありがとうございました。



## ～庭の仲間たち～

暑さに負けず、ぐんぐん伸びている西洋朝顔が話題になっている今日この頃。けやき苑の皆さんが各活動で育てている野菜や花たちも、いつの間にか可愛い花や立派な実をつけています。毎朝水やりをしてくれている運転手さん、いつもありがとうございます。皆さんも時々眺めて下さいね。



# 地域包括支援センター

三鷹市の委託を受けた公的な立場で、地域の高齢者が、住み慣れた自宅で、その人らしく、落ち着いた生活を継続することができるよう、心身の健康保持、適切な医療及び介護保険をはじめとする各種サービスや地域の社会資源の利用など、生活全般に関するご相談に対応します。

## 三鷹市東部地域包括支援センター

**地域の身近な相談窓口として、出張相談しています！**

住み慣れた家で、地域で、元気に生活していくための一つとして、「通いの場（居場所）」を持つことが有効と言われています。

運動機能維持のために体操教室に通っているという方、歌やお話しなど交流の場（サロンなど）や、手芸や囲碁将棋など趣味的な活動を楽しまれている方もあるかと思います。

なじみの仲間との語らいや、交流は日常生活の潤いにもなります。

そういった場が、可能な限り歩いていける場所にあることが重要です。三鷹市では、各地域で「歩いて通える場」作りを推進し、地域包括支援センターと三鷹市社会福祉協議会が協力して、その通いの場の立ち上げを支援しています。

東部包括が担当する東部エリア（牟礼・北野・新川2,3丁目）でも様々な取り組み・活動が立ち上がってきています。

昨年末、駅周辺エリアで開催された「女性のための初心者向け麻雀教室」

を、ぜひ東部でもやりたい！という地域の方がいらっしゃいました。その方と一緒に、講師と打ち合わせ、体験会を企画して仲間を募り、そして今「南天クラブ」という自主グループとして活動しています。

60代から90代までの女性が集い、講師はうら若き女性とあって、手と頭と口がフル稼働のにぎやかな活動です。

活動の場所探しは難儀しましたが、東京弘済園で地域向けに施設利用の貸し出しが可能という事で、今は弘済ケアセンターの一室を借りて活動しています。



体操ができる場所が知りたい、皆で歌える場所がほしいなど考えている方、ぜひお声かけください。地域の活動をご紹介しますこともできますし、新しく活動を立ち上げるお手伝いもできます。

電話 0422-48-8855

【担当地区】

三鷹市 牟礼  
北野  
新川2～3丁目



## 三鷹市西部地域包括支援センター

**地域支援連絡会にて地域課題を発掘！！&いのじんセミナーにて老い支度講座開催！！**

### 地域支援連絡会



西部包括では、地域の課題を相談の中から抽出する取り組みをしています。例えば、ある地域ではスーパーやバス停が遠く買い物に困っていたり、男性高齢者が地域とのつながりがない方が多く健康への取り組み実践がしにくい状況にあるなど、日頃の相談の中から地域の課題を考えています。H29年度の地域支援連絡会では、抽出した課題をテーマに、民生委員さんやサロンを実践している地域の方々と話し合ってみました。テーマは、「社会的だった方が引きこもってしまう要素」でした。意図的にサロンを担って下さっている方々に多く参加いただいたの

で、「明日は我が身と考える機会になった。」「色々な方の意見を聞くことで、考えに広がりが出る。」などの意見が聞かれて有意義な連絡会になりました。

また、今年度のいのじんセミナーは、「いのじん地区でせりり人生☆未来予想図を描こう！！」と題して年度を通じて、老い支度のセミナーを開催します。セミナーは、講座、施設見学、語ろう会の3つの要素を年8回のコースで構成しています。

第一回目を7月7日（土）に開催し、企画した経過や意図を参加者に説明した後、圏域内の施設見学の希望をお聞きしました。40名程の参加者からは、「見学が楽しみ。」「色々な情報が聞けて良かった。」などの感想も聞かれました。

共に考えたり体験する中で、同じ地域のお仲間との交流や「生きる力を蓄える機会」になればと期待しています。

### 第一回のいのじんセミナー



電話 0422-34-6536

【担当地区】

三鷹市 井口  
深大寺  
野崎2～4丁目



# おひさま保育園



**豊かな自然環境の中で  
思いっきり体を動かして遊んでいます。**

敷地内には、広い園庭、築山や田んぼ、畑もあります！

今年度が始まり、半年が経ちました。子どもたちはすっかり新しい環境になれ、元気一杯に過ごしています。泥あそび、水・プールあそびなど夏ならではのあそびも楽しみ、心も体も大きくたくましくなったように感じます。

築山でのあそびも人気で、駆け下りたり転がったり、ソリですべったりと思いっきり体を動かして遊んでいます。



**保育理念**  
一人ひとりの子どもたちのかけがえのない今と向きあう

【利用定員】 68名  
【利用対象】 0歳～5歳  
【利用可能サービス】  
延長保育  
地域子育て支援  
障がい児保育



11周年記念 平成30年4月10日



## 高齢者交流

高齢者施設に併設された保育園であるという特色を生かした、お年寄りとの世代間交流を深めています。

高齢者の方とふれあったり歌やダンスを披露しています。



## 子育て支援のご案内

「一時預かり」と「遊び場」

一時保育事業とたんぼぼ広場（0歳～3歳のお子さんのあそび場提供）で、子育て相談・子育て講座・子育て情報発信を行っています。

詳細につきましては東京弘済園ホームページ内（<http://www.kosaien.or.jp>）  
・子育て支援相談（たんぼぼ広場）・子育て支援（一時預かり）をご覧ください。

## 今年も野菜やお米を栽培しています！

年長児さんが中心になって種もみ選別からはじまり、代かき、田植え、稲かりまでを体験します。収穫したお米は、収穫祭でおにぎりをつくって皆で食べます。畑では、トマトやじゃがいも、きゅうり、かぼちゃなどたくさんの種類の野菜を栽培しています。収穫したものを給食の先生が調理をして提供しています。体験とおして、食への関心や理解が深まることを願っています。



## 郷土料理・世界の料理

食育のひとつとして、給食のメニューに毎月、日本全国の郷土料理や世界の料理を提供しています。

6月はサッカーワールドカップが開催されるロシアの料理「オリヴィエサラダ」を提供しました。肉と角切りの野菜と香草をマヨネーズで和えた、ロシアの伝統的なサラダで、考案者のオリヴィエシェフから料理名が名付けられました。新年や祝日の食卓には欠かすことのできないメニューになっています。



## 編集後記

7月に入り、西日本を襲った記録的な豪雨は、広範囲に土砂崩れや河川の氾濫など甚大な被害をもたらしました。被災された皆様には心よりお見舞い申し上げます。

連日暑い日が続き、ややバテ気味ではありますが寒い冬を想像しながら過ごしています。まだ暑い日が続きますが、皆様も水分補給に気を付けて元気に

頑張りましょう！

広報担当

