



東京弘済園だより

No. 8
2020.秋号

新型コロナウイルス感染症—途中経過と願い

理事長(医師) 羽井 利彦

皆様におかれましては、新型コロナウイルス感染症（以下、新型コロナ）蔓延のためストレスが溜まる生活を余儀なくされていることと存じます。

まだコロナ禍の渦中ですが、少し振り返ってみたいと思います。

9月27日の時点で、100万人あたりの新型コロナ死亡者数は、米国 622人、英国 619人、スウェーデン 588人、イタリア 587人、フランス 488人、ドイツ 113人、オーストラリア 35人、日本 12人、韓国 8人、中国本土 3人、台湾 0.3人、となっています。現時点で日本は、外国メディアが「日本の奇跡 miracle」あるいは「謎 mystery」と報道したように欧米と比べれば極めて良い状況ですが、韓国や中国と比べれば多少見劣りがするといったところでしょうか。ですが、私権制限・罰金やプライバシー侵害をともなう強制的な施策がほとんど講じられなかったこと、そして重症化しやすい高齢者が非常に多いことを考慮すると、現時点ではやはりかなり良い方でしょう。国内死亡者数の累計が1,500人台ですから、少なくとも某大学教授が警告したような「(事と次第によれば)42万人死亡する」という事態にはなっていません。

その要因として、日本では医療へのアクセスが世界最高水準で医療レベルが高いこと及び国民の生活習慣が清潔で衛生意識が高かったこと等が挙げられますが—それとも免疫力？—老人ホームなど高齢者介護施設での感染者数ひいては死亡者数が少なく抑えられたことも大きかったようです。「正直、日本に（山中教授が言う）ファクターXというものがあるならば、介護従事者の頑張りに尽きると思っている」と表現した某大学病院勤務の医師もいます。欧州では新型コロナ死亡者の約半数、米国でも約4割が介護施設の入居者だったようですから、確かにそうですね。

東京弘済園でも例年のインフルエンザ対策（マスク、手指衛生、発熱者の隔離など）を徹底し、面会制限、換気、エキストラの消毒などを行った結果、

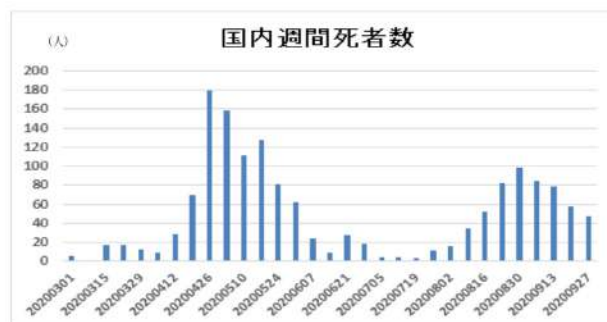
今のところ感染者は出ておりません。全スタッフによる努力の賜物と思っております。特に現場の苦労とストレスは大変なものでしょう。面会制限などからくる利用者のご家族の心労も相当なものと思います。ご理解とご支援に感謝しております。



PCR検査陽性者数の解釈には注意が必要です。ここでは2月24日から9月27日までの国内週間死亡者数のグラフを下に示します。最近では少し減少傾向ながら50～80人ですから、まだまだ、特に高齢者介護施設では気を緩められません。これまでの対策に加えて、全国的に医療・介護・保育従事者が必要時速やかにPCR検査や抗原検査を受けられる体制が必要でしょう。

この秋冬、また準鎖国状態緩和後が勝負所と思いますが、来年お花見の頃までには感染予防対策を続けつつ普通の日常生活—例えば、新幹線に乗って旅行する；お店で会食する；映画館に行く；入院患者や施設入居者と面会する—が普通にできるような雰囲気になっていることを心から願っています。新幹線については、まあ注意（マスク着用、会話自粛、熱や咳が出ている人は乗らない）さえすれば今でも全く問題ないような気がしますが…。換気が十分なら映画館だって。

これからもスタッフ一同感染防止に努めてまいる所存です。新型コロナの一日も早い鎮静化と皆様のご健康をお祈り申し上げます。



◆もくじ◆

- P 2…特別養護老人ホーム 弘済園
- P 3…養護老人ホーム 弘済園
- P 4…ケアハウス 弘陽園
- P 5…弘済ケアセンター
- P 6…三鷹市高齢者センター けやき苑
- P 7…三鷹市東部地域包括支援センター
三鷹市西部地域包括支援センター
- P 8…弘済保育所(おひさま保育園)

■お知らせ■

2020年「東京弘済園まつり」とけやき苑の「地域サービスデー」は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、中止とさせていただきます。

●情報発信●

HPやSNSを通してご利用者の皆さんの様子やイベントレポートなど楽しい情報を配信しております。下記のQRコードを読み取り、ぜひ友だち登録をお願いします。

HP



Twitter



LINE@



ID

@yfg8592v

弘 濟 園

弘済園では、新型コロナウイルス対策として、職員の毎日の検温、マスク着用と手指消毒の徹底などの感染防止に努めているほか、外部との接触を避けるため、ボランティアによるクラブ活動やレク活動は中止しています。また、面会のご家族の都合に合わせて、ライン面会や窓越し・アクリル板越し面会を実施しています。まだまだ、制限のある生活が続きますが、利用者の皆さんが笑顔で過ごしていただけるよう取り組んでいます。

窓越し面会の様子→



納涼会

新型コロナウイルス感染症が、まだ油断出来ない状況の中、弘済園では今年度も無事に納涼会を開催することが出来ました。2F・3F・4Fの各フロアで縁日にちなんだゲームで盛り上がった後、冷たいアイスを頂き、夏のひと時を楽しんでいただく事が出来ました。

金魚すくい



的当て



景品はアイス



介護の必要な高齢者をお世話する施設

【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

敬老のお祝い

今年度は新型コロナウイルス感染症対策として、恒例の祝賀会は中止となりましたが、9月9日（水）に敬老祝賀食事会を行いました。喜寿(77歳)・米寿(88歳)・白寿(99歳)を迎えられた皆様、そしてご長寿の皆様、おめでとうございます。この度、お祝いのお歳になられた皆様からのコメントをご紹介します。※お祝いの対象者は令和2年9月15日時点の年齢です。

- 2F ＊長生きの秘訣は、皆様に感謝する事！キビキビ動く事！とにっこり…(長寿108歳・女性)
 ＊出来る事は自分でやる！食事をきちんと頂く事。本当に有難いね…(長寿105歳・女性)
 ＊好きな物を頂いて長生きしたいわ…(米寿・女性)
 ＊人生色々よね！元気である事が一番だね…(米寿・女性)
 ＊美味しい食事をいつも有難うございます…(米寿・女性)
 ＊これからも楽しく過ごせたら良いな…(喜寿・女性)



- 3F ＊平和が一番！！戦争や変な病気が無くなりますように…(米寿・女性)
 ＊100歳まで頑張りたい…(米寿・女性)
 ＊喜寿を迎えて、これからも元気でいたい…(喜寿・男性)



- 4F ＊おめでとうとお伝えすると「うん」と答えて下さいました…(長寿100歳・女性)
 ＊記念撮影に笑顔を見せて下さいました…(喜寿・男性)

敬老作品

各階の共同制作です。
 (上段左から2階、3階、下段4階)



新たな取り組み



密にならないように、皆さんのお楽しみの『喫茶室りんどう』を各階にて行ないました。大好評です。

ステイホームの頃、ご家族に写真付きのお手紙を送りました。ご家族より「安心しました。」「字がまだこんなにきれいに書けるんだ。嬉しかった。」等のお声をいただきました。

弘寿園では新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として毎日全館の消毒を実施しています。また職員や利用者の方も手洗い・マスク着用・靴底消毒の徹底等を行っています。外部サービスを利用するにあたり訪問される方々にも検温や手洗い・靴底消毒・マスクやフェイスシールドの着用・内履きの持参等のご協力をお願いしています。

母の日

母の日に届いたお花です。とても嬉しい便りになりました。利用者の娘さまから届いた大切なお花が少しでも長く咲いてくれるよう愛情をこめて、毎日水やりをされていました。「いくつになっても嬉しいわ。」と喜ばれていました。



敬老会

9つに仕切られた容器の中に、彩り豊かな沢山のお祝い物が飾られ宝箱のようでした。「食べるのが勿体ない！」としばらく見て楽しんでいました。



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

《コロナ対策》



施設内消毒

健康診断

『高松メディカルクリニック』さんによる利用者の秋の健康診断を行いました。出来るだけ広い空間で数名ずつ行い、胸部レントゲンは移動式の機械でした。皆さん「こんなもので撮れるの??」と不思議そうに眺めていました。



出入口の
手指・靴底消毒



入館チェックシート

誕生会と野菜作り

毎月ある『誕生会』を皆さん楽しみにされています。食事サービス課の方が一から作り、旬の食材を使用し毎回手の込んだ豪華なお食事が待ちきれません。誕生者を祝うお花も毎月届き、お花が好きな利用者が生けてくださり、より豪華な会に！お食事だけでなく、弘寿園では園芸が好きな利用者が今年は"きゅうりとゴーヤ"を苗から育て沢山収穫できました。今では立派なグリーンカーテンに。沢山採れた時には食事サービス課に持っていき皆さんのお食事に出ました。「弘寿園産が一番！」と喜ばれました。



弘陽園では、新型コロナウイルス対策として、基本に忠実に消毒や換気を実施しています。クラブ活動は休止。職員による個別活動の時間を増やすよう努めています。面会は国の指導もあり制限していますが、ライン面会やアクリル板面会を行い、ご家族との時間をつくれるよう配慮しています。



ライン面会



【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いただけます。

【介護型】40名
特定施設入居者生活介護の施設

「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いただけます。

弘陽園一般型が主婦の友社の「ゆうゆう」6月号に掲載されました。記事をご覧ください。たい方はご連絡ください。

一般型 絨ユニット

絨ユニットは、自立・要支援認定の方が対象だけに、長引く外出自粛や条件付きの面会で生活が一変し、この生活が続くと体力や筋力、人々とのつながりが途絶えてしまうとの心配の声が聞かれています。ウィズコロナであっても自分らしく生き活きと生活したい！というお声を受け、中止されていた「マインドフルネス講座」をオンラインで再開しました。松本市在住の講師の先生と弘陽園をZOOMアプリでつなぎ、6ヶ月ぶりの再スタートとなりました。また、



トレーニングスタジオ「イイネ！東北沢」様のご協力いただき、新たに、オンラインでの体操教室を立ち上げました。「健康寿命を楽しみながらのばそう！」を合言葉に大スクリーンに映し出されたジムトレーナーの指導のもと筋力増強運動に励まれています。

介護型 納涼会活動紹介

和ユニット

和ユニットでは『夏のエンターテインメント！祭』をテーマに納涼会を開催しました！！カラオケ大会・フルーツポンチ作り・映画上映会と盛りだくさん！特にフルーツポンチは皆さん「美味しい♪」と大好評でした。



結ユニット

利用者の方のご希望で、食事は「お好み焼き」に決定！その後は夏の風物詩「スイカ割り」を行いました。お好み焼きを沢山召し上がったせいか、スイカを割る棒を振る時は普段以上の運動能力を発揮している方も！（笑）スイカは、もちろんおやつで美味しくいただきました。



萌ユニット

萌では利用者の方からのご希望で昼食は「お好み焼きと焼きそば」を職員が目の前で作りました。皆さん、完食！！昼食後は食休みを挟み「スイカ割り」を開催しました。初めての方も多かったのですが、皆さん笑顔で参加して下さり、とても楽しい時間を過ごされました。



藤ユニット

見た目にも華やかな具沢山の「素麺」を皆さんで調理し頂きました。男性の方も「何か手伝う事はありませんか」と率先して調理に参加「やっぱり自分で作ると美味しい！」と大好評でした。午後は季節の果物（梨・巨峰・西瓜）のバイキング料理を開催！「親戚の集まりみたいで楽しい」等昔を懐かしむお話も多く聞かれました。



弘済ケアセンター

- ・通所介護事業
- ・三鷹市日常生活支援総合事業
- ・認知症対応型通所介護事業
- ・居宅介護支援事業

弘済ケアセンターでは、コロナ対策として、ご利用者に検温やマスクの着用、手指・靴底の消毒の徹底をお願いしています。また、テーブルや椅子などを含む物品の消毒はもちろんですが、3密を避ける工夫も行っています。

4/8に緊急事態宣言が発令された頃、通所を自粛されたご利用者もいました。解除後に通所を再開されると、「体が硬くなっていて動かなかった」「リハビリがきつく感じたよ」「久しぶりにおしゃべりできた」「仲間に会えて嬉しい」など、普段当たり前のように行っていた運動やお仲間との交流がどれほど大切なことだったのか改めて気づく機会となりました。

今夏は夏祭りを開催できませんでしたが、忘年会は例年と形を変え、実施の方向で検討中です。今後も感染症対策をしっかりと行いながら、当たり前のデイサービスの日常を取り戻すべく、知恵と工夫でご利用者と共に楽しみを広げて参ります。



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支援していきます。
通所介護では、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。

【通所介護 定員52名】

- ・通所介護（要介護1～5）
- ・三鷹市日常生活支援総合事業（事業対象者・要支援1・2）
- ・認知症対応型通所介護

40名
12名

【居宅介護支援】

壁面製作



皆さん食事以外は
マスクを着用



手指の消毒

手慣れています。



ホールの扉4枚分の巨大壁画 ～海～



昼食場面

前を向いて召し
上がっています

縁日村



ケアセンターから ご寄付のお願い

館内の消毒に使用するタオルが不足しています。ご自宅にご不用のタオルやバスタオルがありましたらご寄付いただけますでしょうか。よろしく願い申し上げます。



“弘済カチカチ山”上映会



前回号に“弘済カチカチ山”を製作中と掲載しましたが、出来上がり3月19日に約20分の映像(映画?)の上映会を行いました。台本作成から大・小道具作り、俳優・女優としての出演など全てを手作りし、完成までに約1年を費やした、“笑いあり、涙あり”の大作です。

出演された皆さんは、上映後に舞台挨拶を控えていたり、ご家族やケアマネジャーさんが見えなくなっていたりと、緊張した面持ちでした。いざ上映が始まり、お仲間の笑い声や拍手が聞こえると、ホッと一安心。にこやかな笑顔で作品への思いをお仲間へ話されていました。



三鷹市高齢者センター けやき苑

- ・通所介護事業
- ・三鷹市日常生活支援総合事業
- ・認知症対応型通所介護事業
- ・居宅介護支援事業

けやき苑での新型コロナウイルスの感染症対策をご紹介します。
皆さんに安心して過ごしていただけるように、そして安全な環境を提供できるように日々注意を払いながら、毎日の感染症対策を継続しています。
また、毎年秋に開催している『地域サービスデー』についても、新型コロナウイルスによる影響を考慮し、今年は中止することになりました。毎年楽しみにされている皆さんには、昨年度は台風で、今年度はコロナ禍でと2年続けての中止となりましたことをご理解いただきますようお願いいたします。

住所：三鷹市深大寺2-29-13



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。

- 【通所介護 定員62名】
 ・通所介護（要介護1～5）
 ・三鷹市日常生活支援総合事業 50名
 （事業対象者・要支援1・2）
 ・認知症対応型通所介護 12名
 【居宅介護支援】

玄関受付には

コロナ対策実施中！



ポスター掲示



受付表・検温



消毒スプレー（手指・靴底）



受付カウンターのビニールカーテン



玄関～エレベーターまで抗菌マットを敷いています。
車椅子や歩行器の車輪にも消毒しやすいスペース。



朝のお迎え時に



体温測定



マスク着用



手指消毒

消毒

使用した物品や
手の触れた箇所の消毒



食堂

(昼食)



透明パーテーション使用



活動の部屋

部屋の換気



距離をあけた座席



温度や湿度の調節
(冷房・扇風機を併用)

夏まつり



苑内装飾にも皆さんの力を借りて、夏らしい雰囲気づくりをしました。エレベーター前にある紅白の櫓（やぐら）は夏まつりの目玉として撮影スポットにもなり『思い出の一枚』として素敵な笑顔をとたくさん見せていただきました。



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

地域の活動が再開しています！

「コロナ禍の今だからできること」

今年4月に緊急事態宣言が出され、地域の体操やサロン活動なども中止となりました。それから約3か月、7月頃からは少しずつですが活動が再開されてきています。もちろんマスク、手洗い消毒、ソーシャルディスタンスといった対応を取りながらですが・・・

「新しい生活様式」が求められる中、地域でも新たな取り組みが始まっています。1か所に集まることが「密」となるため、「オンライン」を活用し体操などの集まりを再開されたグループもあります。

「画面の中だけど、顔が見えるのでうれしい」「やってみたら意外と簡単にできた」「高齢者だからできないと始めから決めつけないで、挑戦したら良い」など、参加されている方の声に私たちも元気をいただいています。

手作りマスクをいただきました！

牟礼在住の高橋さんが代表をされている「伝統文化と和の広場」の皆さん。コロナ禍で「自分たちに何ができるか」を話し合い、手作りの布マスクを作りご近所の方々へお配りしたところ、思いがけずたくさんのお礼の手紙などが届き、あたたかな心のつながりを感じたそうです。

また、東京弘済園の利用者の方へという事で、200枚を超えるマスクを寄贈いただきました。カラフルなマスクがとても好評です。



弘済園内 1階



☎ 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

「いのじん」にコロナフレイル予防の特集掲載＆「いのじんセミナー」紹介



「こんな時だからこそ」
元気を保つために、出来ることをみつめよう。

高齢者生活のために、お住まいの地域で出来ることをみつめよう。活動する事で体力低下や人との交流が促され、不安や孤独感に悩まされることが減ります。自分自身で出来ることを見つけて心身の健康を保ちましょう！

始めよう！心と体の「セルフケア」

その1「改めて「フレイル」について知ろう」

フレイルとは、高齢者が心身の健康を維持するために必要な活動が不足し、生活の質が低下する状態のことです。

フレイル予防の生活習慣
① 体力をつける
② お口の健康を保つ
③ 栄養をしっかりとる
④ 社会参加をする

→詳しくは次ページへ

西部包括では、コロナ禍で外出自粛期間中、運動不足や精神的にストレスを抱えたり不安が強くなってしまいう高齢者向けに、自宅で取り組めるコロナフレイル予防やコロナうつ予防の対策を掲載した特集号を作成し、地域に配布しました。

「始めよう！心と体のセルフケア」と題して、フレイル状態（筋力や認知機能の低下）にならないために、①運動 ②口腔（お口の健康）③栄養改善 ④社会参加の取り組み方を紹介し、また心の健康を保つことをテーマに、心がまえや過ごし方を紹介し好評をいただきました。

また新生活様式が模索される中、オンラインを活用した暮らし方が注目されています。そこで、

スマートフォンを活用した人とのつながり作りや買い物などが出来ることで生活を便利に快適にできる

ように、今年度のいのじんセミナーは、「スマホをもっと活用しよう！」というテーマで講座を開催しました。開催にあたっては、シニアSOHOさんにご協力いただきました。地域に開催案のチラシを配布したり広報した所、3週間で定員に達し、注目されている企画であると実感しました。



9/29に開催した事前相談会

けやき苑内 1階



☎ 0422-34-6536

【担当地区】三鷹市

井口・深大寺
野崎2～4丁目

その他地域活動紹介

毎月、地域のケアマネさん、介護事業者さん、医療機関などの皆さんが集まって、関係構築の為にケア専門職交流会を開催しております。コロナ禍で、しばらく中止しておりましたが、地域の関係者から再開を熱望する声もあり、感染対策をしつつ、7月から再開し、皆さん、久しぶりに会えて喜ぶ声が多数聞かれました。



おひさま保育園



今年度は 新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、プールや様々な行事の中止を余儀なくされています。そのような中、子どもたちに少しでも思い出となるものを密にならない方法で何かできないものか検討し、「お神輿の練り歩き」「縁日ごっこ」「色水あそびなど」を行ってきました。また、秋には5歳児だけの運動会や遠足の代わりとして、芝生広場でお弁当を食べる事など、良き思い出となるような行事の開催を予定しています。



お神輿の練り歩き

「わっしょい！わっしょい！」と声をだして、自分たちで作ったお神輿を一生懸命に担ぎ、高齢者の方も室内より観ていただき、声援と拍手もいただき、子どもたちはうれしくて、より頑張っていました。



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

縁日ごっこ

ヨーヨー釣りやくじびき、ワニパク（もぐらたたきのようなもの）を楽しみました。ヨーヨーが釣れたり、くじ引きで景品がもらえると「やったー」と目を輝かせて喜んでいました。そんな子どもの姿に保育者もうれしかったです。



色水あそびなど

コロナウイルスの影響により今年はプールはできませんでしたが、色水あそびや寒天あそび、氷あそびなどの感触あそびをとおして夏のあそびを楽しみました。



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ぽぽ広場（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

(<http://www.kosaien.or.jp>)

- ・子育て支援相談(たんぽぽ広場)
 - ・子育て支援(一時預かり)
- をご覧ください。



田植え



今年度もお米づくりをしています

5歳児が種もみ選別をし、実がしっかりつまった種もみを育てました。田んぼの土台づくり、代かき（どろんこあそび）を行うと、土と水の感触に「きもちいい～」と楽しんでいました。苗もグングンと生長し、りっぱに育った苗を一つひとつ丁寧に植えていました。稲が育ったら、脱穀、もみすり、精米をしてできた「おひさま米」でおにぎりを作り頂きます。



種もみ選別



代かき



〈お願い〉

館内の消毒に使用するタオルが不足しております。ご自宅にご不用のタオルやバスタオルがございましたらご寄付いただけますと幸いです。よろしくお願ひ申し上げます。

【編集後記 広報担当】



感染症対策への皆様の温かいご支援と多大なるご協力、ご理解に心から感謝申し上げます。緊急事態宣言の期間中、保育所入口の励ましのエールが目にとまり、希望と勇気がわきました。引き続き職員一同、力を合わせ、コロナ禍を乗り越えて行きたいと思ひます。よろしくお願いいたします。