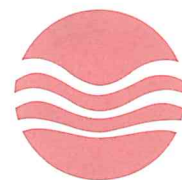


ひだまり



MOTHERTH

MOTHERTH NURSINGHOME FOR THE AGED

応 援 歌

社会福祉法人マザアス

理事長 高原敏夫



施設内研究発表会にて

2009年11月24日作詞家、丘灯至夫が92歳で亡くなりました。

「高校三年生」「高原列車は行く」「憧れの郵便馬車」等が代表作で、アニメの主題歌でも「ハクション大魔王」「みなしごハッチ」「ガッチャマンファイター」などが知られています。80歳を過ぎた頃からあの世を意識し始め、旅立ちを明るく歌う詞を書こうと「あの世はパラダイス」「霊柩車は行くよ」を作り小林亜星が曲をつけて発売されたそうです。これは「亡くなっていく人への応援歌、大往生賛歌です」と話したのが91歳のときでした。

この「霊柩車は行くよ」は、葬儀場に乗り付けた霊柩車の前でお別れをした後、クラクションが長く鳴って出発するまでの数分間をイメージしたものです。本人は翌年に亡くなったわけですが「百歳音頭」も製作中だったともいわれています。

「霊柩車はゆくよ」の歌詞

いろいろ お世話に になりました
 なにかと お手数 かけました
 これから行きます 参ります
 ああ あの世と いうところ
 どこのどなたも どなたも誰も
 帰ってきたひと いないとこ
 どんな素敵な ところでしょう
 これから行きます 参ります
 さようなら さようなら さようなら
 霊柩車はゆくよ まいります
 霊柩車はゆくよ ゆくよ

この歌は、高齢になったら楽しみながら、あの世に行って欲しい、死ぬことは悲しいことではない、新しい世界に行くんだ、という気持ちで行ってもらいたいと思って、この歌は生まれたようです。あの世は良いところだから希望をもって、楽しいところだから行ってらっしゃい。ああ行きますよ・・・という気持ちでお葬式を出して貰えれば有難い。と言ったそうですが、翌年亡くなられました。

人はさまざまな「別れを」経ながら、加齢していきます。「職場から」「友人と」「両親と」「兄弟姉妹と」……次は誰にも等しく自分の番がやってくるわけです。

「死んで花実が咲くものか」という諺がありますが、その意味は「死んだらよいことがあるなどというが、それは間違いだ」「枯死した木に花が咲いたり実がなったりするためし

はない」と言いながら「生きていればこそまたよい時も来る」ことに強調点があるようですが、それも時間の問題です。

その時は「枯死した木」というような諦めの気持ちではなく、「あの世はパラダイス」のイメージを持って逝きたいものです。

理事・評議員からのお便り

今回は当法人の児玉桂子理事にお願いしました。

児玉先生とマザアスの関わりはお読みいただければお分かりいただけると思いますが、いつも適切な助言を頂きマザアスの成長発展に寄与してくださっています。

日本社会事業大学大学院特任教授
社会福祉法人マザアス

理事 児玉桂子

マザアスでは認知症ケアの向上を目標に掲げて、パーソンセンタードケア（その人中心のケア）の研修や実践に取り組んでいます。マザアスで職員とご一緒に取り組んできた「6ステップの施設環境づくり」も、認知症の人のその人らしい暮らしを支える有効なケア技術といえます。

施設環境づくりに初めて取り組んだのは、特別養護老人ホームマザアス東久留米です。マザアス東久留米では、2003年から個々の認知症の人に寄り添うケアを従来型施設の中でいろいろ試行して、ついに2008年に大改修をして今日のようなユニット単位の家庭的なケアと環境に到達しました。新しい環境がケアプランに反映され、個々の方の役割や活動の幅が広がり、利用者の暮らしは豊かになっています。

その後、2009年にデイサービスセンターマザアス氷川台でも、空間を3つのコーナーに分ける環境づくりを行い、家庭での過ごし方も取り入れながら、認知症の方々の活動の幅を広げることが出来ました。デイサービスセンターマザアス氷川台では、2011～2013年に利用者の活動にふさわしく家具や物の配置の見直しを行い、利用者の自立や交流の促進に効果をあげています。この取り組みには、アクティブ福祉in東京'13で東京都福祉保健局局長賞が授与されました。また、2010年に開設された地域密着型施設マザアス新宿には、こうした職員のケア環境への経験が、建物の設計や家具や食器などの選択に活かされました。

こうした施設環境づくりのあゆみをさらに進めるために、自宅でなじんだ暮らしや身近なものを居室づくりに活かす取り組みを進めていただきたいと思います。また、施設環境づくりの経験を共有するために、職員が相互に施設訪問して学びあう取り組みが有効です。



2014賀正【2014年01月01日(Wed)】

新年、明けましておめでとうございます。本年もマザアスをよろしくお願い致します。



施設長が着物であいさつ。今年のおせち料理はこちらになります。皆さん、お酒を片手に楽しませていました。そして、新年のごあいさつとしてサプライズが!!

獅子舞に噛まれると、その年一年健康に過ごせると言われています。これで心身バッチリ!!

「施設長とゆかいな仲間たち」が、各ユニットと各サテライトの10カ所でハンドベル演奏を行いました。「お正月」「雪」の演奏と共に合唱して、一年が笑顔で始まりました。

平成25年度施設内研究発表会から

マザアス東久留米

今年度は6部門から発表があり、以下の2題が選ばれました。日本社会事業大学大学院の児玉桂子先生を助言者にお招きしました。年々発表の内容が充実していることや視点のとらえどころなど、講評を頂きました。また、来賓の方々の助言もいただき活発なご意見を数多くいただき活気ある発表会となりました。



発表者の真剣さが伝わってきます。発表が終わって発表者と聴講者との意見交換の様子です。来賓の方は26名参加してくださいました。

1位に選ばれたのは

「マザアス健康体操の取組と今後の展望」デイ冰川台です。

発表者 池添明美 (いけぞえあけみ) ・ 介護予防運動指導士 清水法子 (しみずのりこ)

取り組んだ課題

- ①平成 18 年の介護保険法改正に伴い、地域の介護予防ニーズとしての健康体操の実施
- ②介護予防体操が出来る職員の育成
- ③地域包括支援センターとの連携
- ④デイサービスに「介護予防推進委員会」を設置

具体的な取り組み

平成 18 年 4 月の介護保険法改正により、介護予防重視型のシステムが導入された。これを踏まえ出来るだけ元気な状態を維持し要介護状態にならないための方法として、平成 20 年 12 月からマザアスのボランティアや地域に住む方に対して介護予防体操「マザアス健康体操」を実施している。

マザアス健康体操開始から 5 年が経ち、健康体操教室を卒業された方が新たに健康体操のグループを立ち上げ、住んでいる地域で活発に活動を展開している。また、平成 24 年 10 月より地元冰川台自治会からの要請で、介護予防運動指導員が直接地域に出向き 2 回の健康体操が開始された。

更に平成 25 年 10 月から地域包括支援センターからの依頼で地域包括支援センター主催の健康体操教室「足腰強化！体操教室」にデイサービス職員が出向し地域の皆さんを対象に介護予防体操を実施している。地域の介護予防ニーズに対応していくために、デイサービスで「介護予防推進委員会」を立ち上げ、情報の収集、人材の育成に向け取り組み始めた。

取組の成果と評価

マザアス健康体操開始から 5 年間を経て健康体操の自主グループ化が進み、地域に健康体操の輪が広がってきている。地域包括との連携により活動が拡大したと同時に、デイサービス職員のスキルアップにもつながっている。健康体操を通じて地域との交流が深まり介護予防に対しての意識向上が進んできている。

今後の課題

- ①地域の介護予防ニーズに積極的に取り組んでいくための人材の育成
- ②自主グループを立ち上げるための支援の強化とその後のフォローアップを充実する
- ③健康体操の成果をデイサービスご利用者へ還元して行くために、職員全体のスキルアップを図る



2位に選ばれたのは

「災害時の対策 ～ケアマネージャーとしてできる事～」です。

発表者 篠田弘美・中村明彦

取り組んだ課題

災害が発生しても常に冷静に行動できるように、対応を事前に検討しておく必要があると考え、災害時の対策について以下の2点について取り組むことにしました。

1. ご利用者様の不安を把握する。
2. 災害時の対応を決めておく。

具体的な取り組み

1. ① 災害時についてのアンケートを実施する。
② ご利用者の具体的な不安・困りごとの把握する。
③ ケアマネージャーとして出来ることを検討する。
 - 緊急避難場所・事業者連絡先等を記入した貼り紙の配布を行う
 - 市役所で行っている、災害時要援護者登録制度の説明を行う
 - ご利用者への訪問時に災害時の不安等についての話をし、不安解消に努める。
2. ① 災害時対応リストを作成する
 - 基本情報等を地域別に紙ベースで管理する。
 - 住宅地図にご利用者の自宅の場所を示しておく。
 - スムーズに安否確認が出来るようにする。
 ② 災害時フローチャートを作成する。
 - 電話でのご本人、緊急連絡先、利用している事業所等への安否確認を行う。
 - ご自宅を訪問しての安否確認を行う。
 - 緊急連絡先をまとめた一覧表を作成する。

取組の成果と評価

- ◎ 災害時にケアマネージャーとして出来ること・すべきことを整理することができた。
 - 状況の確認
 - 安否確認
 - 避難誘導・安全確保
 - 家族への連絡・連携
 - 医療・各サービスとの連携
- ◎ 災害時の対策として、漠然と考えていたことが、話し合いを行っていくことで整理することができ、どのような対策を行っていくべきか明確にすることができた。
- ◎ 災害時対応リスト・災害時フローチャート等の書式を作成した。

今後の課題

- ◎ 災害が起こったことを想定して訓練を行っていく。
- ◎ 作成した書式の見直しを随時行っていく。
より多くの状況を想定しての対応を検討していく。
- ◎ 居宅内だけでなく、他部門とも連携した災害時の対策を検討していく。
- ◎ 地域の方との連携を深め、災害時の話し合いの場を作っていく。



その他の演題

- 1 園芸療法の取組 ～余暇時間の充実に向けて～ 生活介護課
- 2 腰痛予防対策で心配御無腰（ごむよう）～施設内で実施した腰痛問診票の集計結果と取組～ 看護課リハビリ
- 3 認知症高齢者の精神ケア ～異なった生活スタイルを持った男性ご利用者の個別ケア～ グループホームおがわ
- 4 高齢者福祉施設における電力デマンドの活用について ～第二章 デマンド調査報告と節電対策～ 総務課

特別に編集委員会が選んだのは

「高齢者福祉施設における電力デマンドの活用について ～第二章 デマンド調査報告と節電対策～」です。

契約電力とは ⇒ ⇒ 基本料金計算のもとになる ⇒ ⇒ 削減に取り組みました。

たとえば、ある年の7月の契約電力は…

前年8月の最大デマンドが契約電力となります。



発表者 藤田 光・総務課 河原新一・関口乙彦

取り組んだ課題

3.11 震災の影響、原発の停止などにより、社会全体で節電に取り組んでいる。当施設においても、こうした社会情勢や経費削減の一環として、節電に取り組みたいという趣旨からこのテーマに取り組んだ。同一テーマを前年度より継続し、内容をさらに深めたい。
日本テクノ社のデマンド計で細かい電気使用状況を把握して、実際の節電対策もタイムリーに行いたいと考えてきた。2013年夏季を中心に、電力利用状況分析を行い、実績を報告する。また、節電対策を効果的に進めていく啓蒙資料を作成したい。次の具体的な目標設定の基礎資料にしたい。

具体的な取り組み

(デマンドの概略〈復習〉)

- ◎ デマンドとは、30分間における平均使用電力(単位: kw)のことである。デマンド計は、記録・常時監視をし、30分ごとの情報を発信し設定デマンド値を超えると警報で知らせる。(日本テクノ社)
- ◎ 電気料金の仕組み
電気料金=基本料金+電力量料金+再エネ賦課・税他
基本料金は、その月の使用電力量に関わりなく毎月かかる一定金額。
- ◎ 契約電力
当月を含めた過去1年間の最大デマンド=契約電力
(たった30分間の最大デマンド値が契約電力に)
- ◎ 最大デマンドは、257kw(2011年)から239kw(2012年)に引き下げることができた。

(2013年夏季のデマンド報告、電気料金報告)

- ◎ デマンドの記録から分析してみる
デマンド資料(年間、月間、1日)
最大デマンドは、8/12(月)14:00~14:30
217kw(前年239kwより22kw引き下げ)
- ◎ マザアスの電気料金について
基本料は、360,231円(月額)(9月分より)
電力使用量は、736,800kwhで0.4%減。
電気料金は値上げの影響で1,612万円で9.0%増。

取組の成果と評価

デマンド計の活用により、前年より契約電力を引き下げることができた。(239kw→217kw)
総使用電力量は0.4%減となった。但し、電気料金は、値上げにより増加した。今後、各部門に節電の取組継続を呼びかける。次のデマンド目標を199kwとしたいが、そのための節電実施の具体的な取組を考える。

今後の課題

- ◎ ご利用者の居住環境を維持し、職員の労働環境を整えつつ、節電目標を設定したいと考えている。節電をしながら、いかに好環境を維持するか、きめこまかな設定を考えないといけない。たとえば、エアコン稼働の効率、分散。夜間電力や待機電力の低減。
- ◎ LED化、省エネ機器の更新の準備を進める。
- ◎ 一人一人がこまめに節電を行う。

マザース東久留米から

総合防災訓練 11月8日

一斉放送で始まり
非常ベルが鳴ります。
緊張するご利用者もいます。
訓練と言えども、
と考えます。
職員も緊張は抜けません。

- ◎避難訓練IFパントリーで火災が発生した想定。全館で実施
 - ◎訓練用消火器による消火訓練
 - ◎訓練用AED*による心肺蘇生訓練
- *AED・・・自動体外式除細動器。心肺停止状態の蘇生に使用する。



フロアでの安否確認も



ご利用者の模擬者搬送も



消火器の訓練も・・・消防署の指導の下、真剣です



近隣の自治会も参加して



AED 講習会も自治会のみなさまと共に



訓練後の安否確認報告を受け

この後に消防署の方から講評を頂き訓練を終了しました。

今年も全館の総合防災訓練を行いました。昨年の反省も踏まえ訓練に臨みました。特に今回は近隣自治会のみなさまの参加もありご協力を頂きました。消防署員の方の

講評も頂き次回訓練のアドバイスもいただきました。次回は今回の教訓を生かした更に向上した訓練にしたいと思います。

マザース日野便り

～デイサービスより～ 1/6



平成26年1月6日にデイサービスの新年会と100歳お祝い会を行いました。新年会では各職員がアイディアを出して獅子舞いや福笑い、黒田節を披露して新年会らしく

にぎやかに季節を感じていただきました。100歳のお祝い会では大きなケーキと共に全員で元気に万歳三唱をして素敵な時間を過ごしました。



～特養より～ 1/6

平成26年 新年会

マザース日野では、今年も新年を盛大に祝いました。まずは、衣川施設長より新年のご挨拶がありました。「人は、自分の力で生きてきたと思っているが、実はこの世を去るまで生かされているのである。生かされているご利用者の人生最期に縁あって関わらせて頂いていることは意味のあることである。働く者はもっとその点を認識し、謙虚にお世話をさせて頂くべきである」と、ご利用者に訴えました。

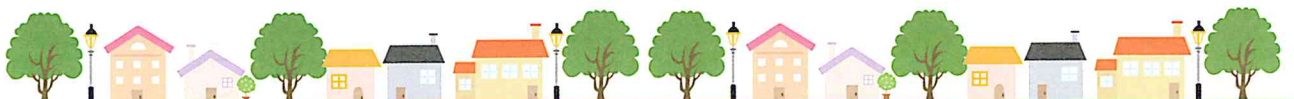
その後、ご利用者、ご家族、職員一同で乾杯です！栄養課特製のおせち料理を召し上がりながら新年を迎えた喜びをわち合いました。



2階では、1月誕生月のご利用者が9名おられるため、

午後は、誕生会も併せて行ないました。お一人お一人に誕生カードを渡しなが、長寿の秘訣などを伺いました。ある男性利用者に、書き初めで今年の抱負を一文字で表して下さいとお願いすると「笑」という文字を書いて下さいました。

ご利用者、ご家族、職員、それぞれの立場で笑顔が絶えない施設運営をしなければと、職員一同が誓いを立てた元旦でもありました。



マザアス新宿便り

～オーストラリア便り～



研修から：マザアス新宿 地域密着型特養 関村恵美



この度、皆様の協力を得て、11月に約10日間、愛恵福祉支援財団の主催するオーストラリア研修に参加させて頂きました。オーストラリアのクィーンズランド州イプスウィッチ市にある入所施設のオリエンテーション、施設見学、オーストラリアの高齢者介護・認知症の方への対応等の講義、体験実習、通所施設の見学等、貴重な体験をたくさんさせて頂きました。



オーストラリアの高齢者介護・認知症の方への対応等の講義、体験実習、通所施設の見学等、貴重な体験をたくさんさせて頂きました。

介護を受ける人が、介護が必要な状態になっても、楽しく、幸せな気持ちで生活が出来るようにと精神面、感情面も配慮したケアが身体介護と同様に重視されていること、それを介護現場がしっかりと実践できるように教育がされていること、どのような人も受け入れる大きな心を皆が持ち、心から情熱を持って楽しく笑顔で介護を提供されていました。

日本とオーストラリアの違いもありましたが、マザアスが目指しているもの、私が目指しているケアに近いものを直接見る事が出来、とても刺激的な10日間を過ごすことが出来ました。現在の状態に満足することなく、更に利用者様中心に物事が考えられ、ご利用者にとってより良いケアが提供されるように私たち介護職員もステップアップをしていかななくてはならないと強く感じる事が出来ました。他事業所からの協力もあり、とても貴重な体験をさせて頂きました。ありがとうございました。



ここからまつり [2013年11月17日(日)]

「第3回ここからまつり」が開催されマザアス新宿も参加しました。

- 模擬店
(豚角煮入ちまき・中華まんなどの販売)
- 射的・輪なげ
- 介護用品の展示



職員紹介

趣味などを中心に「現場の人のこんな一面」を知って頂こうという特集です。
毎回各施設から推薦していただき紹介していくコーナーです。

シリーズ第一回

マザアス東久留米 特養 生活介護課から 八木直治

はじめまして。5年ほど前からマザアス東久留米の特養で働いています。

他業種からの転業です。入職当初は思った以上にコミュニケーション力が問われる仕事であることに驚きました。介護の面白さ、奥深さをかみしめながら日々働いています。



わたしの趣味

半年ほど前からヒョウモントカゲモドキというヤモリを飼っています。笑顔は凛々しく、寝顔はやさしく、時々こちらを見てウインクしてくれたりします。もっとも、あくまで爬虫類ですから、人に慣れて甘えたりはしません。触られるのは嫌がります。適度に距離をとって飼う生き物です。大変なのは餌のコオロギを飼うこと。鳴き声に悩まされます。



インド北西部からアフガニスタンあたりの草原や荒地が住処



あとは便秘の心配や、ケージの温度を保つことでしょうか。写真を見て「あら、ライオン」と言ってくださったご利用者がいます。だいぶ近いです。ヒョウモンの名のとおり豹柄です。英名はレオパード・ゲッコーといい、愛称としてレオパと呼ぶ人も多いです。体長は20センチほどと小柄ですが寿命は10年を超えます。末永く付き合っていきたいと思っています。

東京都福祉保健局局長賞を受賞

第8回 高齢者福祉研究大会「アクティブ福祉in 東京'13」研究発表にて

マザアス東久留米デイサービスセンターマザアス氷川台が局長賞を受賞

取り組んだテーマは
デイサービスの環境づくり
～ご利用者の自立支援につなげる取り組み～
発表者：大野智美他



◎職員各自が「床が汚い」「物が溢れていて雑然としている」など環境に関する意見を漠然と持っていたが、PEAP(認知症ケアユニットの環境評価のための研究ツール)をデイサービスの環境改善に援用することにより、環境を改善するため道筋がより明確になった。◎デイルームを写真撮影することで具体的なイメージがつかみやすくなり、職員全体に改善点の共有が可能になった。◎ご利用者から意見を募ることにより、職員だけは気づかない点に気づかされた。たとえば床材に関し、汚れにくいフローリングがいいと職員一致の意見だったが、ご利用者の中には汚れやすい素材ではあるが絨毯のような高級感のあるものがいいという意見もみられた。多様な意見があり、それらを考慮しながらよりよい環境を見出す必要があることに気づかされた。

《活動の成果と評価》から抜粋

「看取り介護実践フォーラム」(全国老人福祉施設協議会主催)にて

第2部

「特別養護老人ホームの看取りの実践」 で施設を代表して実践発表をしました。

開催趣旨

我が国の高齢者の医療・介護は2025年から需要のピークを迎えます。自分らしく老い、最期まで自立と尊厳をもって過ごすためには、私たちひとりひとりが「生活の質」そして「死の質」について真剣に向き合うことが必要です。本人も家族も望まない延命治療や、終末期における過剰な医療の介入、高齢者世帯や独居世帯の増加、介護サービスの不足等、社会保障制度の矛盾や課題が山積しているのが現状です。このフォーラムでは、特別養護老人ホームの『ケアの完成』としての看取り介護を紹介するとともに、これから的高齢者医療・介護の在り方についてともに考える機会とします。



内容

- 第1部 基調講演「平穏死のすすめ～
高齢者医療と介護の今」医師 石飛孝三氏
第2部 「特別養護老人ホームの看取りの実践」
第3部 「2025年の超高齢化社会を考える
QOLからQODへ」

マザース東久留米特別養護老人ホームの看取り介護の実践 (要旨)

●ステージに応じた支援 ⇒ 看取りを視野に入れた支援

新規入居

環境の変化による不安やストレスの軽減、安心感のある環境(精神的・物理的・空間的)の提供

安定期

最良の状態の維持、新たな疾患の阻止、既往症の再発防止、合併症、感染症の予防「その人らしい暮らし」の支援、居場所づくりと生活の質の向上

不安定期 ・衰弱期

変化の兆しを早期に発見・対応、主治医との密なる連携家族への情報提供・意向確認・協力要請・症状に応じたケア、状態の維持改善、精神的不安の除去、その人らしさの維持

看取り期

心身の苦痛緩和、安心安楽な環境、その人らしさの維持、尊重、孤独感・恐怖感の軽減、主治医・家族との連携、死の兆候を把握、過程の見届け、本人・家族の死の受け入れ方の把握と対応

施設長 松澤雅子



●マザースでの最近の傾向

高年齢、重度、衰弱期での入居

在籍期間が短かく、入居後間もなく看取り期へ移行、又は、すでに看取り期での入居

十分な意思疎通が出来ない状態での入居

信頼関係が十分構築されていない中での看取り

医療的ケアが必要な方の入居

ご本人の心身の状態＝“いつも”がよくわからない中での看取り

●マザースでの最近の傾向

- ◎他機関と連携した看取り支援
- ◎地域や家族との情報交換、連携
- ◎「自分らしく生き、逝く」を考える文化の発信
- ◎内部環境、体制、発想の転換

住み慣れた地域で安心して暮らし続け
穏やかに人生を終えるための連携



手塚清三郎 前理事長を偲んで

社会福祉法人マザアス理事
千先 勉

マザアス理事として、1994年から4年半、続いて10年間理事長としてお支えくださいました。手塚清三郎氏は昨年11月28日眠りにつかれました。地下鉄車輛整備を手掛ける手塚車輛の社長、そして会長として最後まで活躍されました。実業家らの視点からマザアス運営に多大な貢献をしてくださいました。荻窪にあります天沼教会の長老でもあり、そのクリスチャン精神をいたるところで発揮し、奉仕を惜しまない生き方を貫かれた方でした。特に老人福祉には強い使命感をもって、働きの後押しを物心両面であらわしてくださいました。そうした数々の働きに、都知事より高齢者福祉功績者として受賞されたこともありました。



高齢者福祉功績者受賞の時の写真から

手塚清三郎前理事長マザアスに於ける経歴

- 1994年 平成 6年 7月12日 理事新任
- 1998年 平成10年10月20日 理事長就任
- 2005年 平成17年10月26日 東京都知事より高齢者福祉功績者受賞
- 2008年 平成20年10月20日 理事長退任

法人役職者研修(3回目)



(株)アイギス 脇氏による研修は「プリセプター制度導入について」であった。内容は多岐に渡り、専門性、社会性、人間性を、そして、基本理念をしっかりと、コンプライアンスの考え方を、最後にクライスマネジメントを学びました。



マザアス東久留米のデイサービス氷川台がアクティブ福祉in東京'13研究発表にて東京都福祉保健局 局長賞受賞。これに対して法人功労賞を授与された。



高原理事長からは「最近の福祉情勢」を米国の制度と比較でお話され、地域密着・連携型のイメージを語っていただいた。



当法人の理事である上田氏からは、大切な基本理念についての研修が持たれた。



今年度3回目となる役職者研修を行いました。当初予定していた10月が台風に見舞われ延期になっていた研修であります。暮れで大変な時期に重なった割には70.8%とまずまずの出席率で送り出してくださいましたスタッフのみなさまに感謝でした。新入職員のオリエンテーションもそうでしたが基本理念を重点テーマとして掲げた研修でありました。

■特別養護老人ホーム マザアス東久留米

TEL：042-477-7261 FAX：042-477-7500
〒203-0004 東久留米市氷川台2-5-7

■デイサービスセンター マザアス氷川台

TEL：042-477-7263 FAX：042-420-5388
〒203-0004 東久留米市氷川台2-5-7

■ヘルパーステーション マザアス氷川台

TEL：042-477-7260 FAX：042-477-0977
〒203-0004 東久留米市氷川台2-6-6

■グループホーム ひかわだい

TEL：042-477-2150 FAX：042-477-2150
〒203-0004 東久留米市氷川台2-6-6

■居宅介護支援事業所 マザアス氷川台

TEL：042-470-1740 FAX：042-477-0977
〒203-0004 東久留米市氷川台2-6-6

■デイサービスセンター マザアス大門

TEL：042-470-0065 FAX：042-470-8024
〒203-0011 東久留米市大門町2-10-5

■東久留米市東部地域包括支援センター

TEL：042-473-9996 FAX：042-470-8024
〒203-0011 東久留米市大門町2-10-5

■グループホームたきやま

TEL：042-477-1525 FAX：042-477-1525
〒203-0032 東久留米市前沢5-25-14

■グループホームおがわ

TEL：042-349-0160 FAX：042-349-0161
〒187-0032 小平市小川町1-113-8

■特別養護老人ホーム マザアス日野

TEL：042-582-1661 FAX：042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■デイサービスセンター マザアス多摩川苑

TEL：042-582-1675 FAX：042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■ヘルパーステーション マザアス多摩川苑

TEL：042-582-1673 FAX：042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■居宅介護支援事業所 多摩川苑

TEL：042-582-1672 FAX：042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■日野市地域包括支援センター 多摩川苑

TEL：042-582-1707 FAX：042-582-1730
〒191-0024 日野市万願寺1-16-1

■グループホーム たまだいら

TEL：042-589-3668 FAX：042-589-3669
〒191-0062 日野市多摩平2-13-14

■小規模多機能ホーム みなみだいら

TEL:042-594-5780 FAX：042-594-5781
〒191-0041 日野市南平3-10-2

■小規模多機能ホーム さかえまち

TEL：042-582-1801 FAX：042-582-1802
〒191-0001 日野市栄町2-17-1

■居宅介護支援事業所 栄町

TEL：042-582-0311 FAX：042-582-1802
〒191-0001 日野市栄町2-17-1

■地域密着型特別養護老人ホーム マザアス新宿

TEL：03-5285-2531 FAX：03-5285-2535
〒160-0022 新宿区新宿7-3-31

■グループホーム つつじ

TEL：03-5285-2532 FAX：03-5285-2535
〒160-0022 新宿区新宿7-3-31

■小規模多機能ホーム さくら

TEL：03-5285-2533 FAX：03-5285-2535
〒160-0022 新宿区新宿7-3-31

芸術の秋！書道の秋！ [2013年11月06日(水)]

11月に入り、秋も深まってきましたね。芸術の秋ということで本日のプログラムは書道を行いました。御年100歳を迎えられたOさん、さすが達筆です：「デイサービスセンターマザアス氷川台湧泉の郷」



ヨーグルトカルピスゼリー作り [2013年11月15日(金)]

本日はクッキングレクリエーション、ヨーグルトカルピスゼリーを作りました、作り方はとっても簡単。ヨーグルトとカルピスをまぜ、ゼラチンを入れて冷蔵庫で冷やし生クリームとフルーツをトッピングしたら出来上がり。：「デイサービスセンターマザアス氷川台湧泉の郷」



平成25年度自衛消防活動審査会 [2013年11月28日(木)]

今年も日野消防署主催の「自衛消防活動審査会」に参加しました。参加者は、指揮者：坂本職員 1番員：小嶋職員 あいにく雨天の下の開催でしたが、屋内消火栓Dグループ10隊の中、見事準優勝でした!! 休みや業務忙しい中、二人とも真剣に訓練に取り組みました。坂本職員、小嶋職員お疲れ様でした。



編集後記 ひだまり No.69

地図を見るのが好きです。地図上の狭い道をつたっていくのが楽しい。平坦な武蔵野で暮らしているからでしょうか、海や山が入り混じった地形に心惹かれます。リアス式海岸が好きで伊勢・志摩には2度行きました。三陸にも行きたいのですが機会を逃してばかり。このところフィヨルドが気になります。これは素晴らしい。今、国土地理院の5万分の一地形図で瀬戸内海の屋代島(周防大島)を見えています。ミカン畑に揺れる柳を想像します。この号が出ているころにはここを自転車で走ります。晴れますように、晴れますように。

まったく広報とも介護とも関係のない編集後記でした。(八木)