

村山苑

ほんちょう

ケアセンター

社会福祉法人 村山苑

ほんちょうケアセンター, 189-0014 東村山市本町 3-43-1

HP: <http://honcho.murayamaen.or.jp/care.html>

E-mail: care@murayamaen.or.jp

TEL 042(399)2102

発行責任者: 畠山 千春

2020年5・6月号

令和2年6月1日 発行



新聞紙で かぶと を折りました

・ **デイサービス便り(2P)**

・ **地域包括支援センターを知る。** ・ **ナースタイム(3P)**

・ **簡単! ヘルパーレシピ** ・ **デイサービス便り 番外編(4P)**

表紙の写真 : デイサービス便り「童心にかえって」より



デイサービス便り



童心にかえって



こどもの日を前に新聞紙で兜（かぶと）を折りました。頭にかぶれるように一人一枚、大きな紙で折ったので、苦戦されている方もいましたが、途中で折り方を思い出して、あっという間に折り終わった方もいました♪楽しい時間でしたね。



子どもの頃を思い出すわ

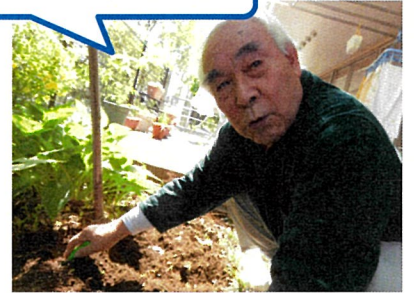
外は気持ちいいわね～



園芸クラブ

今年も園芸クラブの活動が始まりました！花の寄せ植えに始まり、キュウリやミニトマトの野菜も植えました。園芸に詳しい利用者様に教えていただきながら、皆で収穫を目指しましょう！

何でも聞いてね



頑張りました



マスク縫いました♪

水曜日、創作クラブです。今回は、マスクを手作りしました。表布を皆さんに選んでいただき、顔に当たる部分にはガーゼをつけました。自分好みのマスクが完成し、皆さん大満足。素敵な仕上がりですね。

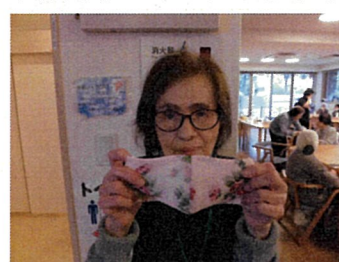
素敵に出来たわ♪



初めて裁縫したよ～



うまく出来たわ



簡単だったわ



刺激が足りなくなっていますか？

毎日、午前中の体操の時間に組み込んで実施しています。最近では、午後のレクリエーション時にも取り入れ、日に数回ご参加いただいています！一緒に「良い混乱」を楽しみましょう☆





地域包括支援センターのご案内 高齢者の総合相談窓口です

地域包括支援センターはこのような支援や相談を行っています

介護予防を応援します！

要支援1・2、事業対象者の介護予防ケアプランなどを作成して、効果を評価します。



さまざまな相談に対応します！

高齢者に関するさまざまな相談を受け、必要なサービスにつなぎます。



積極的に
ご利用ください



看護職 主任ケアマネジャー 社会福祉士

医療と介護の連携で 在宅療養を支援します！

認知症の相談、在宅での療養生活・医療ニーズの高い相談にも対応します。

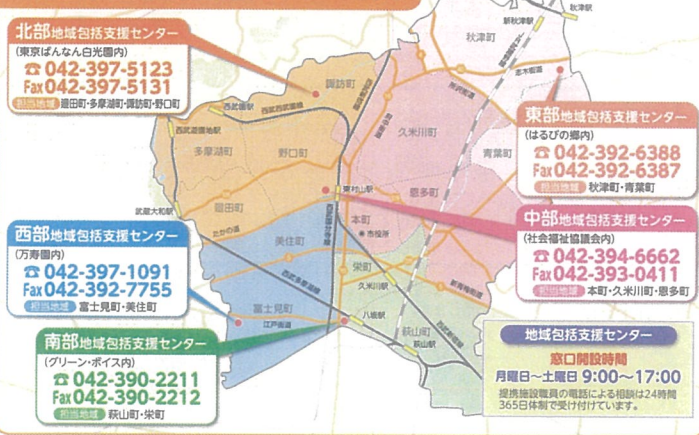


充実したサービスを 提供するために支援します！

ケアマネジャーへの助言や支援、医療機関などの関係機関との調整を行います。



東村山市地域包括支援センターマップ



東村山市には地域包括支援センターが5か所あります。

地域により区分されていますので、お住いの地域の地域包括支援センターをご確認ください。

地域包括支援センターの役割は先に記載の4つが主な役割となります。介護のことはもちろん、高齢者に関する相談窓口として幅広く対応し、各機関やサービスに繋げて支援してくれます。

私たち居宅介護支援事業所のケアマネジャーも地域包括支援センターの方々と協力し東村山市にお住いの高齢者の支援にあたっています。介護保険の利用を相談から申請、居宅介護支援事業所のケアマネジャーの紹介、その後のフォローまでを支援していきます。

現在は認知症の相談支援に力を入れていますので、お困りごとや悩み事がありましたら、各地域の包括支援センターに、連絡してみてください。

詳しくは、担当ケアマネにお問い合わせください。

居宅介護支援事業所 管理者 野崎 礼

ナースタイム 感染予防について

新型コロナウイルス感染症による緊急事態宣言が解除されると、再度感染拡大を予防する「新しい生活様式」を日常生活に取り入れていくことが必要となります。

- ① こまめに手洗い（手洗いは30秒かけて水と石けんで丁寧に洗う）
- ② マスクの着用
- ③ 身体的距離の確保（人との間隔は、できるだけ2m空ける。）

センターに来所される際も、マスクの着用を是非お願い致します。



～～簡単！さばカレー～～

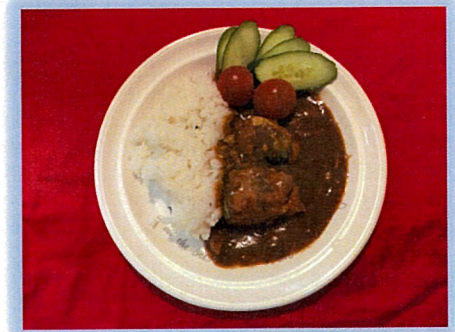
とっても簡単なのに、意外なおいしさのさばカレーです。みそ煮の甘味がみそです。お好みのレトルトカレーでお試してください。さばは動脈硬化の予防や改善、高血圧などの生活習慣病から私たちを守ってくれる食材です。手軽な缶詰で普段から食べたいですね。

ステイホームで外食を控えているこの頃です。調理に疲れて献立に迷ったときは、ぜひお試しください。

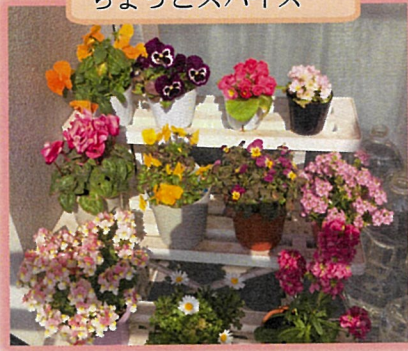
材料：2人前

- お好みのレトルトカレー2人分
- 鯖の味噌煮缶 1個

- ① レトルトカレーの中身をお鍋又は電子レンジで温めます。
- ② 鯖の缶詰を汁ごと加え、少し温めます。
- ③ ごはんと一緒に盛りつけ、出来上がりです。
お好みで野菜や福神漬をそえてどうぞ。



ちょっとスパイス



まるでお花畑のような鈴木さんのベランダです。どのお花も愛情をたっぷり受けて輝いています。毎日のお手入れ、続けられています。

サービス提供責任者 岡本 友子



デイサービス便り 番外編



やったー！完成しました♪



心を込めて作りました

新型コロナウイルス予防のため、来所時、ご利用者の皆様にマスクを着けて来ていただきたい！でも、マスクが売っていないのに困った。と考え、職員で手作りしてプレゼントしようということになりました。久しぶりの裁縫に苦勞する人、器用に縫い上げる人と、普段とは違う職員の一面も見えたりして、楽しく作りました。センター来所時や外出時に、ご活用ください。

たくさんあって迷うわ～♪



かわいいでしょう？

※本誌は本人の同意のもとに写真・作品等を掲載しております。