

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](mailto:care@murayamaen.or.jp)

TEL 042(399)2102

発行責任者:各管理者

# 2021年11・12月号

令和3年11月6日 発行

みのりの秋 ~たくさん実りました~



・ テイサービス便り(2P)

・ 介護保険最新情報 ・ ナースタイム(3P)

・ 簡単!ヘルパーレシピ ・ テイサービスだより番外編(4P)

表紙の写真 : テイサービス便り「壁面装飾~秋の味覚~」より



# デイサービス便り



## 園児さんから 敬老のお祝い

9月15日、園児さんたちが敬老のお祝いに園庭から来てくれました。心のこもった手作りのメダルや手紙、素敵な歌も歌ってくれました。嬉しかったですね。ありがとう！

喜んでくれるかな??



かわいいつしプレゼントをいただきました～♪



園児さんからのメッセージ入り♡



## 敬老祝い と 敬老の集い

今年の敬老の日はどのように過ごされましたか～？利用者の皆様からは「お寿司を食べた♪」「孫から電話が来た♪」などと嬉しいお話しを伺いました。

ほんちょうケアセンターの職員からも、心ばかりではありますが、折り紙で折った鶴と亀を飾ったお祝いのカードを贈らせていただきました。喜んでもらえて良かったです。

敬老の集いは、職員の出し物やクイズ大会で盛り上がり、楽しい時間になりましたね。

きれいなカードをありがとう



素敵なカードありがとう



嬉しかったです

岡村職員の三転倒立



敬老祝いのカード

職員のハンドベル演奏



クイズ大会



みかん



壁面装飾 ～秋の味覚～

創作クラブが中心となり、季節の壁面装飾を作成しています。今年の秋はお花紙を使って、『秋の味覚』を作りました～♪

ぶどう



シナプソロジーで 脳を活性化！！



毎日、午前中の体操の時間や午後のレクリエーション時に実施しています。シナプソロジーの『良い混乱』を一緒に楽しみましょう！！





ご高齢者の一人暮らしが増えていることから、**緊急対応**や**見守り**のニーズが高まっています。東村山市では**高齢者福祉サービス事業**を実施しています。その中に緊急時の通報システムがあります。

**「高齢者救急代理通報・住宅火災代理通報システム事業について」**ご案内します。

〈概要〉電話回線に専用機器を設置して家庭内における緊急事態(体調の悪化)の際にボタンを押すことで民間の警備会社に連絡されて警備員が駆けます。救急車や緊急連絡先等への連絡も行ないます。

〈費用〉費用負担額 住民税が課税のかた＝月 300 円 住民税が非課税のかた＝無料

〈対象者〉市内に住所を有する方で、以下の要件すべてに該当する方

- ・65 歳以上の 1 人暮らし、又は 65 歳以上のかたのみの世帯の方
- ・身体上の慢性疾患があることなどにより、日常生活上常時注意を要する方
- ・固定電話回線が敷設してあること(但し、一部の機種や回線ではご利用いただけない場合あり)
- ・地方税法に規定された年間の合計所得金額が 200 万円未満の方



※住宅火災代理通報システムは、救急代理通報システムの利用者で居住環境等により防火・避難について配慮を要するかたを対象としています。

詳しい内容のお問い合わせ先は、東村山市健康福祉部健康増進課 Tel.042-393-5111(代表)まで  
離れて暮らしている家族の安否確認 **「見守りサービスについて」**

- ① センサーやカメラを設置(利用)する「セコム、アルソック」  
→24 時間見守られ緊急時や防犯の意味での利用も可能。
- ② 無料アプリを利用する「LIFE360、あんしん 365、AtHome Camera」  
→位置情報の確認や内蔵カメラで動体を検知でき、緊急時のメッセージ送信ができる、外出や帰宅時等通知が届く。
- ③ 見守り用の IoT 機器の使用「見守り電池、HelloLight」  
→家電や電球・電池など様々、使用したタイミングで家族に通知が届く。
- ④ 画面付きのスマートスピーカー「echoshow8」  
→「〇〇して」と話しかけることで画面操作ができ、テレビ電話として利用できる。



見守りのほか社会的な孤立を防ぐためにはコミュニケーションをはかる工夫が大切です。  
見守られる方が安心を感じられ負担にならないサービスを探しましょう。

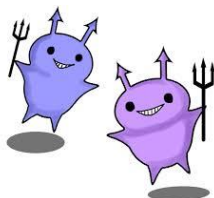
介護支援専門員 早川利香

## ナースタイム

## インフルエンザについて

昨年は、新型コロナウイルスの感染対策として 手洗い・うがい・マスクの着用が定着し、インフルエンザにかかる人が少なかったようです。

しかし、高齢の方、持病のある方がインフルエンザにかかると重症化する恐れがありますので、合わせて予防接種を受けることをおすすめします。



ワクチンについては、かかりつけ医に相談してください。効果が出るまでに、約 2 週間かかりますので、流行期(12 月～3 月)前に接種されるといいでしょう。



～～大根ステーキ～～

あっという間に秋らしくなり、おでんがおいしい冬が近づいてきました。根菜類がおいしくなってくる季節です。たっぷり食べたいですね。今回ご紹介するメニューはいつもの食べ方に飽きてしまったときにぜひ試していただきたいものです。とても簡単なのに、チーズ・バターのこくと、大根の甘さがよく合います。黒コショウもピリッと効いています。

大根ステーキ

材料：(二人分)・大根 4cmくらい ・バター 大匙1 ・めんつゆ 大匙1  
 ・水 大匙1 ・とろけるチーズ 30g ・黒コショウ 少々

作り方 ①大根は2cm厚さにきり、皮をむき、格子状に切り目を入れます。

耐熱皿に乗せてラップをし600wの電子レンジで4分かけます。

②フライパンを熱し、バターを溶かします。大根を入れ、  
 中火で両面を焼きます。焦げ目は好みで。

③めんつゆと水を入れ、煮からめます。

④チーズをのせて火を消し、蓋をしてチーズが溶けたら  
 お皿に移して、出来上がりです。



ちょっとスパイス



彫刻はとても強い力が必要だそうです。宇都宮さんの素敵な手作りの鏡台です。時間をかけて愛着のある作品の制作を楽しまれています。暮らしを彩る趣味はうらやましいです。食欲の秋、読書の秋などいろいろありますが、身近な何かに挑戦してみたくありませんね。

サービス提供責任者 岡本 友子 道山久美子



デイサービスだより番外編



今回は、昼食後のレクリエーションの時間の様子をお伝えしていきます。午後のクラブ活動が始まるまでの約1時間、同じテーブルの皆さんとゆっくりおしゃべりを楽しまれる方がいたり、お昼寝をして午後の活動に備える方、オセロや将棋の趣味活動やテーブルゲームを楽しまれる方、数人で脳トレに励む方など…自由に過ごされています。興味がある活動がありましたら、是非、挑戦してみてくださいね☆

オセロ



牛乳パクター

ジェンガ



ペットボトルのキャップを使った脳トレ



※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。