

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: 各管理者

2024年 1.2 月号

令和6年1月29日 発行



ほんちょう保育園と一緒に初詣♪

- ・ テイサービス便り(2P)
- ・ 教えてケアマネ
- ・ ナースタイム(3P)
- ・ 簡単!ヘルパーレシピ
- ・ 福ちゃんのエネアツコーナー(4P)



デイサービス便り



お正月飾り買いに行きました



合同初詣



今年も宜しくお願いいたします。

明けましておめでとうございます。
2024 年も皆様を楽しみながら元気を目指していただけるデイサービスであるよう頑張ります！また1年どうぞよろしくお願い致します。

新年の集い



ちびっ子獅子舞がきたよ！

土曜ステージ



令和6年の第1回土曜ステージは「山手社中」の皆様によるお琴の演奏会でした。尺八の演奏家である青木様、新井様、中山様も来てくださり、迫力のある豪華な演奏会にご利用者の皆様も感激されていました。パワーを頂き、有難うございました♪



尺八の青木さんのお父様は人間国宝よ～！

お琴を聴いて、歌って、いいお正月だわ～♪

メリークリスマス♪

2023年 クリスマス会・忘年会

プレゼントもらったよ！



サンタデー！

今年も有難うございました。



笑いヨガ♪

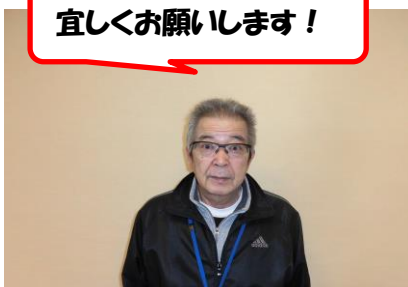


わっはっはー！



職員紹介

宜しくお願いします！



藤原 基（ふじはら もとい）と申します。
12月より、デイサービスの運転職員として入職致しました。
ご利用者の皆様に安全に送迎するよう努めて参ります。どうぞよろしくお願い致します。

新年のご挨拶 . 職員紹介 ~居宅介護支援事業所~

昨年は格別の御厚情を賜り、厚く御礼を申し上げます。

本年も職員一同、皆様にご満足頂けるサービスを心がける所存でございますので何とぞ昨年同様のご愛顧を賜りますよう、お願い申し上げます。

皆様のご健康を心よりお祈り致します。 本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

自己紹介



- ① 野崎 礼 (のざき れい)
- ② 主任介護支援専門員 社会福祉士 介護福祉士 介護予防運動指導員 介護プロフェッショナル段位制度アセッサー オープンダイバー 中型自動二輪 中型自動車
- ③ スノーボード
- ④ 備えよ常に (ボーイスカウト創始者の言葉)
- ⑤ 仕事：地域の方とのイベントを開催する (地域と繋がる)
遊び：12月にオーストラリアでクリスマスを過ごしたい!



- ① 早川 利香 (はやかわ りか)
- ② 介護支援専門員 介護福祉士 栄養士
- ③ 園芸
- ④ 泰然自若 (落ち着いていて、どんなことにも動じない=落ち着いて対応できる)
- ⑤ 周りに頼れる人を増やして、気持ちが前向きになるチーム作りをする。



- ① 佐藤 賀津也 (さとう かずや)
- ② 介護支援専門員 介護福祉士 社会福祉主事
- ③ 旅行、ドライブ、身体を動かすこと
- ④ One for all, All for one
- ⑤ 仕事 柔軟かつ迅速な対応!!
私生活 資産運用を始める!!

①名前 ②保有資格 ③趣味 ④座右の銘 ⑤今年目標
ほんちょうケアセンター居宅介護支援事業所 管理者 野崎 介護支援専門員 早川・佐藤

ナースタイム

ノロウイルス

食中毒というと夏というイメージがありますが、ノロウイルスは、感染力が強く感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。

主に人の手指や職員を介して感染して下痢、腹痛、嘔吐などの症状を引き起こします。

ノロウイルス予防の3原則

- ① 持ち込まない：食品や手にウイルスをつけないため、トイレの後、食事前にしっかり手洗いをする。
- ② やっつける：食品は過熱が大切。85℃以上の加熱で死滅します。
- ③ 広げない：アルコール消毒では死滅しないため、次亜塩素酸ナトリウムで作った消毒液が有効。

今年も1年、どうぞ健康にお過ごしください。ほんちょうケアセンター 通所介護 看護師



～懐かしのしょうが葛湯～



例年より少し遅くやってきた冬です。暖冬といわれてもやはり寒さはこたえるものです。そんな時はお鍋でかき混ぜながらしょうが葛湯はいかがですか？体が温まります。手作りは生姜の量も、かたさや甘さも好みにできますし、さらにレモンを加えたり、カルピスを加えたり、風味も自由自在に楽しめます。ぜひお楽しみください。

しょうが葛湯 一人分

材料 くず粉（片栗粉） 15g、 生姜汁 1辺分、
はちみつ 大さじ1、 水 200ml

作り方 鍋に水、くず粉（片栗粉）を入れ、混ぜながら中火にかける。
とろみがついてブクブクしてくれば火を止め、生姜汁と蜂蜜を加え、混ぜ合わせて完成です。



ちょっとスパイス



おいしそうなのは芦原さんお手製のリンゴのタルト、かわいいのは大谷さんのサンタです。左上の干支の辰は奥田さん作成です。素敵な暮らしのアクセントですね。

サービス提供責任者 岡本 友子



福ちゃんのエネアップコーナー！



新年あけましておめでとうございます。今回は辰年にかけてまして立つ訓練のスクワットを伝えていきたいと思ひます。

まずは椅子に浅めに腰を掛けていただき、足は肩幅に開きます。その後3秒かけて立ち上がり、また3秒かけて腰掛けてみてください。その際にお尻を突き出すように動作をすると下半身全体に効いてくるので良いでしょう。10回行ったら次は足をやや広めにし、同じように10回行ってみてください。より臀部に効かせることができますと思ひます。



通所介護 機能訓練指導員 福山 隆之 ※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。