



軽費 / 特養 / 高齢者在宅サービスセンター / サービス付き高齢者向け住宅 / ケアハウス / グループホーム / 小規模多機能 / 看護小規模多機能

No. 351 号

2020年(令和2年)5月

〒190-0022 東京都立川市錦町6-28-15 TEL 042-527-0031(代) FAX. 527-2646

発行人: 旭 博 之

編集: 広報委員会

ホームページ: <http://www.shisei.or.jp/>

Eメール: [shisei-home@shisei.or.jp](mailto:shisei-home@shisei.or.jp)

Shisei Senior Service Center

## キートス開設20周年を迎えて

至誠ホームキートス 園長 大友正樹

2000(平成12)年4月1日に開設された至誠ホームキートスは、この春、20歳の誕生日を迎えました。奇しくも介護保険制度のスタートと同時でした。

開設以来、キートスは以下の3つのコンセプトを柱に据え、実現すべく努めてきました。

### (1)「住まい(ユニット)型ホーム」

現在では特養ホームの主流となっている「ユニット型」ですが、キートス特養は当初からユニット型ホームとして計画された先駆的な施設でした。至誠ホームでは早くから北欧の「ユニット型グループリビングケア」の考え方を取り入れ、立川錦町地区の「グループホームしせい」で試験的に実践してきたユニット型施設でのケアの蓄積がありました。キートスはこの実践をさらに深化させるべく取り組んできました。

### (2)「在宅複合型」

キートスでは開設当初より各種在宅サービスを取り揃え、総合的・包括的に在宅高齢者を支える仕組みを整えてきました。また、平成18年からは立川市からの受託事業である「さいわい地域包括支援センター」を併設しています。「地域包括ケアシステム」の構築が叫ばれる中、地域におけるサービス拠点としてのキートスの役割は増していると感じます。

### (3)「コミュニティ型」

施設を持つ社会資源を地域の皆様に還元し、一方では地域の方々の思いをボランティア活動などで形にして頂く…このよう



上皇・上皇后両陛下による至誠ホームキートスの行幸啓(平成14年9月9日)

活動などの実績にその姿勢が見えると思います。

開設後、特養に入居された方は4月1日現在、約420名を数えます。また、ケアマネジメント、デイサービス、ホームヘルプサービス等の在宅サービスを利用している方は、約400名いらっしゃいます。職員は約160名、ボランティアさんで定期的に活動されている方は約100名と、数字を並べてみただけでも、キートスがいかにたくさんの方々に関り、支えられているのかということに改めて思い知らされます。

20年間、社会状況や制度の変化の波を受けながらも、地域に根を下ろし、事業を続けてくることができたのも、ひとえに関係する皆様のご支援の賜物です。

改めて、「Keetos」(キートス=フィンランド語で「感謝」「ありがとう」の意)の思いを胸に、これからも励んで参ります。



竣工記念のテレホンカード

## 退任のご挨拶



前至誠ホームオン二 園長

河合晴夫

平成6年に機能訓練指導員として入職し、3月末で至誠ホーム26年間の勤務でした。

印象に残る出来事は、平成12年の介護保険の導入です。それまでの行政による措置制度によりサービスの種類や施設を決められていたものから、各人が事業者や施設と個別に契約する制度に大きく変化し、戸惑いながら対応した思い出があります。至誠キートンホームが開設した年でもありました。

マネジメントやサービスの質の担保が注目されるようになりました。至誠ホームでは平成13年、至誠ホーム開設50周年記念事業として居宅介護支援事業所でISO9001の取得、ISOの基本ツールである「PDCA」サイクルをベースに各セクションでのマニュアルの作成と更新ならびに『ホームの手引き』の改定に携わることになりました。

その後、至誠ホーム調布若葉ケアセンター、至誠ホーム調布柴崎ケアセンター、至誠ホームオン二の新規開設に携わらせ

ていただくこととなりました。新規開設はすべて公募でしたが、事業所の場所が決まっていない公募もありました。実際にその地域の街並みを歩きながらどこが事業所として向いているかを確認したり、何軒かの不動産屋にも相談して探したことを今となっては懐かしく思います。ようやく良い場所が見つかり、現在の至誠ホーム調布柴崎ケアセンターとして開設することができました。

これまでつつがなく仕事ができたのは、法人の理念「まことの心」に集う職員員の熱いハート、学び舎としての学びを通しての自己成長の場、ならびに地域の皆様方のご支援ご厚誼の賜物です。厚く感謝申し上げます。御礼申し上げます。

なお、4月より至誠ホーム調布若葉ケアセンターにてアクティビティディレクターとして勤めさせていただいております。今後ともよろしくお願い申し上げます。

## 就任のご挨拶



至誠ホームオン二 園長  
(至誠コミケアセンター・至誠オン二  
ケアセンターセンター長 兼任)

宮本智行

さわやかな風が吹き、良い季節のはずが、なんとも・・・といった世の中ですが、おかげさまで、至誠ホームオン二は満1歳。開設の年度を終え、2年目になりました。

振り返れば、4月に開設し初めての入居者を迎え、入居者が増え、『長寿を祝う会』『オン二まつり』と行事も重ねながら、「看取り」も経験。多くの出会いがあり、皆で笑い、語らい、時に別れもありながら現在3つのユニットで生活をサポートしています。

今はコロナ対策で自粛になりますが、面会等での来園も多く、入居者・家族・スタッフの双方方向の関係が密なことはうれしい状況です。

また、『看護小規模多機能型事業所』(通称『かんたき』)も、立川市では初めての事業で、事業の在り方等に迷いながらも、独り暮らしや高齢者世帯、若年性認知症や進行形の疾患の利用者のサポートと、現状の体制のできる限りのことを行ってきました。『特養』『かんたき』

が両輪となり、地域の方に支えていただきながら、微力ですが、地域の力になることができたかなとも感じているところです。

そして2年目、初年度をベースに、『オン二らしさ』、特色を出せるよう努力していきたいと思えます。

また、これまでの『コミ』『オン二』の両ケアセンターのセンター長に加え、『至誠ホームオン二』の園長を拝命いたしました。至誠特養とキートン特養での18年の特養勤務、ケアマネジャーや『かんたき』での在宅サービスでの7年を経て、特養の運営に関わらせていただきありがとうございます。至誠ホームで25年。人生の半分は至誠ホームという年齢にもなりました。

2年目になった「オン二」、両ケアセンターとともに、よろしくお願い致します。



# 後援会コーナー

## 後援会費納入者ご芳名

誠に有難うございました。厚くお礼申し上げます。(敬称略・順不同)

令和2年2月1日〜令和2年3月31日

- 藤田美千代 小野瑛子 金井裕一
- 下東玲子 井上富士子 高松久美子
- 岸 幸子 柴田道子 戸田和三
- 佐藤さち 神田ミヨ 若松京子
- 大倉秀夫 菊池礼子 高山忠久
- (株)多摩健康企画 代表取締役 佐々木則彦
- 高山俊子 大澤桂子 渡辺正志
- 矢野慶子 堀 弘子 保坂栄子
- 橋本百合子 内藤 博 戸田理一
- 菅野 栄 酒井守利 熊谷育子
- 小俣明洋 大沢英一 小川静子
- 大塚千恵子 池谷正義 今井二三雄
- 岩品昭夫 浅見義明 荻原はつ子
- 岩崎不動産(株) 代表取締役 岩崎春伸
- 太田 利 大古春子 保谷正幸
- 飯村 睦 伊藤英雄 橋本富美子
- 春山順子 鈴木幸子 杉原メリ子
- 倉田茂満 倉田雅代 濱崎裕子
- 小松 滋 小松万壽子 窪世つね
- 松田紀子 奥 陽子 奥 一郎
- 堀口 勉 荒井キミ 高橋明子
- 篠田紀子 宮田政江 君島臣孝
- 佐藤真弘 清原サツキ 上岡謙夫
- 志村久枝 大神田忠弘 大井田フサエ
- 安本善衛 (株)サンエー電化 安本サヨ子
- 筒井常雄 宮川典子 中山詔八郎
- 宮澤友子 高橋昭三 高橋雪子
- 坂口孝憲 石射 保 御野秀雄
- 渋谷まさみ 桃野幸子 橋本 茂
- 渡邊綾子 (株)関山 代表取締役 関山尚一
- 浅見富江 菊川操子 小山廣重

- 種村和江 西村一夫
- 林 のり子 堀江登代子
- 松田克己 吉崎武子
- 山崎和子 山田美和子
- 松本孝子 中村唯一
- 高松信幸 工藤 剛
- 大館純子 (株)サンプロス
- 代表取締役 馬場弘行
- (株)松山堂薬局 松山宏
- (株)朝雅 大山勝美
- 小野俊雄 田代啓美
- 永井勝利 土方一成
- 及川悦子 及川清一
- 小向敏江 齋藤喜太郎
- 齋藤美津子 四戸友晴
- 林 美保 (株)サポートジ
- ヤパン 名取 誠
- 地引 憲 下田光江
- 新井セツ子 岡田 清
- 清水紀代子 福田修一
- 福田節子 野末正江
- 高部 博 高島陽一
- 高橋久子 長谷重子
- Yショップ 柳澤店 柳澤元一
- 倉本 宣 甲斐千里
- (株)カナイメデイカル
- (株)三上鯉節店 代表取締役
- 三上康子 杉山俊子
- 高橋直子 藤森裕子
- 橋詰 亨 太田清勝
- 飯沼電気(株) 飯沼克美
- 三田憲次 三田芙美子
- 田中章司 中野満佐美
- 桑原一雅 馬場維男
- 出浦康子 蔵田郁枝

以上149名

# 高齢期を元気に過ごすために!! 専門職からポイント!!

## ストレスと上手につき合うために

にしき福祉相談センター 保健師 宮原 洋子

世界的な新型コロナウイルスの流行をうけ、目に見えないウイルスとの闘いで生活が一変。経験したことのない事態ですから、先の見えない不安で、少なからず体調に影響が出ていないでしょうか。

外出が制限される中、悩みや不調があっても、ご自身の中に溜め込んでいらつしやいませんか。心と体は一心同体。ストレスは避けて通れないものですが、上手につき合うことで、心と体の調子を整えることは出来るはず。少しでも影響を少なくするために、どうしたらよいか考えていきましょう。

### 《ストレスで生じる体の変化》

- ・眠りが浅くなる・やる気が出ない
- ・物覚えが悪くなる・イライラする
- ・頭の回転が鈍くなる・不安
- ・肩こりや目の疲れ・肌荒れ・下痢
- ・便秘・食欲低下・疲れやすい
- ・めまい・血圧上昇・動悸 など

これらは、ストレスから体や心を守るための防御反応。いつでも戦う為や逃げる為に、交感神経が活発に働いている証拠です。ですが、この状態が続くと体が悲鳴をあげてしまいます。

心身の疲労を回復させるために、副交感神経を働かせる必要があります。

### 《ストレスへの対処方法》

- 信頼できる人と話をする。
- 電話やメールを上手に活用。
- 情報過多の時代。不安が強い時は、報道を見すぎないことも必要。
- 自分の不安や怒りの気持ちを書き出してみる。気持ちを整理。
- 心を今に留める。先々の不安はひとまず横に置き、今現在の事に気持ちを集中。
- ゆったりストレッチ。血行が良くなり筋肉もほぐれる。
- 深い呼吸を意識。息をゆっくりと吐きます。
- 人ごみを避け、のんびりウォーキング。
- 心と体をリラクセス。
- 自宅で没頭出来る趣味、楽しみを見つける。
- 笑う。「笑うこと」によって免疫力が上がり、ストレスホルモンも減少。鏡をみてニッコリするだけでも効果あり。
- 不安なことは不安なこととして受け止めつつ、今自分出来ることをコツコツと続けていきましょう。



## 至誠ホーム事業の紹介

### 至誠アウリンコデイ ホーム

チームリーダー 吉原 昂

至誠アウリンコデイホームは、地域の高齢者がいつまでも住み慣れた地域で暮らせるよう、日通いでレクリエーションや機能訓練等の場を提供し、孤立感の解消、心身機能の維持を目的とした支援を行っています。

昭和52年に至誠デイケアセンターとして開設し、平成29年至誠アウリンコ開設に伴いアウリンコ2階に移転しました。主に立川市錦町・柴崎町・羽衣町・富士見町のエリアを中心に送迎を行っています。国立市や日野市の方でもエリアによっては送迎可能です。介護認定で要支援1〜要介護5までの方が週1回からご利用いただけます。費用は介護保険の自己負担1〜3割分と昼食・おやつ代700円です。

利用者の様々なニーズに応えられるよう活動メニューを豊富に取り揃えており、「体操」「レクリエーション」「カラオケ」「音楽活動」等の皆さんで楽しむ活動もあれば、「クラフト」「書道」「手

芸」「フラワーアレンジメント」等の個別活動も数多く行っています。活動は曜日ごとに様々で、皆さん希望の曜日を選んで通うことができます。日々の活動



以外にも季節ごとに外食やお買い物、道の駅巡りやお花見等のリハビリを兼ねた外出活動も開催しています。

またご自宅で入浴が困難な方の為に、入浴サービスも提供しています。介護用の浴槽となつていきますので安心・安全に入浴することができま

す。地域の皆さんの様々な思いに寄り添えるよう日々支援をしています。

ご利用の申し込みは担当のケアマネジャーを通して申し込み下さい。見学も随時対応致します。見学時にご自宅まで送迎も可能ですのでお気軽にご相談ください。

△お問い合わせ先▽

〒100-0022 立川市錦町6-28-15

TEL 042-529-3822

FAX 042-529-3828

担当/吉原・丸岡



### サービス付き高齢者向け住宅 高齢者フラット「楽」

―安心で潤いのある生活を―

高齢者

フラット

「楽」は、

2009年

4月に開設

した地域密

着型複合施

設「至誠

ホームミン

ナ」の1階

東側に7戸を配置しています。木のぬくもりが感じられるバリアフリー設計の住宅です。JR国立駅からバスで10分。下りたバス停の目の前が入口という好立地

です。自炊はもちろん、ご希望があれば至誠ホームミナで提供している栄養満点のお食事を3食提供いたします。

また、お部屋にあるコールボタンによる緊急時の見守りや、併設の地域包括支援センターでは健康や介護などのご相談をお受けしているほか、小規模多機能ホーム・グループホーム・特別養護老人ホームを併せ持ち、将来の住まい方についても多様な選択肢があります。さらには、敷地内にある畑を家庭菜園としてもご利用いただけます。



安心で潤いのある生活を、是非「楽」で送ってみませんか。

「空室のご案内」一人用のお部屋が4部屋空室となっております。(月額賃料10万4千円、2020年3月現在)

△お問い合わせ先▽

住所…〒185-0005 国分寺市並

木町3-12-2 至誠ホームミナ内

電話：042-3300-3700

FAX：042-3300-3710

メールアドレス:minna@shisei.or.jp

担当/益子・諏訪

清潔感のある居室(下)  
敷地内にある家庭菜園(左)  
新鮮野菜がたっぷり





# 春の彼岸会を

## 行いました

至誠特別養護老人ホーム

園長 鈴木 篤

去る3月19日(木)至誠ホーム納骨堂がある光西寺において「春の彼岸会」が行われました。

彼岸会は春と秋のお彼岸に、納骨者のご遺族・職員・利用者の皆さんなどが参加して法要・納骨を行います。今回は、至誠特養とキートスの利用者2名の納骨がありました。



例年彼岸会は、約60名の方が参加されます。至誠ホームを利用後時間が経っても可能な限り参加されたいご遺族、生前の関わりのある担当職員や入所者の方々に供養を行います。



した後から、新型コロナウイルスの感染が広がったことから、残念ながら最小限で行うこととなり、理事長・ホーム長・施設長を中心に12名で行うことになりました。当日は大変穏やかで暖かい天候のなか無事に法要・納骨を行なうことができました。

「至誠ホーム納骨堂」は、至誠ホームから歩いて10分ほどの立川市羽衣町にある光西寺にあります。昭和26年に至誠老人ホームを開設して以来、身寄りのない方やお墓を守る人がいない方などのために資金作りを行い、地域の方からのご芳志を頂戴し、昭和51年10月に浄土真宗本願寺派箕輪山光西寺の初代ご住職の故渡辺秀心師が無償で敷地をご提供いただき完成したものです。現在まで、2百人以上の方が納骨されています。

ご利用を希望される方は至誠ホームで生活した方に限らず、縁に繋がる方は申し込み可能です。至誠ホームソーシャルワークセンター企画調整までお問い合わせください。



## 第55回利用者相談委員会の報告

令和2年3月16日(月)、標記委員会が開催され、令和元年10月以降に寄せられたお申し出1件について話し合われました。

### 1. お手紙コーナー

お手紙2019-04 アウリンコ利用者家族 アウリンコポスト 要望

歯みがきチューブの仕様の見直しをお願いしたい。片手しか使えないので片手で開けられるものに変更をお願いしたい。また、歯ブラシを定期的に交換してほしい。

(※回答者：至誠ホームアウリンコ園長 吉上 恵子)

↓歯みがきチューブについてこちらの心配りの不十分さに気付かせていただき感謝申し上げます。

早速、使い勝手の良い品を購入し、必要な方へ対応をしております。

歯ブラシについても毎月1日に交換することで統一し、痛みが激しい場合は都度対応します。

今後不足な点等お気づきになりましたら、お声をお聞かせ下さい。

以上を含め、下半期はお手紙が1通でした。

至誠ホームのサービスに関する  
ご意見・ご要望・苦情の窓口

〒190-0022  
立川市錦町6-28-15  
至誠ホーム「利用者相談委員会」  
専用電話042(527)0374  
FAX042(527)2646

### 後援会加入の お願い

皆様方の温かいご支援とご協力をお願い申し上げます。お申し込みは下記事務局へ

#### 事務局

至誠ホーム 立川市錦町6-28-15 TEL.042-527-0031  
至誠ホームキートス 立川市幸町4-14-1 TEL.042-538-2323  
至誠ホームミナ 国分寺市並木町3-12-2 TEL.042-300-3700

会費 2,000円以上  
会長 渡邊 典子

《振込口座》 ゆうちょ銀行  
口座番号：00120-9-32523  
口座名：高齢者総合福祉施設至誠ホーム後援会



## 至誠ホーム利用者状況

事業内容		2月	3月	累計
自主事業	ふれあい夕ごはん事業	276	293	3,665
	利用者数	28	29	350
	保養ステイ事業(和光)	11	0	273
	保養ステイ事業(スオミ)	29	0	87
短期入所生活介護	通所介護(至誠ケアセンター)	37	30	499
	至誠ホームアウリンコ	555	610	6,572
	至誠ホームキートス	286	267	3,412
通所介護	至誠ホームオンニ	24	20	209
	至誠ホームアウリンコ	483	499	5,720
	調布若葉ケアセンター	473	477	5,849
	調布柴崎ケアセンター	408	417	4,965
	至誠キートスケアセンター	936	976	11,901
訪問介護	至誠柏ケアセンター	667	619	7,673
	至誠国分寺ケアセンター	436	454	5,895
	至誠コミケアセンター	520	610	6,651
小規模多機能	至誠キートスケアセンター	561	637	7,444
	至誠ホームミナ	480	496	7,058
	至誠ホームオンニ	159	193	1,743

※入居施設定員  
 至誠特別養護老人ホーム96名、至誠ホームアウリンコ129名、至誠ホームキートス70名、  
 至誠ホームミナ小規模特養29名、至誠和光ホーム50名、至誠ホームスオミ・ケアハウス50名、  
 至誠ホームスオミ・グループホーム9名、調布若葉ケアセンターグループホーム18名、  
 至誠ホームミナグループホーム18名  
 ※サービス付き高齢者向け住宅せせらぎ15戸 サービス付き高齢者向け住宅フラット「楽」7戸  
 ※訪問介護は提供時間  
 ※利用延日数

※ GH: グループホーム ※ 2: 自主事業

## 2019年度ボランティア受入 / 福祉学習協力状況

令和2年2月～令和2年3月

施設名	事業名	一般V	V体験	計	累計
至誠特別養護老人ホーム	特 養	250	10	260	2,337
至誠ホームアウリンコ	特 養	39	0	39	618
	通所介護	43	0	43	359
生活アクティビティ		54	0	54	1,078
至誠和光ホーム	軽費老人ホーム	22	0	22	196
至誠ホームスオミ	ケアハウス	1	0	1	37
	G H	18	0	18	197
至誠ケアセンター	いこいの場	25	0	25	310
至誠調布若葉ケアセンター	通所介護	38	0	38	242
	G H	2	0	2	94
至誠調布柴崎ケアセンター	通所介護	42	0	42	296
至誠ホームオニ	特 養	16	0	16	69
	ショート	0	0	0	0
	看護小規模多機能	2	0	2	30
至誠ホームキートス	特 養	247	3	250	2,908
	通所介護	40	0	40	459
至誠柏ケアセンター	通所介護	89	0	89	743
至誠ホームナ	小規模多機能	30	0	30	424
	特 養	12	0	12	103
至誠国分寺ケアセンター	G H	13	0	13	25
	通所介護	42	0	42	285
計		1,025	13	1,038	10,810
累計		10,593	217	10,810	40,320

## ホーム日誌

令和2年2月1日(令和2年3月31日)  
 CH...ケアハウス、GH...グループホーム  
 錦...錦地区 至特...至誠特養 ア...アウリンコ  
 多...多摩川ブロック 和...和光ホーム ス...スオミ  
 キ...キートスブロック  
 国...国分寺ブロック 調...調布地区

3月 豆まき(和)  
 4火 サービス向上地区大会(キ)  
 12水 サービス向上地区大会(調・国)  
 13木 給食委員会(和) / コーヒータム(国)  
 15土 ともしび法話会(錦) / ぷらっとなみき(国)  
 18火 サービス向上地区大会(錦)  
 19水 フロア懇談会(和) / 若葉カフェ(調)  
 20木 和光役員会(和)  
 3月 2020年度法人新任研修  
 2月 ひな祭り(和)  
 3火 家族会幹事会(錦)  
 7土 利用者相談委員会  
 16月 春の彼岸会  
 19木 理事会  
 28土 新型コロナウイルス感染拡大予防のため、一部の活動・催しを延期・中止しています。

## 感謝録

### ①金員の部

温かい御支援・御協力を下さいました方々に厚く御礼申し上げます。(敬称略) 令和2年2月1日、令和2年3月31日

(株)エム・ピー・ジー総研 阿川イサ子  
 濱崎裕子 石井 実 大村緑子 大倉秀夫  
 多摩中南米文化同好会代表旭博之 佐藤さち  
 若松京子 菊池礼子 高山忠久 渡辺正志  
 保坂栄子 戸田理一 谷口政美 竹ヶ原郁子  
 大塚千恵子 池谷正義 浅見義明 寺澤育代  
 岡野京子 太田 利 大古春子 保谷正幸  
 鈴木幸子 杉原メリ子 小松 滋 小松万壽子  
 松田紀子 佐藤 陽子 奥 一郎 堀口 勉  
 君島臣孝 佐藤真弘 清原サツキ 上岡謙夫  
 安本善衛 安本サヨ子 横田照夫 宮川典子  
 坂口孝憲 御野秀雄 坂本秀高 橋本 茂  
 (株)関山代表取締役関山尚一 船橋優子  
 西村一夫 林のり子 大館純子 板谷誠一  
 山田美和子 中村唯一 大館純子 板谷誠一

(株)サンブ 吉崎武子  
 渡邊薫夫 渡部敏明  
 クイーンマジッククラブ ウケホアヘレ

### ②物品の部

ロス代表取締役馬場弘行 (有)松山堂薬局松山宏  
 田代啓美 及川悦子 齋藤喜太郎  
 齋藤美津子 林 美保 地引 憲 下田光江  
 岡田 清 清水紀代子 高部 博 高尾陽一  
 平 みつる 岡本賢一 (株)プラザステイカ代表取締役  
 役 中嶋順敬 長谷野 倉本 宣 橋詰 亨  
 太田清勝 馬場維男 出浦康子 蔵田郁枝  
 あゆみの箱 橋本正明 橋本富美子  
 101件(延257件)

### ③ボランティア

(一)一般ボランティア(錦地区)  
 (五川市) おはなしたまご NPO法人立川レクリエーション協会 錦六茶友会 遊木会  
 相庭鳩枝 赤松富子 奥山孝志 荒井キミ  
 荒井益子 安藤道子 飯田幾子 五十嵐明子  
 伊藤信子 井上京子 今村サユリ 岩谷淳子  
 梅津美和子 及川悦子 大古春子 太田 利  
 大館純子 小川 隆 奥 陽子 奥山孝志  
 賀田恵子 加藤典子 加藤洋子 金澤シズ子  
 岸 幸子 木村千世子 蔵田郁枝 五ノ井耐子  
 小松 滋 小松万壽子 小峰 誠 小山時子  
 近藤庄司 斉藤良子 境田美夏 坂本美智子  
 佐々木昭治 佐藤さち 佐藤美智子 篠村綾子  
 島岡幸子 下東玲子 ジョージ兼路 菅原アイ子  
 鈴木幸子 砂田かおる 諏訪信二 関口鈴代  
 関根哲子 高田文彦 高田利花 高松久美子  
 武田利子 田中美紗子 田中由紀子 寺島英子  
 永野和江 中村公子 中村幸子 永山幸子  
 野村哈爾美 橋本早紀子 橋本ライヤ 長谷川英子  
 坂場雛子 早津多恵 平井愛子 平澤基幸  
 水田道子 蛭田スエ子 深水芳子 藤本聰江  
 古林昌子 古谷文子 宝諸博文 前中光雄  
 水田康子 水野美鈴 村田芳江 山本恵美子  
 茂木ハマ子 森 美京 山田ハル江 山本久仁子  
 吉川厚子 吉田千鶴子 若村ふみ子 渡邊綾子  
 渡邊薫夫 渡部敏明 ハリス・ブルース



- 音楽ひろば かわせみシンガーズ 石井匡代
- 稲垣貴和美 今井幸子 岩下昭子 大場春子
- 金尾眞砂子 鈴木信朗 須山ひとみ 西山寛子
- 平沢一雄 蛭田美子 目黒美知子 吉崎武子
- 渡部敏明 明石浦子 小見伊津子 山本日向子
- 【他市】 聖書の会 ともしび話話会 リラペレカリア
- 阿川聰子 雨宮むつ美 井上知加子 内田明子
- 岡部恵美 小野島周平 島村正博 鈴木保明
- 堀 浩光 福村幸子 森山みさ 山路正記
- 吉本利奈 延427名
- 【一般ボランティア(コミホーム)】
- 【立川市】 磯野俊雄 宮下皆子 長谷川総子
- 加藤恵美
- 【他市】 雨宮むつ美 延25名
- 【一般ボランティア(オンニ)】
- 【立川市】 にしき傾聴クラブ とともに歌う会「ありがとつ」 中山あゆみ 岩崎麗子 山本美智子
- 原 君子 弓場なるみ 菊池正勝 武田幸代
- 尾藤一美
- 【日野市】 土屋浩子
- 【他市】 今井佐智子 佐藤智英子 延25名
- 【一般ボランティア(キートス)】
- 【立川市】 メソピアノ 朗読サークルこえ 柏町隣人会 スマイル 民謡唄おう会 立川第九中学校 ホノルルウクレレ 青木融子 青野節子
- 浅川恵子 荒井和子 池田三郎 池田静子
- 板羽多枝子 伊藤和子 岩品和子 上野和夫
- 岡部洋子 奥野智恵子 加賀晴子 河野美和子
- 菊池正勝 北瀬明子 金須礼子 紅林由美子
- 神山喜久江 栄田隆子 佐藤純一 佐藤民江
- 佐藤初美 澤田照代 三中西せい子 三中西博介
- 城 和子 進藤カツエ 鈴木洋子 関根太治
- 高杉勝美 高橋明子 高橋好弘 高橋好弘
- 武井容子 田中清子 田中秀穂 田中美智子
- 田邊シゲ子 鶴巻清子 栃木房義 鳥越幸子
- 中澤京子 中嶋カツ子 中野庸夫 中村さと子
- 成田 綴 西村次子 二瓶祥子 野中けい子
- 野矢悠子 羽村ミサ子 原 静江 別府ひろ子
- 堀部晴子 本間秋子 本間和吉 松本恵美
- 宮坂一栄 持丸弘子 森生愛子 山川武子
- 山口弘子 山崎絹江 吉村幸子 吉村竹美
- 若月里美 渡辺佳子 小野千代 勝倉ナホミ
- 【園分寺市】 大井 京 神宮路久枝 中山淳子
- 河村裕理 小林邦子 金子節子
- 山本佳子 山本佳子 佐伯節子 櫻井千佳子 佐々木孝子
- 【他市】 ウクレレ・ホアピリ 梶谷奈生 金子節子
- 児玉草苗 佐伯節子 櫻井千佳子 佐々木孝子

- 鈴木眞弓 高野信子 伊達美紀子 林 幸子
- 樋口君雄 菱山好雄 肥田木雅子 福島央巳
- 保坂栄子 横川澄子 横川好行 延287名
- 【一般ボランティア(柏センター)】
- 【立川市】 浅見富江 東 トク 安部 操
- 飯村 睦 石橋京子 植野ふじ子 黒田直子
- 小林正子 小林好子 篠田紀子 高橋明子
- 田邊シゲ子 榎沢利恵 平野富士枝 福西正弘
- 三上久美子 宮田政江 師岡恵美子 鷺沢美美
- 延89名
- 【一般ボランティア(ミナナ)】
- 【園分寺市】 原垣内和加子 大澤早智子 熊崎 弘
- 熊崎咲子 佐野文子 中村啓子 栗原克徳
- 井上允恵 丸山秀雄 河野 了 中川寿恵子
- 近藤邦憲 國井洋子 井上和江 延55名
- 【一般ボランティア(もとまち)】
- 【園分寺市】 NPO法人日本笛協会 国際文化理美容専門学校 菅野彰子 福田洋子 吉富晶子
- 【他市】 萬 由美 延42名
- 【一般ボランティア(調布若葉)】
- 【調布市】 若葉小音楽クラブ 石橋隆二
- 押部忠康 齊藤 孝 中澤禮吉 押部忠康
- 小泉圭石 鎌田幸光 渡会健一 明西寺
- 太田集介 杉原 諒 中島玲子 木村宏子 延40名
- 【一般ボランティア(調布紫崎)】
- 【調布市】 佐藤すばる 鈴木委子 松岡真由美
- 太田 雅 柴田信治 村上清子 村田漣角
- 前田敏博 村田英夫 田島久志 延42名
- 【(2) ボランティア体験】
- 【錦】 至誠保育園 延10名
- 【キートス】 絵本208 延3日間
- 【柏センター】
- 【ミナナ】
- 【もとまち】 なし
- 【調布若葉】 なし

### 福祉学習協力

- 令和2年2月1日〜令和2年3月31日
- (1) 美習研修
- ◎社会福祉士
- 大原学園 土橋あすか(23日) 計1名 延23日間
- (2) 体験学習
- 錦町地区
- 武蔵野大学1名(5日間)／東京学芸大学1名(5日間)
- 計2名 延10日間

## 2019年度 サービス向上大会 最優秀サークル決定のお知らせ

サービス向上委員長 櫻井桃世

2020年3月号で「サービス向上大会延期」をお知らせしていました。しかし、新型コロナウイルス感染の動向を伺っている中で、開催の目的が立たない状況であると判断し、今回は2月に行った3つの地区大会で選考した以下の代表サークル3組より、その地区大会での採点が最も優秀であったサークルを、最優秀サークルとして選ぶこととなりました。

- ①キートスブロック・2月4日(4サークルが参加して開催) 代表サークル・キートスでい！(至誠キートスデイホーム)
- ②多摩川・園分寺ブロック・2月12日(6サークルが参加して開催) 代表サークル・ミナナファミリー(至誠ホームミナナ地域密着特養) 『フォーリンスタツフとミナナで歩んだ1年』多国籍連携
- ③立川錦ブロック・2月18日(5サークルが参加して開催) 代表サークル・Let's goアウリンコ(至誠アウリンコデイホーム) 『利用者が主役！バザー活動を通して』

選考の結果、最優秀サークルは、**①キートスでい！(至誠キートスデイホーム)**

## 職員募集中!

至誠ホームでは、職員を募集しております。各所でご相談に応じておりますので、まずはお問い合わせ下さい。

- 特養 介護職員・看護職員 夜勤専門介護職員
- デイサービス 介護職員・看護職員
- ホームヘルパー 登録型 など

お問い合わせはTELまたはメールで  
至誠ホーム統括事務局  
採用担当までお気軽にお問い合わせ下さい。

電話042-527-0031  
内線152  
E-mail: recruit@shisei.or.jp





## 地域包括支援センターコーナー

立川市北部中さいわい地域包括支援センター	042(538)2339
立川市にしき福祉相談センター	042(527)0321
国分寺地域包括支援センターもとまち	042(301)5001
国分寺地域包括支援センターなみき	042(300)3702
国分寺地域包括支援センターほんだ	042(300)2339
調布市地域包括支援センター至誠しほさき	042(488)1300

## 認知症の最大リスクは「加齢性難聴」

聞こえの変化に早めに気づいて対策をとりましょう

立川市北部中さいわい地域包括支援センター 加藤 雅子

2015年厚労省の認知症施策推進総合戦略「新オレンジプラン」の中で、「加齢」「遺伝性」の「高血圧」「糖尿病」

などと並び、「難聴」が認知症の発症や進行の原因として明記されています。また、2017年イギリスの医学雑誌に掲載された論文では、認知症発症リスク要因の大きな要因として**中年期（45歳以上65歳以下）からの難聴**が挙げられました。

■**難聴と認知症の関係**  
音が聴き取りづらくなる↓**人との会話に消極的**になり、引きこもりがちになる。生きる意欲の低下↓**脳の情動と思考を司る部分**が衰えて、認知機能が低下↓**認知症**につながります。

■**予防とセルフチェック**  
動脈硬化・高血圧・糖尿病などの生活習慣病を防ぐことが脳や内耳への血流を良くし、適度な運動も加齢性難聴の予防につながります。加齢性難聴は、比較的若い頃から徐々に進行する為自覚しにくいのが特徴です。

聞こえのセルフチェックを参考に、現在の耳の状態をチェックしてみましょう。難聴を放置することは、認知症のリスク

**聞こえのセルフチェック**

- 会話中に聞き返すことがよくある
- 後ろから呼ばれても気づかないことがある
- 車の接近に気づかないことがある
- 集会や会議などで複数人の会話がうまく聴き取れない
- 隣りが騒々しい場所での会話が聴き取れない
- ドアのチャイムや電子レンジ、体温計などの電子音が聴こえにくい
- テレビやラジオの音量が大きいと言われる

引用：全日本民医連 いつでも元氣 2019.7 No333

を上げてしまうので、**補聴器の活用**が必要です。補聴器を使用するには、まず耳の状態を調べるために耳鼻咽喉科を受診しましょう。難聴を患う人が予防やケアをするとともに、家族や関わる人達の態度も重要です。もし、相手が聴こえづらい方だと分かったら、真正面から唇を見せるようにして、はっきりゆつくり相手の目を見て話しかけます。補聴器に直接音声を送り込む**磁気ループ（ヒアリングループ）**を公共施設や劇場に普及させるなど、**集団補聴システム**の整備が進められています。家族や社会からの孤立を防ぐためにも聞こえのバリアフリー社会を作っていきましょう。

## 「感謝の集い」延期のお知らせ

今年度の「感謝の集い」は6月6日(土)に計画しておりましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、9月以降に延期することになりましたのでお知らせ致します。

内容につきましては、3月号の「新年度事業等の変更についてのお知らせ」で簡単にご案内しておりますが、昨年度までの内容を見直し、今年度は場所をセンター棟2階で行うことで検討を進めています。

本来であれば、この「感謝の集い」で至誠ホームを支えていただいている皆様に対して、日頃の感謝の気持ちをお伝えしたいところです。しかし、残念ながらこの感染症は人が集まることは避けなければいけない状況であり、未だ終息も見通せない状況です。日程につきましては改めてご案内致します。

「感謝の集い」実行委員長・副ホーム長兼統括事務局長 **金井 裕 一**

## 工事に関するお知らせ

先月号（No.350）でお伝えした至誠障害福祉総合センター工事に関して、今後の予定をお知らせいたします。

現在調整中のため日程は確定しておりませんが、最初に音や振動が生じる恐れがありますので、具体的な予定が分かり次第、近隣等関係者への連絡・説明を行う予定です。

また、その後の工事に当たっても、工事車両の出入りや作業により、通行に支障が出る予定です。予定より少し遅れが出そうな状況となっております。ご来園の際にご迷惑をおかけする可能性があります。ご何卒ご理解・ご協力をお願い致します。

