



社会福祉法人 敬愛会

敬愛の森だより



2024. 4. 1

4月号 No.108

発行：敬愛の森
責任者：青木 澄雄

～元気なシニアの居場所！！ 地域でいつまでも自敬愛の立した生活を～

敬愛の森は 10 年目を迎えました

去年より 10 日遅れて南台広場のしだれ桜が開花しました。さっそく出かけました。



敬愛の森のベランダからお花見が楽しめます



「クローバーがいっぱいね」。娘時代に戻ったよう

国立音大生による歌声コンサート

今回はこれまでとは趣向を変え、音楽療法を取り入れたみんなで声を出し、体を動かすコンサートでした。口を大きく開けて、パ・タ・カ・ラを♪汽笛一声～の鉄道唱歌で歌う口腔体操やゲー・チョキ・パーを鉄道唱歌で歌いながらじゃんけんをしたり、『早春賦』『世界に一つだけの花』『花は咲く』などを配られたマラカスを鳴らして全員で歌いました。『幸せなら手をたたこう』では、手をたたいたり、足ふみしたりと体も動かしました。アンコールは『青い山脈』の大合唱でした！

クラリネットの説明です



歌いながらゲー・チョキ・パーでじゃんけんをします



トウモロコシのマラカスを鳴らします

♪幸せなら肩たたこう トントン



体操 & レクリエーションで楽しく元気に！

ご利用様が楽しく元気に過ごせるよう、各サービスでは様々な取り組みをしています。

デイサービスのレクリエーション

デイサービスでは楽しく取り組める運動ゲームなどをいろいろ考えています。今回は音楽療法とK I (けいあい) パターゴルフを紹介します。

音楽療法で歌って、体を動かし、脳トレも

国立音大音楽療法研究会の3名の学生さんによる音楽療法では、♪こんにちはみなさん、手拍子…の挨拶の歌で始まり一気に歌の世界へ。楽器を鳴らして大きな声で歌ったり、手や肩をたたいたり楽しいひと時でした。「楽しかった」「歌はいいね」という声が聞かれました。

プログラム

- ・鉄道唱歌の曲に合わせてパ・タ・カ・ラを歌う(口腔体操)
- ・鉄道唱歌の曲に合わせてグー・チョキ・パーを出しながら歌ったり、じゃんけんをする(脳トレ)
- ・音を出して楽器の紹介
- ・みんなで楽器を鳴らしながら『翼をください』『世界に一つだけの花』を歌う
- ・『幸せなら手をたたこう』を歌いながら手や太ももや肩をたたく
- ・みんなで楽器を鳴らしながら『花は咲く』『ふるさと』を歌う



鉄道唱歌をグー・チョキ・パーで歌います



みんなで楽器を鳴らして歌います

K I (けいあい) パターゴルフ

手作りのパターで前方のゴールにボールを入れるゲームです。力加減が難しい。



- ①ゴールを3つに区切り、場所ごとに点数を設定して、一人ずつ得点を競います。
- ②チームで自分たちのゴールにボールを入れて得点を競います。高得点に入ると思わずバンザイ！

看護小規模の体操&レクリエーション

看護小規模のレクタイムは、午前中は体操、午後は創作活動や脳トレ、ゲームなどです。

壁に飾る桜のちぎり絵は3日がかりの大作です



脳トレ、みなさん真剣です

専属トレーナーが考案したK I (けいあい) 体操はかなりハードですが、みなさん頑張ります

色紙をちぎったり張ったりよりハビリになります



グループホームの体操&レクリエーション 午前中と午後に毎日行う体操はラジオ体操やテレビ体操などのほか、職員が工夫をした体操を行っています。



天気のよい日は散歩に出かけます。「これは梅かな」おしゃべりしながらリフレッシュ



みなさん手を大きく上げたり動きがとてもスムーズです



総出でおやつなどを作るのも楽しいイベントです

ショートステイの体操&レクリエーション

午前中1時間、午後1時間が2回で、体操や脳トレ、ゲーム、創作活動などを行っています。



少し重めの棒を持って、両手を上げたり、体をひねったり、つま先をたたいたり……



男性も女性もぬり絵や張り絵に取り組みます



毎月季節感のある折り紙に挑戦。自宅に飾ります



毎週木曜日の機能訓練

グループホームと看護小規模のご利用者様対象のパワーリハビリテーションでは、機能訓練士が各人の体のことや体操の効果を説明したり、時には昔話など会話を楽しみながら取り組んでいます。



普段は車いす使用ですが、職員の介助で立って歩くことにも挑戦



童心にかえて魚釣りゲームで盛り上がります

リハビリに意欲的なKさんは、職員と相談しながら負荷を上げていきます



持久力をつけ心肺機能を高める「ペダルこぎ」と肩の可動域をよくする「滑車」を行う方もいます

近隣のみな様へ

みな様お元気でお過ごしでしょうか。2015年4月に開設しました「敬愛の森」は来年開設10年の節目を迎えます。近隣の方々のための施設というコンセプトで開設しましたが、コロナ等の感染症の影響で、なかなか難しい状況でありました。それでも、みな様のご支援・ご指導をいただき、なんとか順調に運営することができました。今後ともよろしくお願い申し上げます。

また、コンサート、イベントも計画中ですが、下記のように一部決定したものもあります。今後予定が決定次第「敬愛の森だより」でお知らせいたします。ぜひ多くの方々にお出でいただきたいと思っています。

森のコンサートスケジュール

4月28日(日)高校生によるプラスバンドコンサート

5月30日(木)オカリナコンサート

6月9日(日)国立音大生音楽療法コンサート

6月23日(日)フルーツアンサンブル
いずれも14時～1階 デイルーム

コーディネーターさん大募集!!

やりがいのあるお仕事です。私たちと一緒に働きませんか？ 未経験の方、プランクのある方も大歓迎。ていねいにサポートいたします。

- ① サービス付き高齢者住宅のみな様のコーディネート業務
- ① 勤務回数を選べます。
- ① 初任者研修(ヘルパー2級)以上の方
詳しいことはお問い合わせください。

042-306-3193

担当：湯原まで

送迎ドライバー募集中!

敬愛の森では現在ご利用者様を送迎してくださる方を募集しています。年齢制限はなく、男性、女性、明るく元気な方大歓迎です。送迎車は白ナンバーなので普通免許でOKです。詳しくはご相談ください。



働きながら介護の資格を取り、即戦力として働きませんか？

社会福祉法人敬愛会では介護の未経験者、無資格者を対象に、介護の現場で働きながら介護の資格取得を支援し、取得後も継続雇用が可能です。

支援の内容

- ① 6カ月間、配属先の事業所で介護業務を学びます。介護教育体制が充実しており、安心できる職場環境です。
- ① 期間中、資格取得のための学校に通学します。実費交通費を支給します。
- ① 受講料は無料です。通学中も給与を支給します。
- ① 6カ月の研修終了後も継続雇用となり、安定した収入が得られます。

応募の条件

- ① 離職中の方または離職が決まっている方で、採用日以降も他の仕事につかないこと。
- ① 「初任者研修(旧ヘルパー2級)」の資格取得を希望する方は、無資格者に限ります。「実務者研修(旧ヘルパー1級相当)」の資格取得を希望する方は、初任者研修または旧ヘルパー2級の資格を持つ方に限ります。*両方の資格取得はできません。
- ① 社会保険加入対象となります(週4日以上働ける方)。年齢、性別は問いません。
*週3日以下を希望する方はご相談ください。
詳しくはお問い合わせください
042-306-3199 担当：川越、湯原

3月のお誕生日会 おめでとうございます

敬愛の森の最高齢グループホームのSさんは元気に103歳を迎えられました!



看護小規模では去年と同じ3名の方々のお誕生日会。「みなさんのおかげで90歳まで生きてこられました。ありがとう」と声を詰まらせながら挨拶をされました



南台シニアセンター・敬愛の森
〒189-0024
東京都東村山市富士見町1-14-3
電話：042-306-3199
FAX：042-306-3198
E-mail：mori@keiaikai.org

