

2010 SUMMER

みたか事業団だより

社会福祉法人 三鷹市社会福祉事業団

井の頭地域福祉支援センター

4月27日に井の頭コミュニティ・センター新館にオープンしました。

井の頭地域福祉支援センターとは？

高齢者が安心して在宅生活を送れるよう、その生活実態の把握、関係機関と連携した高齢者に対する見守り、緊急通報システムを活用した緊急時の対応など必要な支援を行うとともに、高齢者やその家族からの相談を受けて問題解決に当たることを目的としています。



事業内容

<高齢者等の情報収集、生活実態アセスメント及び安否確認>

地域住民から寄せられた見守りを要する高齢者の安否情報の内容を確認し、必要があると認められるときは個別訪問や電話等による安否確認を実施します。

<民間緊急通報システムの活用>

希望される、おおむね65歳以上の一人暮らし世帯、高齢者のみで構成する世帯、日中独居の高齢者を対象に、高齢者の生活動線に生活リズムセンサーを設置します。センサーは、一定時間が経過しても動作が確認できない場合に自動的に警備会社に発報します。

<ひとり暮らし高齢者等の孤立対策事業への参加・支援>

地域で整備されているネットワークを活用し、特に孤立しがちなひとり暮らし等の高齢者を重点的に見守り、地域の福祉サービスと結びつけて支援を行います。

<在宅高齢者及び家族等からの相談対応>

在宅高齢者の相談に対し、訪問、電話、面接等により対応させていただきます。複雑かつ困難な相談事案については、ご本人の同意のもと地域包括支援センター等必要な機関へ円滑に引継がせていただきます。

井の頭地域福祉支援センターの担当地域／井の頭1丁目～5丁目
窓口時間／火曜日～金曜日 午前10時～午後4時30分
(年末年始、祝日を除く)

所在地／〒181-0001 東京都三鷹市井の頭2-32-30
(井の頭コミュニティ・センター新館1階内)
TEL:0422-24-7335 FAX:0422-24-7335

西野保育園

「森林教室について」

西野保育園では、年長組を対象に高尾森林センターの方に来園していただき「森林教室」を行っています。

初めに紙芝居で「森林(もり)からのおくりもの」を読んでもらい自然の大切さを学んだ後、のこぎりで丸太切りやキーホルダー作りを体験しました。のこぎりに触れる経験が、ほとんど無いので初めは緊張していた子どもたちでしたが、森林センターの方に手を添えてもらいながら「のこぎりは引くときに力を入れるんだよ。」「背中をまっすぐにすると切りやすいよ。」などと声をかけてもらうと、だんだん上手にできるようになり自信もついてきたようです。

キーホルダーは森林センターの方が用意してくださった木に、マジックで顔や虹の模様を描いたり一人ひとり好きな絵を描きました。それに金具をつけると世界でたった一つの自分だけのキーホルダーの完成です!

森のはたらきを知ったり、のこぎりで丸太切りやキーホルダー作りを経験できたことは子どもたちにとって楽しい思い出となったようです。



ちどりこども園

「園庭での野菜づくり」

3、4、5歳児クラスで野菜の苗を育てています。ミニトマト・オクラ・いんげん・きゅうり・ナスなど、子どもたちがプランターに苗を植え、水やりをしながら成長を見守っています。初めは興味のなかった子も花が咲いたり小さな実ができてくると「せんせー!みてみて!あかちゃんトマトができたよ!」と、とっても嬉しそうに知らせにきてくれ、大事に世話をしながら収穫の日を楽しみにしています。

年長児はバケツ稲作りもしています。種もみを水につけて芽だしさせるところからスタートし、バケツに土を入れて種もみを植えていきました。これが本当にお米になるのか…?まだ半信半疑な子どもたちですが、「クラスにたべられないようにかかしもつくらなきゃ!」と意気込んでいます。無事に成長し収穫したお米でみんなでおにぎりを食べられることを願って、日々観察しています。



三鷹駅前保育園

「親子お楽しみ遠足」

毎年恒例の「親子お楽しみ会」を6月12日(土)に井の頭公園西園で行いました。4月に入園、進級した子どもたちと保護者、職員が初めて一緒に行なう行事で職員と保護者だけでなく、保護者同士の交流もはかれるようにと毎年、5月の保護者会が終わったこの時期に行っています。

お父さんお母さんとたっぷりふれあいながら「わらべうたあそび」が始まると、子どもたちから嬉しそうな声やいつもとは違う笑顔がこぼれていました。木陰で休憩を挟みながら、バルーン遊びや2歳児クラスの親子でしっぽとりも行い、体をたくさん動かして遊びました。

たっぷり遊んだ後はクラスごとに輪になってお弁当を囲みます。子どもたちの楽しそうな声が木陰に響き、保護者同士の会話もはずんでいるようでした。

在園家庭数29世帯のうち、27世帯のご家庭が参加してください、交流を深めながら楽しいひとときを過ごす事ができました。



旬の野菜 茄子について

老人保健施設管理栄養士

今や茄子は一年中出回っていますが、収穫期は露地ものでは7～9月頃です。「秋茄子は嫁に食わずな」と言うことわざにも登場する秋茄子とは、旧暦の秋を指し、現在で言う8～9月に収穫される茄子のことです。皮が薄く実がしまっていて、とても美味です。美味しいので嫁に食べさせない、との説もありますが、夏場は特にアクが強いので体調を気づかっていたのこともかもしれません。

【選び方】 ヘタの切り口が新しく、トゲに触ると痛い位とがっている物が新鮮です。表面に傷がなく、全体に張りがあり、ツヤよく濃い紫色をした物が良いでしょう。

【調理の工夫】 アク抜きと変色防止の為、切ったらすぐに水につけます。夏場はアクが強いので塩を少量いれても良いでしょう。皮の色を生かしたい場合には、炒めたり、揚げ物にすると良いです。漬物には色止めとして、鉄釘やミョウバンを入れます。

高齢者向けの調理ポイント

高齢の方の場合は皮が硬く食べづらいので、皮を剥いて調理します。皮を剥かない場合は、揚げてから煮ると柔らかく食べられます。水分が多い野菜なので、調理すると味がしみ込みやすく食べやすい食材です。老人保健施設では、煮物・味噌汁の実・焼き物・炒め物など幅広く活用しています。

西野保育園栄養士

体はツルツルの黒光り。おなからは白くてフワフワ。そのコントラストとやわらかな曲線の形がチャームポイントです。でも…なすはピーマンに次いで子どもが苦手な野菜といわれています。少しでも興味が持てるように、楽しくなすと触れ合ってほしいです。

【子どもが苦手なワケ】 レンジで加熱調理したものや、焼きムラがあると…皮が妙に口に残ります。他の苦手な理由としては、しょうゆの味しかなかったり、ヌルヌルしている・色が汚い、などがあるみたいです。

【おいしい!へのステップ】 ●焼きなすにするなら、きちんと皮が焦げるくらいまで焼いて♪ ●色は…油で調理すると、高熱処理ができて変色しない♪ ●ヌルヌルしていても美味しく感じられる味にするには…油を加えた濃いめの味付けで♪

【保育園ではこんな風に変身します】 ☆なす入りスパゲティミートソース ☆なす入りカレー(夏野菜カレー) ☆なすのはさみ揚げ ☆なすの味噌炒め など。



いきいき 利用者さま

ヘルパーステーションはなかいどう

脇坂 英子(わきさか ひでこ)様
三鷹市在住

4月に米寿をお迎えになられた脇坂様。

数々のフラダンスの衣装や装飾品に囲まれ、南国ムード漂う中でのインタビューとなりました。

脇坂様の元気の源は、10年以上前に、ご友人と地域のコミュニティーセンターに立ち上げたフラダンス同好会。それまでに「カラオケ・民謡・ハーモニカetc…色々なお稽古事に挑戦したものの、続いたのは『フラ』だけ。」と破顔一笑の脇坂様。

南国の自然から生まれた楽器に合わせて踊る、繊細で美しい手の動き・優雅さがフラダンスの魅力とか。

十八番のハワイアン・ナンバーは

『ブルー・ハワイ♪』

『ジンジャー・イエロー♪』

今秋の三鷹市市民文化祭にも参加されるとのことです。



脇坂様の
この笑顔☆!
まさにハワイの
太陽そのもの
ですね。

2010/05



2010/05

在宅福祉サービスの食事サービスについて

在宅福祉サービスでは、三鷹市在住で食事の支度等にお困りの高齢の方、障がいをお持ちの方々へあたたかい手作りのお食事を手渡しでお届けしています。皆様においしく食べていただけるよう、旬の食材を使い、趣向を凝らしております。

お食事は1食あたり760円(月会費別途500円)で、昼食・夕食を一年中休み無くお届けしています。お食事をお届けすることで安否の確認にもつながります。月1回お届けしている「旬の彩り弁当」は皆様に好評いただいています。ご利用希望の方は、下の連絡先までお電話でお申し込みください。



6月の旬の彩り弁当(献立例)

おしながき

- ・桜えびと枝豆のご飯
- ・天ぷらの盛り合わせ
- ・旬野菜の炊き合わせ
- ・三つ葉の和え物
- ・びわゼリー

栄養一口メモ

「桜えび」

桜えびは、その小さな体にタンパク質・カルシウム・マグネシウム・鉄・リン・亜鉛などの栄養素を豊富に含んでいます。特に骨粗しょう症の予防に効果的な栄養素が含まれています。

在宅福祉サービス / 0422-43-8804 (受付は月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分)

ヘルパーステーション はなかいどう

指定訪問介護事業所へ変更になりました

ヘルパーステーションはなかいどうは開設5年目を迎えた平成22年4月より、三鷹市基準該当事業所から東京都指定訪問介護事業所へ変更になりました。

具体的な変更内容は、以下のとおりです。

- 事業所区分が三鷹市基準該当から東京都指定へ変更になりました。
- 生活保護世帯や、三鷹市以外の地域（武蔵野市、杉並区、世田谷区の一部近隣地域）へのサービス提供が可能になりました。



私達、ヘルパーステーションはなかいどうのヘルパー33名（そのうち介護福祉士9名）は、法令を遵守し、笑顔とチームワークでこれからも良質な介護サービスを提供し、地域の皆様から愛される事業所を目指します。

三鷹寮が新しくなりました

母子生活支援施設三鷹寮は、2年弱の仮施設住まいを経て、ピッカピカの新築の建物に引っ越しました。薄ピンク色の外観の建物はとてもきれいで、利用している子ども達やお母さん達も大喜びです。洗濯場や風呂場も各部屋についており、子育て真っ最中のお母さんたちも生活がしやすくなりました。

今の社会では、母子家庭のお母さん達は、社会の変動や経済危機の影響を直接受けやすく、就労や生活は中々厳しい状況にあります。その中で、寮の職員は、お母さんや子ども達が元気に明るく生活できるように、就労支援や生活支援をしつつ、日々頑張っています。寮の職員にとっては、子ども達の笑顔とお母さん達の明るい話し声が、何よりの喜びです。

地域の皆様、それから三鷹寮を支えてくださっている沢山の皆様、これからも三鷹寮をよろしくお願いいたします。

はなかいどう祭のご案内

日頃の感謝の気持ちを込め、今年も恒例の「はなかいどう祭」を開催いたします。
多くの方に楽しい夏のひとときを過ごしていただきますよう、
お誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

日時／平成22年7月31日(土) 午前9時～午後3時30分頃(予定)

場所／三鷹市牟礼老人保健施設はなかいどう

なるべく公共交通機関等をご利用になり、お車での来場はご遠慮ください。

お問い合わせ 老人保健施設はなかいどう / 0422-44-7700



東京都福祉サービス第三者評価を受審しました

当事業団が運営する以下の施設で、平成21年度に東京都福祉サービス第三者評価を受審しました。

「三鷹市牟礼老人保健施設はなかいどう」

「はなかいどう指定居宅介護支援事業所」

「ヘルパーステーションはなかいどう」

「三鷹市立西野保育園」

「三鷹市立ちどりこども園」

「三鷹市立三鷹駅前保育園」

第三者評価は、中立な評価機関が事業評価と利用者調査を元に評価するものです。いずれの施設も良い評価をいただきましたが、指摘のあった改善点等については今後のサービスの向上につなげていき、より良い施設運営を目指していきたいと考えています。

評価結果については [とうきょう福祉ナビゲーション](http://www.fukunavi.or.jp/fukunavi/) <http://www.fukunavi.or.jp/fukunavi/>
または当事業団ホームページ <http://www.mitaka.or.jp/>
の各施設ページ(評価結果への直接リンク)から見るすることができます。



経営理念

人びとが健やかに安心して暮らせるよう、公正かつ思いやりのあるサービスを提供することにより、地域における信頼を創造します

三鷹市社会福祉事業団施設等一覧

- 三鷹市牟礼老人保健施設はなかいどう
TEL:0422(44)7700 ☐info-hanakaido@mitaka.or.jp
- ヘルパーステーションはなかいどう
TEL:0422(43)8810 ☐info-station@mitaka.or.jp
- 在宅福祉サービス
TEL:0422(43)8804 ☐info-zaifuku@mitaka.or.jp
- はなかいどう指定居宅介護支援事業所
TEL:0422(76)8815 ☐info-kyotaku@mitaka.or.jp
- はなかいどう地域包括支援センター
TEL:0422(44)7400 ☐info-houkatu@mitaka.or.jp
- 本部事務局
TEL:0422(44)5211 ☐info@mitaka.or.jp
〒181-0002東京都三鷹市牟礼6-12-30
- 井の頭地域福祉支援センター／TEL:0422(24)7335
〒181-0001 東京都三鷹市井の頭2-32-30
(井の頭コミュニティ・センター新館1階内)
- 三鷹市立西野保育園／TEL:0422(39)7030
〒181-0016 東京都三鷹市深大寺3-3-10
- 三鷹市立ちどりこども園／TEL:0422(72)9220
〒181-0012 東京都三鷹市上連雀4-12-26
- 三鷹市立三鷹駅前保育園／TEL:0422(79)5441
〒181-0013 東京都三鷹市下連雀3-30-12
- 三鷹市立母子生活支援施設三鷹寮

ホームページ:<http://www.mitaka.or.jp/>