

2011 WINTER

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

本年もよろしく申し上げます



三鷹市立西野保育園での獅子舞

年頭のごあいさつ

新年明けましておめでとうございます。旧年中はご厚情を賜り、お蔭さまで各事業とも順調に運営をすることができました。特に昨年は、新しい母子生活支援施設が竣工し、円滑に移転し、運営をはじめることができました。また、井の頭地域福祉支援センターを開設し、高齢者等の相談・支援拠点として、新たなサービスを展開することができました。これも皆さまのお力添えがあってこそと、心より感謝しております。

さて、本年は保育園の運営をはじめて5年目の節目の年になるとともに、平成20年度に策定した中期経営計画の締め括りの年でもあります。この間、老人保健施設の安定的な経営、高齢者等の在宅生活支援の充実、多様化する保育ニーズへの対応、母子世帯への支援など、人々が健やかに安心して暮らせるよう、様々なサービスの提供を行ってまいりました。本年も引き続き、利用者本位の立場に立ち、福祉サービスの質の向上と魅力あるサービスの提供に努めていく考えです。

一方、国では、昨年から引き続いて平成24年度の介護保険制度改正に向けた議論が行われております。この改正は介護保険制度の利用者はもとより、老人保健施設はなかいどうの運営など、事業団の介護保険事業にも大きな影響を与えると考えております。制度改正の内容を的確に把握するとともに、改正後の運営についても展望をもった対応をしていく考えです。

本年も事業団といたしましては、三鷹市と連携を図るなかで事業運営を着実に進め、地域社会への貢献に努めていきたいと考えております。皆様には引き続きご理解、ご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



理事長 津端 修

親子ひろば (三鷹駅前保育園)

親子でお楽しみ

三鷹駅前保育園で行っている保育園・一時保育・トワイライトステイ・親子ひろばの4事業の中から今回は親子ひろば事業をご紹介します。

昨年度から親子ひろばでは月一回行われる「おやこおたのしみ講座」の充実に力を入れてきました。手作りおもちゃ講座やわらべうた講座、ベビーヨガ講座や助産師さんによるベビーマッサージ講座なども加わりました。講座内容は毎月掲示し、利用者の方々にお知らせしています。

ベビーマッサージ講座は、生まれて数ヶ月の赤ちゃんとのように関わっていったらいいか関心を寄せているお母さんは多いのでは、との思いから設定しました。助産師会の助産師さんが来て下さり、ベビーマッサージだけでなく、子育てのヒントが満載で、とても有意義な時間となっています。また、参加したお母さん方からの質問に丁寧に答えて下さるだけでなく、赤ちゃんと楽しくふれあひながらの進行はとても和やかな雰囲気になりました。

サークルやボランティアの方による読み聞かせは、子どもたちが地域の方とふれあうとてもいい機会だと思います。普段のお楽しみ会の中でも絵本を読んでいます。読み聞かせがある日は子どもたちの注目の仕方が違うように感じます。また、絵本サークルのみなさんは絵本を読むだけでなく、劇や歌を入れたり小道具を使ったりするなどの工夫をこらし、その様子に子どもたちも興味津々でした。



ボランティアによる
読み聞かせ



ベビーマッサージ
講座

*親子ひろば

開館日：火曜日～土曜日

開館時間：10:00～16:30

利用対象者：0～3歳までのお子さんとその保護者

*おたのしみ会(火曜日～金曜日)

11:00と15:00からの30分間、わらべうたや手遊びをして親子でのふれあひを楽しんだり、パネルシアターやペープサート(紙人形劇)などを行ったりします。

*身体測定：毎月2回

(午前の場合11:00～12:30・午後の場合14:30～15:30)

和敬清寂 (ちどりこども園)

ちどりこども園では、子ども達が日本の伝統文化に触れる体験として、年3回お茶の先生に来ていただいて、4歳児・5歳児を対象にお茶会を開いています。お茶会では、子ども達は白い足袋に履き替え、畳のへりを踏まずに静かに歩いて席に着くという作法から学んでいます。床の間に飾ってある季節のお花と掛け軸を眺め、お茶を点(た)てる一連の流れを見てから懐紙にのったお菓子をいただき、お茶を飲みます。季節のお菓子も楽しみの一つです。お茶をいただく前に、隣に座っている友達に「おさきに」と声をかけ、友達への心配りが気持ち良いひと時をつくることも実感します。子どもたちは日常とは違った静かな時間が流れるお茶会を通し、『和敬(わけい)清(せい)寂(じゃく)』…人のことを思いやりながら、お友達と仲良く、静かなあわてない心でお茶を楽しむ…という“茶の心”に触れ、季節の移り変わりに敏感になったり、感謝や思いやりの心を育てています。

5歳児は2年間の間に計6回参加し、卒園までに自分でお茶を点てられるようになり、3月の最終回には「おしるし」というお免状をいただけます。取り組んできたことが形となり子ども達の達成感や喜びにもつながっています。園の職員だけでなく地域のボランティアの方の力を借りての豊かな経験としてのお茶会、和室があるちどりこども園ならではの取り組みとなっています。



三鷹市立ちどりこども園でのお茶会

移転して半年が経ちました（母子生活支援施設三鷹寮）

母子生活支援施設三鷹寮は、建て替えに伴う新施設への移転が完了してから半年が経ちました。

建て替え前の旧施設、建て替え中の仮施設（プレハブ）では、お風呂や洗濯場が共用でしたが、新施設ではそれぞれが居室内に設置されています。これらにより、利用者にとっては、とても便利で住みやすくなったことと思います。加えて、この新施設では、エレベーターも設置されています。このため、最上階である4階への移動や荷物の搬出入も楽々行うことができます。また、集会室・学習室について言えば、旧施

設・仮施設に比べて狭い感じもするのですが、子どもたちが卓球等をするのには、十分な広さです。そして、調理スペースが同室内に設置されている等、行事の開催の利便が向上しました。

日当たりのよい三鷹寮。今年も寮の子ども達やお母さんに、やわらかくあたたかい日射しがいっぱいふりそそぐ事でしょう。



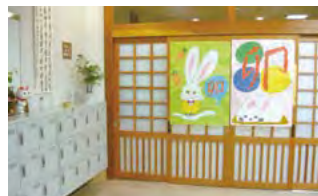
集会室・学習室



居室のキッチン

デイケアで元気に（老人保健施設はなかいどう）

要介護認定を受けた方に、通所リハビリテーションや介護予防通所リハビリテーションを行っています。



通所リハビリテーションの1日（例）

● 午前

9:30 ~	送迎バスではなかいどうに到着 ・お茶 ・健康状態の確認（体温・血圧・脈拍を測定）
10:30	全体体操
11:45	昼食



● 午後

12:30	歯磨き・昼休み
13:30 ~	軽体操
13:45 ~	午後の活動（創作活動・趣味活動 集団訓練・個別リハビリテーションなど）
15:00	おやつ
15:20 ~	お帰りのバスに乗車

あたたかいお弁当（在宅福祉サービス）

食事の支度等お困りの方に、栄養のバランスに配慮した温かな食事をお届けしています。

お食事は、右の保温ボックスでお届けします。ご指定の場所までお届けいたしますので、ご希望の方はお申し出ください。



バックルを開けますと、お食事が入っています。そのまま召し上がっていただけますが、電子レンジで温める場合は中蓋を外してご使用ください。



献立例

おしながき

- ・桜えびと枝豆のご飯
- ・紅鮭の和風ムニエル
- ・南瓜と車麩炊き合わせ
- ・たらこジャガイモのソテー
- ・ご飯
- ・赤だし
- ・フルーツ

〔 651 kcal 〕
〔 塩分 2.4g 〕

※食器類は使い捨てではありません。次のお届けの際に回収させていただきます。残飯を捨て、軽く水洗いをお願いいたします。

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）

こんなときは…

～はなかいどう地域包括支援センターから、よくご質問いただく内容についてご紹介いたします。～

Q.1 介護保険の保険料は払っているが、いざ利用するとなると方法が良くわかりません。まずどのようにしたら良いですか。

A まず介護保険の申請が必要です。申請用紙は地域包括支援センターに常備してあります。またご自宅へ職員が訪問し、申請の代行手続を行うとともに、今後のきめ細かいご相談をさせていただきますこともできます。

Q.2 日頃家事を行っている家族が入院してしまいました。私は食事作りなど家族に任せきりだったので困っています。どうしたら良いでしょうか。

A 配食サービスを行っている民間の業者があります。内容は業者により多少異なります。また、三鷹市では要件がありますが、地域のボランティア団体等による給食サービスを行っておりますし、当事業団では、1年365日の昼食と夕食の配食サービスを行っています。このようなサービスを利用されてはいかがでしょうか。

Q.3 同居の家族はいるのですが、仕事をしており夜遅くに帰ってきます。私は高齢であり持病も持っているため、何かあった時のことを考えると不安です。何か良い支援やサービスはありませんか。

A 緊急通報サービスというものがあります。内容は業者によって多少異なりますが、緊急の際に通信機の緊急ボタンを押すと24時間体制の受信センターにつながり、必要に応じて119番通報等の対応してくれるものです。なかには、携帯型の通信機（ペンダントタイプ）等が利用できるものもあります。

地域包括支援センターとは

地域包括支援センターは、地域のご高齢の方の心身の健康保持のため必要な援助を行うことにより、その方の心身状態の改善や福祉の増進を包括的に支援することができる総合相談窓口です。何かございましたら、是非一度、お気軽にご相談ください。

はなかいどう地域包括支援センター／TEL.0422-44-7400
（平日午前8時30分～午後5時15分）

いきいき 利用者さま

すばる

「昴の会」に参加されている

畑 かず子(はた かずこ)様 三鷹市牟礼在住

生まれは大正5年、今年で94歳となりました。昴の会では最高齢になります。

日頃から常に体を動かすことを心がけ、毎朝1時間程度の散歩が日課です。

午後は60歳から始めたピアノを弾き、ただいま「きよしこの夜」「荒城の月」を練習中です。

読書も大好きで昨年は180冊を読破しました。



すばる

「昴の会」担当者からひとこと……………

教室の体操では他の参加者と同じように体を動かしその若さに驚かされます。

畑様のように年を重ねていきたいものです。

すばる

介護予防に 介護予防教室「昴の会」のご案内



日時：第2、4金曜日(祝日除く) 午後2時から3時30分

場所：老人保健施設はなかいどう 会議室

★ 参加費無料

★ 予約不要

連絡先 はなかいどう地域包括支援センター

0422-44-7400(日曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分)

あたたかい善意

今年度(平成22年11月まで)

当事業団又は施設あてに

1,098,000円のご寄附をいただきました。

あらためてお礼申し上げます。

どうもありがとうございました。



裏面:クロスワードパズルのこたえ

み	す	た	ー			さ			し
	か			ほ	い				み
い	の	が	し	ら	こ	う	え	ん	
	つ		と		う			の	
と	り	の	こ	も	ち	は		う	
	ー		り			る		え	
			と	も	ぬ	の		ん	
	そ	む	り	え		な			
つ	う			ほ	ん	だ	な	ど	
	か	い	い	ん			く	う	
ち	い	せ					さ	く	ら
ず		せ	き	れ	い				

□ 太枠の文字を数字の順に並べると「はなかいどう」になります。

クロスワードパズル

ヨコ1	タテ2					タテ6			タテ8
	3			タテ5					
	ヨコ5						6		
ヨコ2						タテ7	1		
				ヨコ9					
	ヨコ6 タテ3								
ヨコ3				ヨコ10			2		タテ9
	ヨコ7		タテ4						
ヨコ4 タテ1	4						ヨコ11		
		ヨコ8							

6. ワインを選び、サービスをする専門職。
三鷹では「星の〇〇〇〇みたか」の認定も。
7. ある会に加入している個人や法人。事業団では、利用__、協力__、賛助__で成り立っている在宅福祉サービスがあります。
8. 水辺におり、尾が長く上下に振る習性がある鳥。
9. 仕立てた衣類と同じ布地の切れ端。
10. 本を保管する棚。
11. バラ科の落葉高木。ソメイヨシノなど。

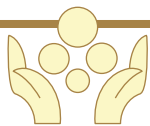
【タテのカギ】

1. 地球上の位置などを記号・文字などを用いて平面上に表した図。
2. 墨田区に建設される地上デジタル放送用の電波塔「東京〇〇〇〇〇〇〇」。
3. 爽やかで気持ちが良い様子。
4. 貝塚・古墳・集落跡など、過去の人類の活動のあと。三鷹でもいくつも見つかっています。
5. 国立天文台の協力のもとに三鷹市が運営する施設「〇〇〇〇〇〇〇〇〇の家」。国立天文台三鷹キャンパス内にあります。
6. 地位や高さなどがいちばんたかいこと。
7. 芹(せり)・薺(なずな)・御形(ごぎょう)・繁縷(はこべら)・仏(ほとけ)の座・菘(すずな)・蘿蔔(すずしろ)。1月7日にお粥にして食べる風習があります。
8. 住民が、自家用の野菜生産やレクリエーションを目的として借りる小規模な畑。全国では3000箇所以上あると言われ、三鷹にもあります。
9. 趣味として楽しむこと。また、その楽しみ。

..... こたえは裏のページです。

【ヨコのカギ】

1. 男性の姓名の前に付ける敬称。野球の長島さんの愛称。
2. 祝儀用の紅白の餅。鶴の子餅とも。
3. 趣味・道楽について精通している人。
4. 社会やある組織の中で、人や物の占めている立場。
5. 三鷹市と武蔵野市にまたがる公園。
中心に武蔵野台地最大の湧水池がある。



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
- 三鷹市立ちどろりこども園／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/>