

RAKU [らく]

楽友会ってこんなトコ



「楽友会東側の風景」

シリーズ 楽友会ってこんなトコ!!

多摩市白楽荘在宅サービスセンター

デイサービス「えがお」(愛称)をご紹介します。

介護のお仕事

「生活相談員」

仕事概要、適正、資格要件等

栄養士' Sキッチン

ベリースカッシュ

地域の輪

多世代が集い、街のこれからを考える

からきだ匠カフェ

楽友会職員に聞いた、日々のほのぼのエピソード

介護っていいな。楽友会っていいな。

介護っていいな。楽友会っていいな。 p 2

CONTENTS/ つるのひと声 p 3

■シリーズ 楽友会ってこんなトコ!!

白楽荘在宅サービスセンター

通所介護部門 「えがお」

ご利用者の「やりたいこと」を応援します！ p 4

■介護のお仕事

福祉業界の様々な資格や職種、仕事の内容をご紹介します

「生活相談員」 p 8

■地域の輪

多世代が集い、街のこれからを考える

からきだ匠カフェ p 12

■栄養士’ s キッチン

ベリースカッシュ p 14

機織りの先生募集 / 寄附のお礼 p 15

事業所案内 / ACCESS

納涼祭のご案内 p 16



表紙
「楽友会東側の風景」
7 階ケアワーカー
高橋 俊一郎 作

介護を取り巻く時代の流れを考える
つるのひと声

介護福祉業界のマイナス
イメージを払しょくします !!



現在、東京の介護福祉業界では「人材不足」という大きな課題を抱えています。

2025 年には団塊世代の多くの方が 75 歳以上になられ、介護需要の高まりが予想されていますが、それと同時に東京の介護サービスは人材不足から崩壊を迎える可能性があるとも言われています。深刻化している[介護福祉の人材不足](#)。その背景には何があるのでしょうか。

一般に介護福祉施設の仕事というと、「重労働で低賃金できつい」などという暗いイメージが定着してしまっている感があります。そして、そうしたイメージが若者の就業を遠ざけているようです。それにしても「介護＝暗い」というイメージは何とか払拭できないのでしょうか。

はっきりと申し上げますが、[私たちの職場には、毎日ご利用者や職員の笑顔と笑い声がたくさんあります。そして明るく暖かな環境のなか穏やかな時間が流れています。](#)確かに楽な仕事ではありませんがそれはどんな仕事でも同じでしょう。

そうしたなか、[都では「介護や福祉の仕事のマイナスイメージを払しょくします！」と、新たに「変わりゆく福祉職場の“今”という映像を作成し公開しています。](#)ユーチューブでも検索してご覧になれますので、百聞は一見に如かず、次世代を担う中高生やその保護者の方、教職員の方をはじめ多くの方にご覧になっていただければと、この場を借りてご紹介させていただきます。

ご利用者の笑顔。そして、スタッフの笑顔に、介護っていいな、楽友会っていいな、と思います。

震災の時に、福島から入荘された方のご家族が、年に数回来荘されます。お会いするたびにとても感謝してくださり、恐縮するばかりです。遠くにいらっしゃるご家族にも、安心してご利用いただける、そんな介護を続けていきたいです。

毎日の何気ない生活に、少しでも笑顔の花を咲かせるお手伝いができる、介護っていいな。

ご利用者が亡くなり、ご遺族が気持ちの整理が出来たらボランティアをさせていただきたいという声を聞き、楽友会の温かみを感じます。また、地域に密着しているのが、大変良いと思います。

介護っていいな。楽友会っていいな。

楽友会職員、ボランティアさんに聞いた、日々のほのぼのエピソード。

地域の方から「白楽荘っていいところですね。以前、知り合いの親が入所したんです。周りの人もみんな羨ましがっていました。」というお話がありました。

楽友会は、社会福祉法人として、地域に根差した取り組みを日々考え、活動しています。もちろん、様々な評価はあると思いますが、ご利用者一人ひとりに向き合い、支援している職員を見ると、地域の方からの言葉の重みを感じ、「楽友会っていいな。良いところだな。」と感じました。

一職員が歯車のひとつとなって楽友会を支えている事。また、地域からの楽友会のイメージや、存在意義を意識しながら、私も一職員として働いていきたいと思えます。

「ありがとう」と笑顔で言われると、頑張ってたかった！と思います。

楽友会は高台にあり、景色がいい。富士山も見えます♪

人気のお風呂。
広い空間でゆったりと、
高台からの眺めを
お楽しみ下さい。

point2 人気のお風呂

楽友会は、高台の立地を活かし、
お風呂からの眺望を考えた設計
になっています。季節に合わせて
菖蒲湯や柚子湯をお楽しみい
ただけます。



一般浴室



機械浴室



相談員
齋藤 加津美

主任
池田 俊二

副主任
奥江 崇

シリーズ 楽友会ってこんなトコ!! PART2
多摩市白楽荘在宅サービスセンター
通所介護部門 「えがお」(愛称)
おひとりおひとりのお気持ち
を大切に、「えがお」が集まる
デイサービスです。

楽友会のデイサービス「えがお」っ
てどんなトコ?今回はデイサービス
の職員に、「えがお」の魅力を伺いま
した。

「やりたいこと」
を応援します!!

「えがお」は定員35名。毎回様々な
活動の中から、「やりたいこと」を選
んでいただきます。ご自宅では準備
が大変な書道や絵手紙は大人気。書
道は月に4〜5回先生がお見えにな
りますが、それ以外の日も毎日練習
できるよう、準備をしています。

多くの方をお迎えするため、趣
味や創作の活動の他、お友達とお
話を楽しまれたり、窓からの景色
をみながらゆっくりお茶を飲まれ
たりと、皆様の活動は様々。広々
とした空間を活かして、出来る限
りご利用者の「やりたいこと」を
実現できるよう工夫しています。
現在活動として取り入れていな
いものも、ご希望があれば実現

に向けて努力致します。もちろん、
皆さんで楽しむイベントもたくさん
ご用意しています。

お風呂とお食事、
好評です。

お風呂は高台の眺望を活かし、大
きな窓からの眺めを楽しみながら、
ゆっくりとおくつろぎいただけます。
季節に合わせて、菖蒲湯や柚子湯の
他、入浴剤で美肌を目指します!!一
般浴だけでなく、機械浴のご用意も
ございますので、多くの方に入浴を
お楽しみいただけます。

「えがお」では、毎日季節に合った
お食事をご用意しています。数種類
の中からお好みのものをお選びいた
だける、選択食を月に2回実施して
います。その日、その時に食べたい
ものを選んでいただけるので、とて
も好評です。

日本全国のご当地メニューが食べ
られる「郷土料理の日」は、ご出身
の地域のお料理や、様々な地域特有
のお料理をお楽しみいただけます。

選択食の一例です♪

ここから2種類
お選びいただけます。

鰯のねぎ味噌焼き
ツナ入り卵の甘酢あん
豚肉と野菜のカレー風味ソテー

+

炊き込みご飯
チンゲン菜炒め
もやし酢の物

きざみなどの食形態にも対応
しています。ご相談下さい。

point3 美味しいお食事

季節に合わせたお食事をお楽し
みいただけます。お好みの主菜
をお選びいただける、選択食(月
2回)もご用意。選ぶ楽しさも
味わっていただけます。

楽しいイベントが
たくさんあります♪

point1 「やりたいこと」重視

ご利用者の「やりたいこと」を
大切に、様々な活動を行ってい
ます。是非「やりたいこと」を
実現して下さい。



ご利用者の「やりたいこと」を
一緒に実現してみませんか？
お気軽に
お問い合わせください

point5

充実したボランティア活動

ボランティアといっても、活動は様々。皆様の出来ることを出来る範囲でお手伝いいただくのが大前提です。趣味の活動や、空いた時間の有効活用に、一度試してみませんか？

「えがお」では、ご利用者の、たくさんの「やりたいこと」を叶えるため、職員だけでなく、多くのボランティアの皆様にご活躍いただいております。しかし、もっと、もっとご利用者のご希望に応えていきたい。そんな思いから、ボランティアを募集しています。趣味の活動をご利用者と一緒にやってみませんか？ご利用者の笑顔に、いつもとは違った世界が見えてくるかもしれません。趣味以外でも、ご利用者と一緒にお茶をのんだり、お話を楽しんだり、様々なボランティアがあります。見学がてら、是非一度、遊びにいらして下さい。

ボランティア、募集。



広々とした見晴らしのいいデイルームが自慢のデイサービス。
このたび、愛称が「えがお」に決まりました。



テーブルにいつも季節の花が飾られて、いっそう和やかで明るい気持ちにさせていただきます。週1回の短時間がとても貴重で楽しいです。

毎週水曜日にドライヤーかけやお茶だし、雑巾作りに配膳の準備まで幅広くお手伝いをしてくださっています。

多摩市白楽荘在宅サービスセンター

通所介護部門 「えがお」(愛称)

所在地：〒206-0042 多摩市山王下 1-18-2
デイサービスの体験や、ボランティアの募集など、随時受け付けています。イベントやお食事、デイサービスの取り組みにつきましても、お気軽にご相談下さい。

お問い合わせ 042-376-2942

やってみてよかった!!

ボランティア



ささやかなお手伝いですが、私にとりましても充実した時間となっております。

毎週木曜日 偕楽荘からボランティアに来て下さいます。穏やかで、やさしいお人柄が人気です。

見学、体験、大歓迎!

「えがお」は、夏祭りや保育園との交流、スターバックス珈琲共催の珈琲交流会など、イベントも多彩です。様々な取り組みを一度体験してみませんか？見学、体験、大歓迎です。

要支援、要介護の方にとっては、現在の身体の状態を維持する事が大切です。ご自宅で安心して日常生活を送る事が出来るよう、おひとりおひとりの状態にあわせて機能訓練を行います。また、「近所のスーパーへ買い物に行きたい」などのご希望がある場合は、ご自宅からスーパーまでの経路にある坂道や階段等を想定し、当施設や近隣の公園を利用した機能訓練を行います。「レストランに行きたい」とご希望のご利用者は、外出中のトイレを心配され、様々なタイプのお手洗いに対応できるよう練習しました。

長期的に計画をたて、無理のないよう、また、少しでも自信をつけていただけるよう取り組みます。ご希望の目標を達成出来た時の喜びを、ご利用者と共有できることは、私たちの大きなやりがいにもつながっています。

機能訓練を積極的に 行っています。

片足ずつ
上げて、
下ろす!



今度は踵を上げて、下ろす!



今回はウォーキングの後、スクワット、足の上げ下ろしやストレッチなど、看護師と一緒に様々なメニューをこなしていました。最後は足をマッサージしてリラックス。

point4 機能訓練

日常生活の維持、目標を設定しての訓練等、ご希望に合わせた機能訓練を実施します。

特養相談員に聞きました。

相談員に向いているのはどんな人？



熱い心と冷たい頭の人
(アルフレッド・マーシャル
英経済学者より)

頭の回転が速く、
相手の事を考え、
先々まで見通せる人

この人に相談したら
解ってもらえると思
う寄り添いの気持ち
を持っている人

細かい所に気が付き、疑問のままで
終わらせない探究心と、人の痛みが
分かる優しさを持ち合わせた人

介護のお仕事

福祉業界の様々な資格や、
職種、仕事の内容をご紹介します。

生活相談員

生活相談員ってどんな仕事？今回は特別養護老人ホーム白楽荘の生活相談員に、仕事内容や適性を伺いました。

事業所・職員・ご利用者・ご家族をつなぐ「架け橋」。「相談してよかった」と言われることが、大きなやりがいにつながります。



生活相談員
汐海 真弓

生活相談員
蛭子 誠子

生活相談員
岩間 久美子

生活相談員
倉田 和希

趣味：トロンボーン

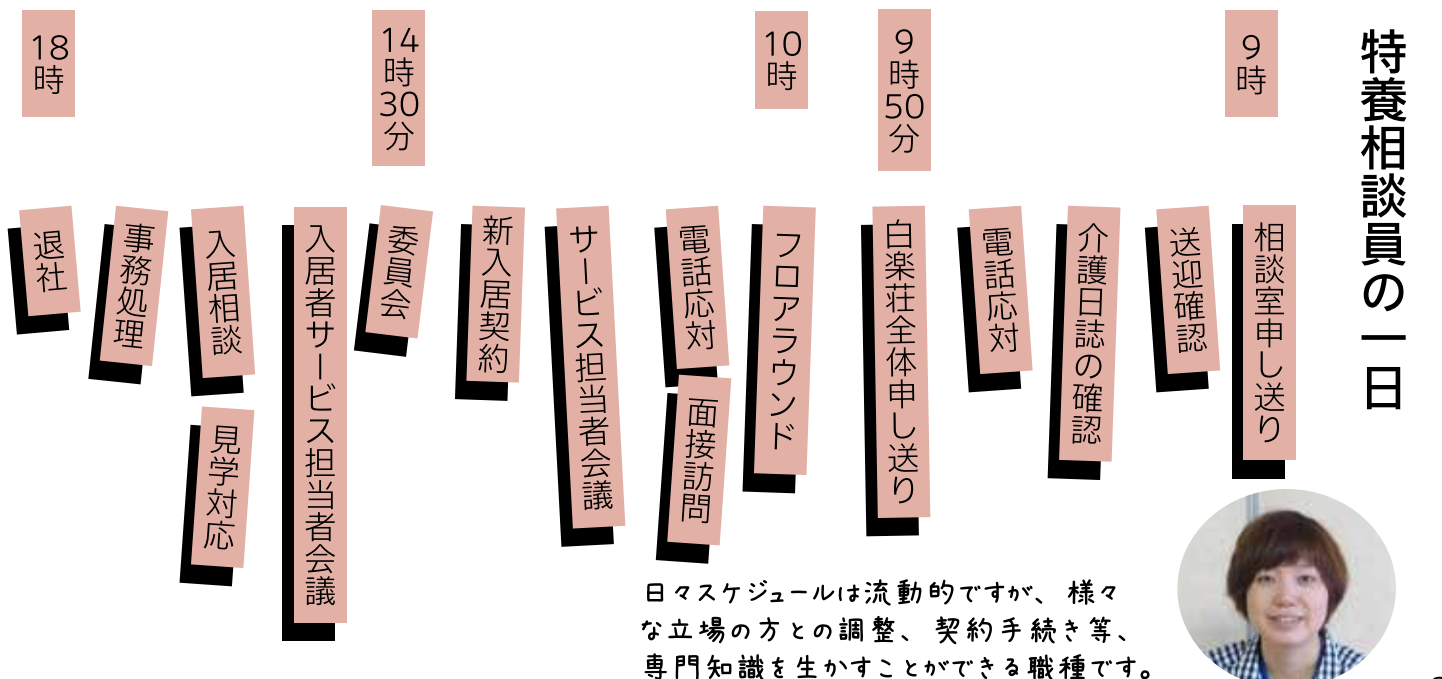
趣味：登山

趣味：旅行

趣味：釣り

主な仕事内容

介護サービスを必要とするご利用者とご家族の相談に応じて、安心して生活を送れるように環境を整える仕事です。ご利用者のニーズ、心身の状態、家庭の問題を踏まえて、支援の計画を企画・立案・実行します。そのため、施設職員、ケアマネジャー、その他外部の関連機関との連絡・調整が業務の要。その他、入所・退所手続き、契約、苦情の窓口調整業務等、幅広い業務も担います。



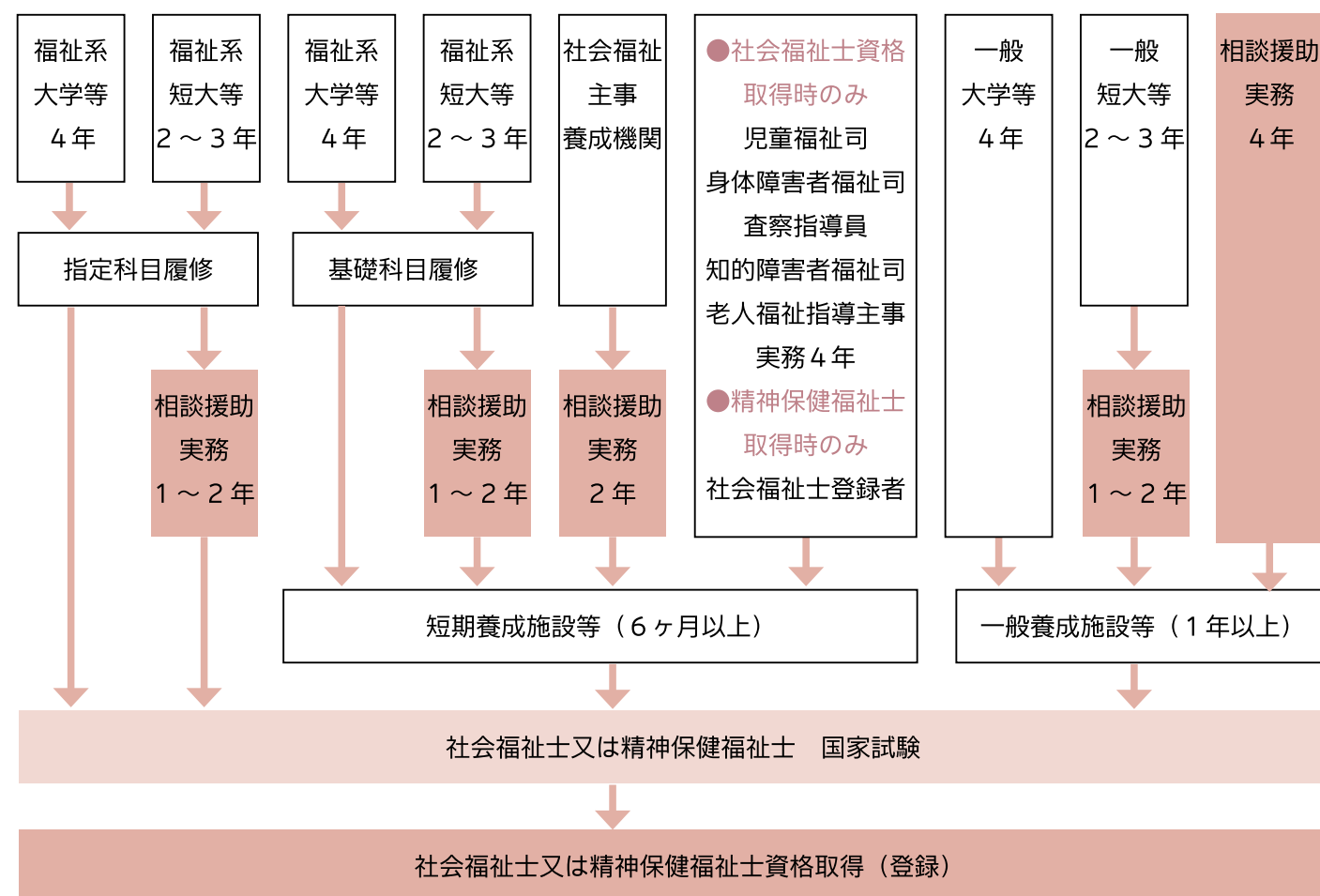
日々スケジュールは流動的ですが、様々な立場の方との調整、契約手続き等、専門知識を生かすことができる職種です。



資格取得への道

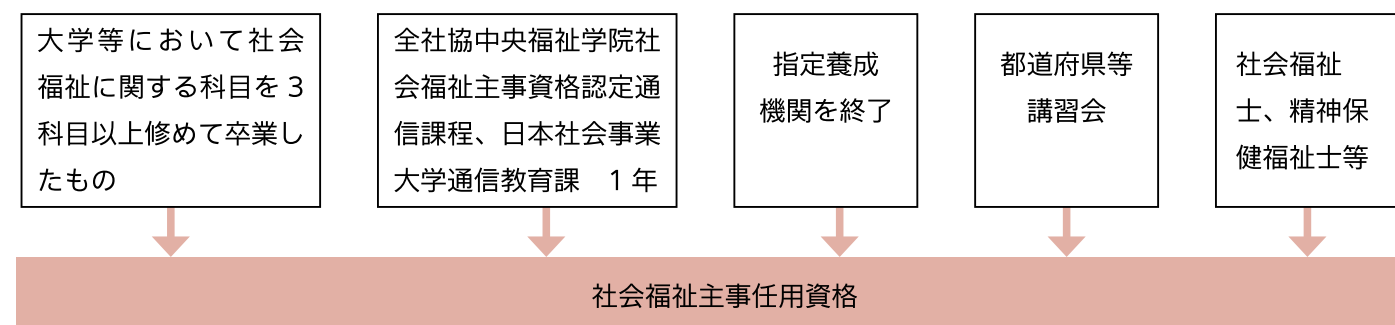
ここでは、社会福祉士、精神保健福祉士、社会福祉主事任用資格の資格取得について掲載します。詳しくは厚労省のホームページをご覧ください。

社会福祉士・精神保健福祉士



※社会福祉士は精神保健福祉士受験時に一部試験免除。精神保健福祉士は社会福祉士受験時に一部試験免除となります。

社会福祉主事任用資格



生活相談員の職場

生活相談員の職場は、特別養護老人ホーム、有料老人ホーム、老人保健施設、デイサービスなど、多岐にわたります。家族、ご利用者、事業所をつなぐ、やりがいのあるお仕事。資格取得等、是非チャレンジしてみてください！！

生活相談員になるには

生活相談員になるには、社会福祉法・厚生労働省令で認められた資格を取るほか、自治体により、条件付きで認められる資格・経験が必要です。



社会福祉法・厚生労働省令で認められた資格

- ・社会福祉士(国家資格)
- ・精神保健福祉士(国家資格)
- ・社会福祉主事任用資格

自治体により、条件付きで認められる資格・経験

- ・介護支援専門員（ケアマネジャー）
- ・介護福祉士（経験年数に指定がある場合あり）
- ・老人福祉施設の施設長を経験した方
- ・特養等で、ケアプラン作成に関わる実務経験が1年以上ある方
- ・その他（一定期間の介護職経験を有する等）

※自治体により、上記追加要件がある場合があります。自治体担当窓口にご確認ください。

どの資格とる？



「多世代」「居心地の良い場所」

からきだ匠カフェは「多世代」「居心地の良い場所」をコンセプトに認知症の方やそのご家族、地域住民、介護や福祉の専門職が集まり、情報交換や相談事などを語り合える新たな繋がり、憩いの場として開催しています。地域の方たちが安心して暮らしていくには、周囲の方々の理解や協力が必要です。こどもから大人まで、様々な方たちが気軽に集まることの出来る居場所があれば、お互いが助け合い、支えあう関係が自然とできるのではないのでしょうか。

6月28日開催のカフェでは「ココロを遊ばせてつながろう！」というテーマで大妻女子大学の先生方がお話をされました。会場には30名以上のお客様。初対面同士の方々がテーブルごとにディスカッションなどを楽しみ、盛り上がりっていました。

「匠（たくみ）」の集う場

医療や介護の専門的な知識や技術を持つ

人たちが身近にすることで、気軽に専門的な事を相談できます。また、様々な分野で活躍されてきた方々「匠」（たくみ）にも力を貸していただきながら、より良い生活が送れたら素敵だと思いませんか？何か得意な事や、様々な経験を、地域で共有することで、よりよい街を作っていく。そんな未来の実現を、このカフェは目指しています。

今後の活動について

今は月1回定期開催をしています。ゆくゆくは日常的にこのカフェに来ればいつでも誰か知り合いがいる、気軽に来れるという憩いの場にしたいと考えています。自然とつながりがもてるので、例えば認知症になった方がいても、一人で悩まず、相談したり、様々な分野から情報を得ることができるかもしれません。何かあってもお互い支え合っている環境が日常にあることが、街の力になります。そのために月1回定期開催のコミュニティカフェを含め、広報活動をしていきたいと思っています。

次回は「むかし遊び」

次回開催は7月26日（水）15時から。テーマは「むかし遊び」です。おはじきや紙飛行機、あやとり、こま回し、けん玉など昔の遊びが楽しめます。どなたでも参加できます。申し込み不要ですのでお気軽にお越しください！



社会福祉法人 楽友会 多摩市白楽荘 在宅サービス所長 芦田 弥生
有限会社 ティス 代表取締役 横倉 義明さん
あい介護老人保健施設 デイケア科 科長 惣ト 清光さん

からきだ匠カフェ

主催：あい介護老人保健施設 社会福祉法人楽友会

共催：大妻女子大学 多摩市社会福祉協議会

お問い合わせ 多摩センター地域包括支援センター 042-346-2941

多世代が集い、街のこれからを考える

からきだ匠カフェ

毎月第4水曜日 15:00～17:00 開催
キッチンティス（唐木田駅徒歩1分）
珈琲・紅茶・オレンジジュース¥200です。

今回は、コミュニティカフェをご紹介します。こどもからシニアまで、近隣地域の方々が、気軽に利用できる憩いの場です。地域で活躍されている団体等と一緒に様々なイベントを開催しています。唐木田駅徒歩1分。目玉焼きとギターの看板が印象的な、キッチンティス。ちょっと覗いてみませんか？

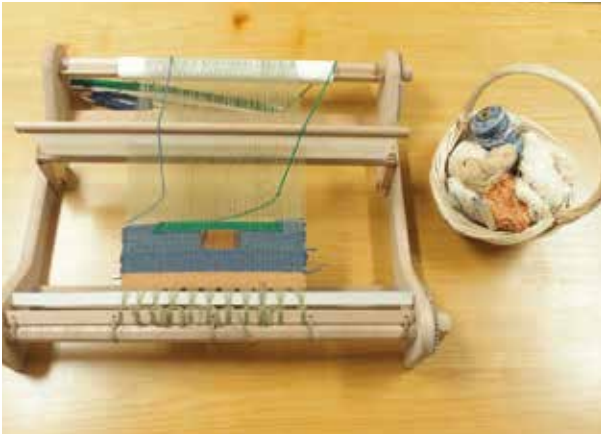


開催のきっかけ

山王下、中沢、唐木田、鶴牧には病院や施設が多く、安心して暮らすことの出来る環境が整っています。せっかく多くの医療や介護の専門家がいらっしゃる、日ごろから地域の方々と繋がっていく事で、いざという時に困らないような地域でありたい。そんな思いがこのカフェの開催につながりました。

「あい介護老人保健施設を今後どう地域に広めていくのかを考えていた。しかし、施設の立地の問題がある。そんな時、認知症対策オレンジの会の懇親会で認知症カフェをやってみては？という話が出た。楽友会の芦田所長と地域とのつながり、立地条件等の考え方が一致し、一緒に地域がなくなるカフェをやろう！ということになった」と、あい介護老人保健施設の惣ト（そうぼく）科長。地域住民の集まりやすい場所として、キッチンティス（唐木田駅徒歩1分）の店長、横倉さんに相談したところ、「お店をもっと地域に開きたい」と、協力していただくことになりました。

機織りクラブの先生を募集しています。



軽費老人ホーム偕楽荘では、機織りの先生を募集しています。今回機織りクラブの先生に欠員があり、急遽募集となりました。指を動かし、おしゃべりを楽しみながら活動している明るいクラブです。ボランティアで機織りクラブの先生をしてくださる方、是非ご連絡下さい。

場 所： 社会福祉法人 楽友会 偕楽荘
〒206-0042 多摩市山王下 1-18-2
活動日： 平日 月2回 1時間程度
連絡先： 042-376-1711
※交通費は全額支給致します。

寄附のお礼

佐久間 利正様 他、 総額 54,400 円
貴重なご厚志ありがとうございました。(平成 29 年 4 月～ 6 月)

事業所案内

社会福祉法人 楽友会

施設サービス

特別養護老人ホーム 白楽荘 042-376-1811 軽費老人ホーム 偕楽荘 042-376-1711

在宅サービス

多摩市白楽荘在宅サービスセンター
通所介護部門 042-376-2942 訪問介護部門 042-376-1866

相談事業

白楽荘居宅介護支援事業所 042-376-4968 多摩市多摩センター
地域包括支援センター 042-376-2941

ACCESS



電車でお越しの場合

京王相模原線「京王多摩センター」駅下車 徒歩約 15 分
小田急多摩線「小田急多摩センター」駅下車 徒歩約 15 分
多摩都市モノレール「多摩センター」駅下車 徒歩約 15 分
各駅より約 1 キロの距離です。ニュータウン通り側
職員駐車場内通用口からエレベーターをご利用下さい。

社会福祉法人 楽友会

〒206-0042 多摩市山王下 1-18-2
042-374-4649
HP <http://www.rakuyuukai.com>
fb <https://www.facebook.com/rakuyuukai1968>

バスをご利用の場合

多摩センター駅バスターミナル 4 番乗場
多 11 [京王] 松が谷循環
多 17 [京王] 松が谷高校循環
桜 85 [京王] 聖蹟桜ヶ丘駅行
「松が谷南」または「松が谷」下車 徒歩 5 分

栄養士's キッチン



カラフルなベリーとりんご酢のさわやかな酸味が、暑い夏にぴったりのドリンクです。はちみつのはんわりとした甘さが風味を引き立てて味わりもアップ！冷凍のミックスベリーを使って手軽に作れます。りんご酢が入っているので夏の疲労回復にもおすすめです。

ベリースカッシュ

エネルギー 60kcal 塩分 0 g

材料 (1 人分)	
★ 冷凍ミックスベリー	・・・大さじ 3 (約 30 g)
はちみつ	・・・小さじ 2
りんご酢	・・・小さじ 2
炭酸水	・・・150cc

作り方
1 グラスに★を入れて混ぜ合わせ、15 分ほど置いてなじませる。
2 グラスに炭酸水を注いで、混ぜる。

栄養のポイント

今回は、夏のレシピでりんご酢を使用しました。酢には、疲労回復、食欲増進、食中毒予防等、夏の健康管理に役立つ酢酸が含まれています。

炭酸水で割る前の状態で 2 日程度冷蔵保存できます。ヨーグルトに混ぜるのもおすすめです♪



下の方にはちみつがたまるので、ベリーとよくなじませてから炭酸水と混ぜてお飲みください。



納涼祭

盆踊り・太鼓・模擬店・花火
・お菓子のすくいどり（小学生以下無料）等楽しいイベントがいっぱい!!



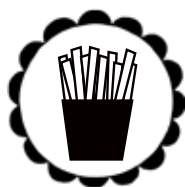
平成 29 年 7 月 27 日（木）18:30-20:10



やきそば



のみもの



ポテト



やきとり



かき氷



ポップコーン

日時：平成 29 年 7 月 27 日（木）

18：30-20：10

場所：〒206-0042 多摩市山王下 1-18-2

社会福祉法人楽友会

※駐車スペースはございません。お車で
のご来場はご遠慮下さい。

※模擬店はチケット制となります。

社会福祉法人楽友会

☎ 042-374-4649