2021.summer
vol.17

# RAKU [らく]

楽友会ってこんなトコ

■ ようこそ！楽友会へ
新任職員の紹介～７名の新任職員紹介特設コーナー

■ コロナ禍で出来たこと
特別養護老人ホーム白楽荘の取り組み
白楽荘デイサービスセンターだから出来たこと
軽費老人ホーム偕楽荘のチャレンジ

■ 法人の最新感染対策の紹介　　他

法人ホームページ　https://www.rakuyuukai.com

社会福祉法人　楽友会　広報誌

CONTENTS


事業紹介 2

常務のつぶやき 3

ようこそ楽友会へ 4
(新任職員の紹介)

コロナ禍で出来たこと① 8
(特養ホーム喫茶開店)

コロナ禍で出来たこと② 10
(白楽荘デイリモート音楽会)

コロナ禍で出来たこと③ 12
(偕楽荘 GOGO 体操始動)

最新の感染対策の紹介 14

栄養士‘ｓキッチン 16

表紙イラスト　白楽荘介護職員　高橋俊一郎



## 常務のつぶやき　日々雑感

　新型コロナウイルスワクチン接種が始まっています。まずは全国の医療従事者から接種が開始され、その後、高齢者等への優先接種が始まりました。同時に高齢者介護施設の従業者にも接種が行われています。

　当法人でも、５月中旬から特別養護老人ホーム及び軽費老人ホームの入居者、そして、両施設の従事者への接種が始まりました。５月中に１回目の接種が完了し、６月中には２回目の接種も終えています。

　ワクチン接種で心配していた副反応ですが、当法人では重篤なアナフィラキシーショックを起こした事例はまだありません。ただ、入居者そして職員の一部では発熱があり、接種をした多くの人は接種後の腕の痛みを訴えています。
東京都高齢者福祉施設協議会が実施しているワクチン接種後の健康状態アンケート調査の結果では、入居者よりも従事者の方が２回目の接種後に発熱する割合が高く、その割合は３割を超えていることが報告されています。若い世代の方がワクチン接種後の状態変化が起こりやすいと何となく見聞していましたが、実態としてそれが示されたようです。
　これから、あらゆる世代にワクチン接種が広まっていくことになります。それでも、新型コロナウイルスが消えてなくなるわけではありません。ワクチンの効果などについても、これからわかってくることもあるのではないかと思っています。

　今しばらくは、マスク着用、３密回避などの日常が続きそうです。

常務理事　鶴岡　哲也

## 社会福祉法人楽友会の施設事業所

**特別養護老人ホーム白楽荘**
TEL:042-376-1811 FAX:042-371-1562

**軽費老人ホーム偕楽荘**
TEL:042-376-1711 FAX 042-337-0327

**白楽荘デイサービスセンターえがお・ほのぼの**
TEL:042-376-2942 FAX:042-376-4962

**ほのぼの堀之内（認知症対応型通所介護事業所）**
TEL:042-682-3186 FAX:042-682-3187

**白楽荘訪問介護事業所**
TEL:042-376-1866 FAX:042-376-4962

**白楽荘居宅介護支援事業所**
TEL:042-376-4968 FAX:042-376-4962

**白楽荘居宅介護支援事業所とよがおか**
TEL:042-313-7992 FAX:042-313-7993

**多摩市多摩センター地域包括支援センター**
TEL:042-376-2941 FAX:042-376-1815

**八王子市高齢者あんしん相談センター由木東**
TEL:042-689-6070 FAX:042-689-6071

**法人本部（経営管理本部）**
TEL:042-374-4649 FAX:042-371-1562

# ようこそ！楽友会へ

令和３年４月１日に新たな仲間として、７人の新任職員が入職しました。緊張して迎えた勤務初日、同期との絆、先輩からのアドバイス…

一つひとつがこれからの経験となっていきます。皆さん♪宜しくお願い致します。

## 山田（やまだ）　咲（さき）

**所　属**
特別養護老人ホーム白楽荘

**職　種**
介護職員

**出身校**
都立野津田高等学校

**趣　味**
お囃子（今は出来ませんが、お囃子が楽しみです）

**抱　負**
ご利用者の皆さまと沢山関わっていきながら、皆さんが楽しい日々を過ごして頂けるよう頑張っていきます。

**先輩より**
ご利用者への丁寧な対応が出来ています。困ったことがあれば、相談をしながら一緒に頑張っていきましょう。とても素晴らしいですよ。ファイト♪

## 川合（かわい）　萌菜（ほほな）

**所　属**
特別養護老人ホーム白楽荘

**職　種**
介護職員

**出身校**
都立野津田高等学校

**趣　味**
読書（小説）動画を見ること

**抱　負**
ご利用者の皆さまが安心して生活してもらえるよう、一つひとつの技術をしっかりと身に付けていきたいと思います。

**先輩より**
とにかくフレッシュな川合さんは、職員に若さと癒しをくれます。利用者にも優しく、丁寧な対応を行い、職員一同、負けてられないなと感心しています。これからも、笑顔を忘れずに頑張ってください。

## 山口（やまぐち）　有紗（ありさ）

**所　属**
特別養護老人ホーム白楽荘

**職　種**
介護職員

**出身校**
町田福祉保育専門学校

**趣　味**
ダンスや動画を見ること

**抱　負**
ご利用者と関わる中で信頼関係を築き、ご利用者に寄り添えるようなケアワーカーになりたいです。

**先輩より**
日々の業務を丁寧に的確に出来るようになり頼もしく感じています。今後は、ご利用者の支援の為に今以上に他職員と相談や連携が必要になってくると思います。一緒に頑張っていきましょう。

## 西澤（にしざわ）　積也（せきや）

**所　属**
特別養護老人ホーム白楽荘相談室

**職　種**
生活相談員

**趣　味**
マラソン、体を動かすことは全般的に好きです

**抱　負**
一日も早く、ご利用者やご家族の皆さまのお力になれるよう、精一杯頑張っていきます。

**先輩より**
いつも笑顔でご利用者の皆さまと接しています。相談員の基本は相談し易い人柄だと思います。これからも基本忘れずに頑張って下さい。

## 黒沢（くろさわ）　育恵（いくえ）

**所　属**
認知症対応型通所介護ほのぼの堀之内

**職　種**
相談員兼介護職員

**趣　味**
お菓子作り

**抱　負**
皆さまの笑顔を見ることが好きなので、これからももっと笑顔で頂けるよう、一生懸命に頑張っていきたいと思います。

**先輩より**
黒沢さんの笑顔と今までの経験は、ご利用者の笑顔やご家族の安心にも繋がっています。これからも頑張って下さい。

## 福島（ふくしま）　里奈（りな）

**所　属**
特別養護老人ホーム白楽荘

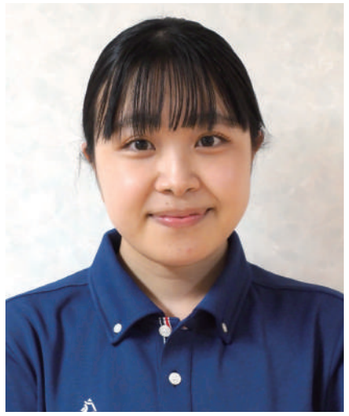
**職　種**
介護職員

**出身校**
町田福祉保育専門学校

**趣　味**
音楽鑑賞と動画を見ること

**抱　負**
ご利用者の皆さまが快適に生活して頂けるよう、毎日を大切に頑張っていきたいと思います。

**先輩より**
始めは緊張の日々を過ごしていましたが、最近は笑顔が輝いています。
大人しそうなイメージですがガッツがあります。夜勤業務も始まってきます。頑張りましょう。



## 北濱（きたはま）　遥香（はるか）

**所　属**
特別養護老人ホーム白楽荘

**職　種**
介護職員

**出身校**
和泉短期大学

**趣　味**
読書（小説、漫画、雑誌など）、美術館巡り、スイーツ巡り

**抱　負**
ご利用者一人ひとりに合った支援や声掛けをもっと学び、目標をもって皆さまのお役に立っていきたいと思います。

**先輩より**
笑顔がとても素敵な北濱さんです。利用者の方も北濱さんの笑顔を見ると、頬が緩んでいます。これからも、初心を忘れずに利用者にとって癒しの存在になってもらえたらうれしいです。

# コロナ禍で出来たこと①
# 白楽荘ホーム喫茶開店

昨年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で、特別養護老人ホーム白楽荘の全てのイベントを開催することは出来ませんでした。今年度は、ご利用者や職員のワクチン接種が進み、感染対策を講じて、ご利用者のために出来ることを考え、先ずは、喫茶（ホーム喫茶）を開店することにしました。

『季節を感じて頂きたい』『今を感じて頂きたい』

そんな職員の想いをご利用者の皆さまに届けられたらと思っています。

## 『頑張れニッポン！～五輪のチカラ～』
## ～白楽荘5階～

5階は、オリンピックをテーマにした喫茶を開催しました。

ご利用者の皆さんは、2020オリンピックではなく昭和39年の東京オリンピックをイメージしているのでしょう。「東洋の魔女」「アベベ」「円谷幸吉」こんな応援も出ていました。当時の写真もフロアに貼って、ご利用者と楽しいひと時を過ごしました。

## 『あじさい喫茶』
## ～白楽荘6階～

梅雨はジメジメして憂鬱な季節かもしれません。でも、そんな季節も日本四季を感じる機会かもしれません。そこで、『あじさい喫茶』に合わせ、ご利用者と一緒に紫陽花のちぎり絵を壁一面に作成しました。

また、スイーツを多数取り揃え、ミルクレープ・モンブラン・杏仁豆腐・プリンなどを注文して頂きました。売れ筋を聞いてみたところ、一番人気は王道のプリンでした。

## 『てるてる喫茶』
## ～白楽荘7階～

雨の後は…きっと晴れになるでしょう。そんな想いを込めて作ったてるてる坊主を喫茶に飾っています。職員は、正にてるてる坊主♪ご利用者の皆さまには、ホーム喫茶も雰囲気も楽しんで頂けたと思っています。早くコロナが晴れることを願っています。

白楽荘デイサービスのご利用者の様子

## コロナ禍で出来たこと②
# 白楽荘デイサービスリモート音楽会♬

多摩ボランティアセンターの協力で、ピアノの吉永先生とのコラボによる『リモート音楽会』を開催することが出来ました。デイサービスでの過ごし方もコロナの影響で大きく変化しています。様々な感染症対策を講じた中でも、ご利用者の皆さまには楽しい時間を過ごして頂けたと思っています。当日は、多摩ボランティアセンターの皆さまも参加されました。

吉永様の自宅からのスクリーンショット



## コロナ禍で出来たこと②　白楽荘デイサービスリモート音楽会

新型コロナウイルス感染症が猛威を振るう前は、療法士の先生による音楽療法や認知症療法、ボランティアの皆さまによる様々なレクリエーションやプログラム活動を行ってきました。それが、新型コロナの流行依頼、その全てが中止となりデイサービスでの過ごし方も一変してしまいました。

本来であれば、デイサービスの利用を通して地域の方やボランティアの方と交流することも、活動の魅力の一つでした。しかし、コロナ禍ではレクリエーション活動や多様なプログラムが相次いで中止となり、代替えのプログラムを職員だけで対応して約1年…活動にも限界を感じていました。そうした中、以前、白楽荘デイサービスで「ランチタイムに合わせたピアノ演奏」のボランティアを募集していた経緯からリモート音楽会の話を頂きました。

6月2日（水）当日…午後からオンラインで、ピアノ演奏者の吉永様の自宅、多摩市ボランティアセンター、白楽荘デイサービスセンターをリモートで繋ぎました。オンラインでの音楽会は、音声を切ったり繋いだり…司会の職員は一人二役で大変でした。30分の音楽会はアッという間、ご利用者の皆さまからは、「不思議な感覚！」「新しい楽しみ方ね」などと高評価を得ています。

司会者は「何回も練習した甲斐がありました。」とのこと。他の職員からも好評で、今後は毎月定期的に開催することとなりました。

白楽荘デイサービス ZOOM スクリーンショット

# コロナ禍で出来たこと③
# 偕楽荘ＧＯＧＯ体操始動

軽費老人ホーム偕楽荘で行われている『ＧＯＧＯ体操』は、理学療法士の先生による転倒防止に効果のあるラジオ体操とストレッチを組み合わせた独自の体操です。新型コロナ感染症以前は、年に４回体操教室も開催していました。

５月２１日（金）軽費老人ホーム偕楽荘のご利用者が集まり、約１時間にわたり『ＧＯＧＯ体操』を行いました。コロナ禍での運動不足もあり、久しぶりの運動はかなりのボリュームがあったそうです。例年であれば、年に４回の実施と体力測定も行っています。

現在は、新型コロナウイルスによる影響で中止しておりますが、『ＧＯＧＯ体操』は地域の高齢者の方も参加も可能です。新型コロナの影響が癒えたら、是非♪軽費老人ホーム偕楽荘のご利用者と一緒にやってみませんか。

この体操は GOGO 体操ですが…
GOGO 体操担当職員曰く
別名『本気のラジオ体操』だそうです。

『本気のラジオ体操』とは？
動作の意識・一つひとつの動きを確認しながらのラジオ体操です。

このシーンは本気のラジオ体操を始める前の『正しい姿勢』基本のポーズです。

さあ！ Let‘ s トライ

動画を見ながら『胸を反らす運動』
ラジオ体操の動画を見ながら、先生の指導の下で実施しております。

このシーンは『足は肩幅に開き腕を動かし肋骨と肋骨の間を広げるイメージ』です。

「肋骨と肋骨の間を広げる？」
ご利用者の皆様からは「中々難しい…」「足腰と二の腕が鍛えられている」そんな言葉が聞こえてきました。

このシーンは
『腕を上下に伸ばす運動』です。

先生曰く
○ 動くスピードを意識する
○ 早く動いて一瞬止める
○ 肘をまっすぐ伸ばす
○ 耳の横に腕がくるように
○ 肩から腕をあげるイメージ

もう過去のラジオ体操では物足りません。以上…『ＧＯＧＯ体操』（本気のラジオ体操）でした。

# 最新の感染対策の紹介

楽友会では、新型コロナウイルス感染対策として、外部からの感染症の持ち込みに細心の注意を払っております。特に、玄関口では様々な方の出入りがあります。そこで、感染症対策の一環として新たに、専用の手洗い器（WASH）を設置しました。

新型コロナウイルスは私たち社会福祉や介護に携わる者に様々な脅威や影響を及ぼしています。特に多くの高齢者が集団生活を送る施設では、外部から感染症を施設に持ちこまない、持ち込ませないことが大変重要です。そのため、楽友会においても様々な感染症対策を講じております。引続き皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

## 手順 .1

皆さんこんにちは！
来館時はまず受付で自動検温測定器に顔をかざして下さい。
マスクの着用していないと「マスクをして下さい」と言われます。

## 手順 .2

今年度初めに購入した自動手洗い器「WASH」です。
水道も排水も不要ですが、とても衛生的です。
手順に従いご使用下さい。

## 手順 .3

最後に…自動の手指消毒器に手をかざして下さい。
適量とされるアルコールが噴霧されます。

感染対策にご協力ください。

栄養士'sキッチン

夏の和菓子の代表ともいえる「水まんじゅう」。
あんを透明感のある生地で包み、見た目も涼感たっぷりです。
水まんじゅうは主にくず粉を使用しますが、今回は片栗粉で作ります。
暑い夏にぴったりの一品です！

# 水まんじゅう

1個　エネルギー：55 k cal

〔材料〕４個分
直径５センチ位の丸形４個分

| | |
|---|---|
| 片栗粉 | …２０ｇ |
| 水 | …２００cc |
| さとう | …１０ｇ |
| こしあん | …８０ｇ |

作り方

① 鍋に片栗粉、さとう、水を入れて混ぜて溶かします。
② ヘラで混ぜながら弱火で熱します。
③ 最初は半透明だった生地が徐々に透明感が出てきます。完全に透明になり、とろみが出てきたら火を止めます。
④ 水で濡らした型に$\frac{1}{2}$量の③を入れ、中心にあんこを落とします。その上に残りの③を入れて、あんこが隠れるようにします。
⑤ 粗熱が取れたら冷蔵庫に入れ、1時間ほど冷やします。

＊長時間冷やしてしまうと色が白くなり食感も固くなってしまうので、早めに召し上がって下さい。
＊製氷皿やカップケーキ型などでも作ることができます。

《「片栗粉」…名前の由来》

もともとは名前の由来にもなっているユリ科の植物「カタクリ」から採取されていました。
しかし現在ではカタクリ自体の生産量が少なくなり、近年の片栗粉は大量生産しやすいジャガイモから製造されるケースがほとんどです。
唐揚げや竜田揚げをカラッと仕上げたり、水で溶いて汁物や煮物に加えるとと滑らかなとろみが生まれます。

発行と編集　社会福祉法人楽友会経営管理本部　東京都多摩市山王下 1-18-2　TEl:042-374-4649