

### 3 7



こすが、ご入居者やご利用者当法人の職員にB...

者 成

の皆様

の中に

生ま

なり

ますが、

年の歴史があ

の歴史があり、令和は二四八番目の日本の元号は「大化」に始まり約千

八番目の元

四

百

となります。

施行さ

れ、

初めて迎える新年です。

昨年五月一日より新しい元号『令和』

が

は、

昭和初期と激動

えてこられた方もおら

され、

改めて歴史の重動の時代を乗り越

みを感じる次第です。

〒207-0003 東京都東大和市狭山2-1264-5 TEL042-563-8181 FAX042-565-5170 http://www.tamayamatoen.net

第64-



多摩大和園

編集: 広報委員会

印刷:(株)共同印刷所

PALRO とレクリエーション

を込めて、 東京二〇二〇オリンピック・ となりますよう心より祈念申し上 ひとりが大きな花を咲かせる」 5 るなど紆余曲折を経ましたが、 にされている方も多いのではないでしょう に東京で開催されるということで、 ク競技大会が開催されます。 ソンと競歩の会場を札幌に移すことが決ま れた「 本年が、 りましょう。 いよいよ今年最大のイベ 猛暑対策としてIOCが提案したマラ きよはらセンター長 明日への希望と共に、 皆様にとりまして輝 皆様と一緒に日本を応援 ント 五十六年振 パラリンピ という願い 令和に込め かし 龍 一げます。 楽しみ いえる してま ſ, 一年 h ッ

### 初 め 7 の新年を迎えて』

本年もどうぞ宜しくお願 謹んで新春のお慶びを申し上げます い致します。



### やまと危

# .第十四回 文化祭&芋煮会/十一月三日】

写真や作品の展示、家族会パウラ主催のバ ザーやコンサート、秋の風物詩の芋煮会など、 と・大切なひと・大切なもの~』を中心に しい一日を過ごしました。 今年のテーマ『たからもの~私の大切なこ















# 【ひまわり会の訪問/十二月一日】







# 【立花竜司コンサート/十二月九日】

【東大和市福祉祭/十一月十日】

当日は、立花さんの七十一回目のお誕生日で もあり、 花竜司さんのコンサートに行ってきました。 として訪問してくださっている演歌歌手の立 ストによるダンスや津軽発祥のすこっぷ三味 二十五年以上に亘り、毎月、ボランティア 賑やかなひと時を過ごしました。 お祝いムードも相まって大盛況!ゲ



令和2年1月1日

### やまとん

【芋煮会/十一月八日】

当苑の秋の風物詩の芋煮会を楽しみました。

### ビスセン 9

## 【サツマ芋の収穫/十一月五日】

園庭の畑で育てたやまと苑産のサツマ芋を 焼き芋にします。

産のぎんなんは完売しました!

新作の牛乳パックのイス、恒例のやまと苑 皆さまの日頃の活動成果を出展しました。



























三月

パウラ春うららコンサー ひな祭り・彼岸法要 一月

節分会・観音様の日

バウラ早春コンサート

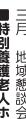
パウラ新春コンサート・観音様の日



■施設全体

【やまと苑

今後の予定



月 月 |特別養護老人ホーム 新年祝賀会・初詣・七草粥・鏡開き 地域懇談会『地域の防災活動』 地域懇談会『からだのしくみ③ 地域懇談会『からだの! しくみ②

**|**サービスセンター 花御堂飾り付け

月

元日~三日…年始休業 節分会・家族懇談会 新年祝賀会・初詣 (園庭)

三月月

ひな祭り・さくら湯

祝百歳

【福祉祭/十一月十日】

青木一雄様 ,十二月十一日]

小野口正次郎様 十二月十四日

祝百四歳

3

### さくら充

【外出サークル】

た。空気が澄んでいて綺麗でした。

の芋煮と一緒に頂きました。

屋外で七輪を使って秋刀魚を焼いて、熱々

【芋煮会】

お隣の南公園まで紅葉を見に行ってきまし

### 【日帰り旅行】

特養・ショ

ある江戸東京たてもの園を参観してきました。 お寿司を食べて、その後に小金井公園内に







































## 【地域ふれあいコンサート】

あいコンサートを開催しました。 東大和南高校の吹奏楽部による。 地域ふれ

焼きにして頂きました。

テラスで育てたキャベツを収穫し、お好み

【園芸サークル:収穫祭】







### 【福祉祭】

加しました。 晴天の中、市役所にて行われた福祉祭へ参



令和2年1月1日

### さくら充

【みんなの作品展】

?!みんなの作品展」へ出品しました。

今年も日々作成した作品を「がんばれ自

### 【世代間交流】 ビスセンター



その日をいつもとても楽しみに待っています。 近隣の保育園から毎月遊びに来てくれます。

















【さくら苑 今後の予定】

通

所









· 初詣

新年祝賀式典

新年祝賀式典

土鍋でおこわ

2 月

·節分会

・寄せ鍋イベント

節分会

桃の節句会

3 月

• 保育園児来苑

天ぷら実演

### 【日々の様子】

過ごされています。楽しみは活力の元です。 皆さん様々な活動に参加され、楽しそうに





## 【ふれあいデイサービス】

苦手な方も参加できる機能訓練が魅力です。 ふれあいデイサービスでは集団での活動が



### よはら

### 在宅サー ビスセレターきよはら

### 【うどん作り 十月中旬)

に思いを馳せ、みんなで協力して作りました。 江戸時代より続く郷土食の『武蔵野うどん』



















各種作品を、福祉祭で披露しました。 趣味活動の時間に制作したご利用者自慢の



# 【実りの秋 十月~十一月】

【食欲の秋

や温州ミカンなどの収穫を行いました。収穫 た作物は、おやつの時間に味わいました。 実りの秋を迎え、きよはらではサツマイモ

寿司』と一緒に堪能しました。

汁を作り、板前さんが目の前で握る『にぎり

きよはらの畑で収穫した秋野菜を具材に豚

十一月二十日~二十一日



## **【きよはら 今後の予定】**

ーサービスセンター

新年祝賀会・誕生会 利用者懇談会·世代間交流会

誕生会・世代間交流会 節分会・利用者家族懇談会・

月

おやつ作りの日・誕生会・

利用者懇談会・世代間交流会

三月



### 令和2年1月1日

### 在宅事業

# しんぼ





電

話

0

4

2

(5 1 6)

9 9 1

6

開設時間 所 在 地 地 新 |掘3の 新 前 水 定 堀地区会館2階 9 休日 6 の 時 仲原 5 午後5 1 木曜・ 向 原 日曜 時 清 原 祝日

ましたら、お気軽にお声をおかけください 介護の悩み、 請窓口にもなっています。 地域で気になることなどがあ 生活上の心 配

□です。 なぐお手伝いをします。 要に応じてほっと支援センターや関係機関 連携して福祉・介護サービスなどの支援に 個別訪問で生活状況の把握や見守りを行い、 より委託を受けて、 東大和市 高齢者の見守り支援を専門とした相談窓 社会福祉法人多摩大和園が東大和 高齢者見守りぼっくす 事業を運営しておりま 緊急通報システム んぼ

しんぼりからのお知らせ

### 防ごう! 口腔機能低下症

思 い 当 たることは ありません か ? あてはまる方は、「口腔機能低下症」かもしれません。

新 堀

- 口の中が乾く ようになった
- 口の中が 汚れている
- 薬を飲み込み にくくなった
- 食事の時にむせ ④ るようになった

- 活舌が悪く なった
- 食べこぼしをす るようになった
- 食べ物が口に残 るようになった
- 硬いものが食べ にくくなった

参考資料:日本老年歯科医学会HP

### 口腔機能低下症を予防するには・・・

清潔を保つ

お手入れが不十分で歯周病が進行すると糖尿病や心臓病等の 病気のリスクが高まります。



- ②歯間ブラシ、フロスを1日1回以上使う。 ①歯みがきは1日2回以上しっかりと行う。
- ④ブクブクうがいをしっかり行う。(洗口液も効果的) ③舌の汚れも取る。
- ⑤入れ歯は洗浄剤を用いて清潔を保つ。

### 口腔機能向上のためのトレーニング

### 1日1回やってみましょう!





口を大きく開けます。横に広げます。すぼめます。それぞれを5秒間行います。





### 7 4 7 4 8

### 【地域講演会を終えて】

講演会を開催しました。『認知症当事者の声を『認知症当事者の声を十月二十六日(土)午後、

当事者でもあり副理事長代表の守谷さん、認知症のはちおうじ』のデイサービス『DAYS

八王子市で活動する

並さんが登壇されました。ご利用者のことをメンバーと呼びます)の美代理の竹内さん、BLGメンバー(ここでは、

ださいました。

代表の守屋さんは、「認知症になると、制代表の守屋さんは、「認知症になると、に違和感を覚え、「役に立つ」、加型のデイサービスを立ち上げたことを話されました。また、竹内さんは、「認知症があっれました。また、竹内さんは、「認知症になると、制代表の守屋さんは、「認知症になると、制

だきました。が増えるといい、などの前向きな感想をいた症に対する意識が変わった、こういうところをに対する意識が変わった、こういうところが出るからは、もっと聞きたかった、認知

を考える機会となりました。感謝。今だからこそ、私たちにできることは何か?誰もが認知症になる可能性が示されている。

# 『近隣九施設合同防災訓練』

練が実施されました。ホームを会場として、近隣九施設合同防災訓ホームを会場として、近隣九施設合同防災訓十一月二十七日(水)の午後、向台老人

これは、東大和市内、武蔵村山市内の七つこれは、東大和市内、武蔵村山市内の七つこれは、東大和市内、武蔵村山市内の七つに開います。今年も、北多摩西部消防署の間で締結している災害時相互応援協定に基の問が締結している災害時相互応援協定に基の時別養護老人ホームと二つの老人保健施設の特別養護老人ホームと二つの老人保健施設



# 『二〇二〇年にやらないことを決める』

てみませんか? ないことをやめてみませんか? ならないこと、やりたくないことを決める前できなかったあなたは、やることを決める前できなかったあなたは、やることを決める前できなかったあなたは、と言ってなかなか断捨離やってみたいことがあると思います。 本年もどうぞよろしくお願いいたします。 のませんか?

使っているものです。コト、やる必要がないコトに、案外、時間をよくよく考えてみると、やらなくていい

は、断捨離を一緒にサポートします。 大付けやメンテナンスに時間が取られます。 をしも、どこから手をつけていいかわから をしも、どこから手をつけていいかわから だしい」という口癖もやめたいものですね。 だしい」という方は、断捨離トレーナーが訪問 ない…という方は、断捨離トレーナーが訪問 ない…という方は、断捨離トレーナーが訪問 ない…という方は、断捨離トレーナーが訪問 ない…という方は、断捨離トレーナーが訪問 をしま、どこから手をつけていいかわから をしま、どこから手をつけていいかわから をいいという方は、断捨離トレーナーが訪問 という方は、断捨離として「忙しい という方は、断捨離として「忙しい をしま、それらの

『てくてくと』の読者様限定で受付中です。 『てくてくと』の読者様限定で受付中です。 『てくてくと』の読者様限定で受付中です。

かましたひでこ公認断捨離『トレーナーをおしたひでこ公認断捨離『トレーナーの20(7839)3219【お問づ会場】午後六~七時/やまと苑喫茶室【参加費】一〇〇〇円(※前日までに要連絡)