



岩田スタッフ (右)
森山理事長 (中央)
奥野スタッフ (左)

恵比寿会の30年を

振り返って

フェローホームズ30周年を記念して、2018年入職の岩田さんと奥野さんが「理事長に聞いてみたい11の事」を携え、スタッフの代表として理事長と対談を行いました。

花だより

第101号 春季刊



題字/中村玉枝様 97歳

(大正12年6月1日生 仲間の家)

2021年(令和3年)4月24日発行

発行

社会福祉法人 恵比寿会
フェローホームズ



Fellow Homes

仲間の家・森の家・高松の家
フェローホームズデイサービスセンター
フェローホームズヘルプサービス
グループホーム・ヴィラ・フェローホームズ
フェローホームズアフタースクール
森の子ナーサリー(企業主導型保育所)

042-523-7601

フェローホームズ富士見相談センター
042-526-1353

羽衣地域福祉サービスセンター
フェローホームズ羽衣相談センター
立川市南部東はごろも地域包括支援センター

042-523-5612

森の子保育園
042-538-0729

しばさきのいえ子育てひろば 042-512-7704

立川市柏第四学童保育所 042-537-8555

立川市高松第三学童保育所 042-512-9703

立川市砂川七番学童保育所 042-537-7550

Q2. 30年前の立川市の印象は?
30数年前に立日橋ができて、その10年後にモノレールが開通しました。恵比寿会ができた

Q1. 「恵比寿会」の成り立ちを教えてください。

恵比寿会があるこの場所は元々、米軍の立川基地でした。その前は立川飛行場があり、昭和3年には立川—大阪の定期航空路が開設、昭和12年にはパリに向けて神風号が出立しました。昭和52年に基地が全面返還された際、元理事の鈴木さんが土地を譲ってください、社会福祉法人の法人格を取得し、高齢者福祉施設を立ち上げる運びとなりました。

昔の仲間の家の扉は自由解放だったので、ご利用者で池袋や荻窪にまで帰った方がいました。当時の警察は搜索をしてくれなかったもので、スタッフで必死に探しました。他には、ネコバスプロジェクトで富士山へ行きたいというご利用者と五合目まで車で行き、そこから登山口まで車椅子を押していったことはい

き、目の前の都道153号線は全く車が走っていないくて、日野橋まですずんと道路が通っていました。ここ何年かで立川も区画整理されて随分変わりました。

Q3. ご利用者との思い出を教えてください。

トイレのウォシュレットはいい進化だと思います。

Q6. 30年前と比べて進化した物を教えてください。



対談の風景

Q5. 大変だったこと、苦労したことを教えてください。

Q4. 恵比寿会で印象に残っている出来事を教えてください。
昔の特養のご利用者は体力があつて元気な方が多く、「酒が飲みたい！」等、あれがしたいこれがしたいと自分の要望を言ってくれる方が多かったです。スタッフに腹を立てて部屋の鍵をかけて閉じこもったご利用者がいて、仕方がないので窓を割って部屋に入って対応したこともあり、印象に残っています。



Q 7・30年前の夢を教えてください。

私は特養を始めた当初、ご利用者が、自宅で暮らしていた生活をそのまま延長して生活できる「家の様な施設」を作りたいと考えていました。動物も施設で飼いたいと思っていましたし、ご利用者をあまり管理せず、施設内外を自由に出入りできるようにしたいなあと、そんな施設を目指していました。制服を廃止したのも「見る人」と「看られる人」を作りたくなかった、スタッフとご利用者が同じ高さにいてほしいという思いからです。横浜にある法人の特養の取り組みを私はとても参考にしていました、たくさん見学に行きました。

Q 8・若い頃と今と比べて「介護」に対する気持ちは変わりましたか。

昔は毎日ご利用者の事ばかりを考えていたのですが、立場が変わり、法人の規模も拡大し、考えなければいけないことが増えました。介護に対する気持ちの変化というよりは、私の立場や法律の変化によって、視点は変わっていききました。

Q 9・30年前の理事長は何をしていましたか。

私は平成元年に大学を卒業して、旅行会社に入社し、山梨県の営業所で勤務していました。30年前、仲間の家がオープンする3日前まで旅行会社の有給休暇を消化しながらニュージラランドで1ヶ月間過ごしていました。恵比寿会に入社して、最初は相談員兼介護スタッフとして働いていました。8年前に、先代理事長が亡くなり後を継いで理事長になりました。

Q 10・社内結婚した方は何組くらいいますか。

10組以上です！

Q 11・この先「恵比寿会」をどんなところにしていきたいですか。

普通の生活ができる場、管理や支配をしない世界が実現できないかなあと考えています。法人としてはチャレンジする集団でありたいと思います。みなさんには、自分もそうです、あきらめてほしくない。どうやったら解決できるかの視点で取り組んでいけば、スタッフもご利用者ももっと楽しくなるんじゃないかなと思っています。

理事長対談を終えての感想

岩田スタッフ

理事長との対談と伺い、始めはとても緊張しましたが、お話しに引き込まれ楽しい時間を過ごしました。このような、理事長から直接貴重な経験談を聞く機会に参加できて嬉しかったです。

奥野スタッフ

理事長のお話を聞いて、30年前のことなど知らなかったことが知れて楽しかったです。



フエローホームズ ヘルプサービス

訪問介護とはどのような仕事をしているかご存知でしょうか？

資格を持ったヘルパーがご利用者のご自宅に伺い、入浴や更衣などの介助、また掃除、調理、買い物などの生活支援を行うサービスです。

その方にどのようなサービスが必要なのかをご本人を交えて関係者が話し合い、支援する内容や訪問する日時などを決めていきます。ご利用者の生活スタイルやご要望を尊重し、ご利用者の思いを引き出せるようにして、ヘルパーを受け入れるご利用者やそのご家族が不安にならないように努めています。

訪問開始となって支援が始まるのですが、すべてをヘルパーが行うわけではありません。ご利用者の持てる力を活かした「自立支援」を考えながら、その人らしい生活を営むことができますよう支援していきます。

今後益々高齢化が進む反面、介護の担い手が不足していることが社会問題にもなっています。ヘルパーに関わる事で生活がし易くなるだけでなく、ご利用者が明るく元気になる事は訪問介護のやりがいにつながっています。

この記事を読んで、少しでも訪問介護の仕事に興味を持っていただけたら、ぜひ

「恵比寿会フエローホームズ 採用担当（電話042-523-7601）」まで、お気軽にお問合せ下さい。

自宅で実践！健康体操！

フェローホームズ

デイサービスセンター

外出が難しい昨今、筋力や意欲低下のリスクも以前よりも増加しています。体力と意欲の向上は全ての病において大切です。

そこで自宅で座ってできる体操を紹介します。1セット合わせて約5分と非常に簡単です。イメージしやすいように写真も載せます。心身の健康に努めて、COVID-19の脅威を乗り越えましょう！

①深呼吸：鼻から息を大きく吸ってお腹を突き出します。ゆっくりと口から息を吐いてお腹をへこませます。この時、ゆっくり胸を大きく開きましょう。

②膝伸ばし：つま先を上に向けて片足ずつゆっくりと膝を伸ばしながら足を上げます。

③足上げ：背中を少し後ろに倒し、上半身を動かさずに太ももから上げ、ゆっくりと降ろします。片足ずつ行います。

④足踏み：背中をまっすぐにしてゆっくり大きく足踏みをします。

⑤つま先上げ：つま先は地面につけたまま、かかとを3秒かけて上げ下げします。

⑥挟み込み運動：膝にクッションやボールを挟んで、潰すように膝を閉じます。

健康体操

① 深呼吸



② 膝伸ばし



③ 足上げ



④ 足踏み



⑤ つま先上げ



⑥ 挟み込み運動



認知症予防には

手工芸を！

フェローデイサービスでは手工芸にも力を入れています。手工芸は手先と指を沢山使うので、認知症予防には最適です。編み物やパズルアート、粘土を使った作品等、内容も充実しています。完成した作品は各ご家庭に飾ったり、11月の作品展示会で全体に展示したりしています。そうすることで、皆さまの更なる創作意欲を掻き立てます。体と心が元気になるデイサービスで皆さま元気に活動されています。



皆さまの作品をフロア入り口に展示しています。

コロナ禍でも 大切にしたい日常

フェローホームズ森の家

新しい日常に変化していく
昨今ですが、森の家のご利用
者は変わりなく過ごされてい
ます。

そんなご利用者の生活の様
子をほんの一部ですがご紹介
します。



食事の様子

とある日の食事風景です。

他のご利用者とテーブルを囲
み、時にはお話ししながら、厨
房スタッフが腕に依りをかけ
た食事を楽しまれています。

次に体操の様子です。

ご利用者の運動不足の解消や
血流促進・改善を目的とし、
5分、10分を目安に行ってい
ます。



体操の様子

内容としては足踏みや肩の
上げ下げ等の簡単な動作が主
体となっていますが、腸の動
きを良くする快腸運動や頬を
膨らませて口の動きを良くす
る口腔体操なども取り入れて
います。このような体操を継
続して実施することによりご
利用者の生活がより快適なも
のとなるよう取り組んでいま
す。

他にも、居室のテレビでド
ラマやニュースをご覧になる
方、リビングで他のご利用者
と歌や談笑を楽しまれる方、
お盆拭きや洗濯たたみ等をお
手伝いしてくださる方などな
ど。皆さま、ご自身のペース
で森の家での生活を楽しまれ
ています。

コロナに負けない！ 羽衣デイの一日

羽衣デイサービス

感染予防
に注意しな
がら送迎。
入口に設置
してあるス
タッフ手書
きのブラッ
クボードで
お出迎えで
す。



到着後の健康チェック。皆
さまお元気ではっと一安心で
す。



健康チェック



リハビリ

午前中は個別リハビリや入
浴に入る方、アクティビティ
活動などを行います。きつい

体操も笑顔で取り組んでいま
すね。

体操の後
はお楽しみ
のお食事で
す。毎日、
厨房スタッ
フが腕を振
るった温か
いお料理が
出ます。特
に「ごちそうの日」は大好評
です。



お食事風景

午後の活動が始まるまで、
食休みする
方もいらっ
しゃいます
が、最近間
違い探しプ
リントが大
流行！ご利
用者同士で
協力して、
答えをみつ
けています。



脳トレ問題に挑戦中

午後の活動は、ゲームや芸
術活動など皆さん選択して参
加しています。絵手紙作品を
今回より花だよりに掲載しま
すが、それぞれ味のある作品
が沢山です。どうぞご覧ください。

彩り豊かなケアマネの一日

羽衣相談センター

ケアマネジャーがどのような一日を過ごしているのか、ある日の勤務状況について紹介します。

午前中 デイサービスを新規利用される方の契約に立ち合いました。事前にご利用時間、サービス内容などの希望をお伺いし、ご利用者に合った事業所を紹介させていただきました。ご利用者の楽しみに繋がればと思っています。

午後は小地域ケア会議に参加。会議では地域住民の方や専門職スタッフが集まり、福祉制度や地域での課題について、幅広く話し合いを行いました。最近ではオンラインでの意見交換が中心になっています。

会議後は担当ご利用者の状況を把握するため、月に一度のご利用者宅へのモニタリング訪問を行いました。サービ

スの利用状況や体調の変化、その他にも様々なことを確認するための訪問です。

センターに戻ると一日の行動を記録に残します。また、訪問中の会話の中で気になったことを各サービス事業所に連絡し、サービスを調整することもあります。

私たちケアマネはこのような業務を日々行い、皆さまにより良いサービスが届けられるよう努めています。何かお気づきのことなどありましたら、お気軽にお声かけください。



羽衣相談センターの頼もしいスタッフたち

立川6包括で初!!

スマホ教室

立川市南部東はごろも

地域包括支援センター

昨年11月に介護予防教室として「触って体験! シニアのためのスマホ入門」と銘打って、立川市6包括の中では初となるスマホ教室を実施し、大反響をいただきました。



スマホ教室の様子

介護予防教室なので参加対象者はいわゆるシニア世代と呼ばれる方々です。いくらスマホが普及しているとはいえ、どのくらいの方が興味を持た

れるか未知数でした。

しかしコロナ禍においてスマホやタブレットを利用してインターネットを活用するとは、対面ではなくても人との繋がりが維持でき、フレイル予防に繋がると信じて企画しました。その結果、15人の枠になんと60人も応募者が殺到! 急遽、講師に依頼して教室を4回開催し、応募者全員に受講していただけるよう整えました。

肝心の教室の中身はというと、1人1台スマホを手に、講師の指示のもと地図アプリ、音声案内アプリ、カメラやメール機能など様々なことに挑戦しました。受講者の中には一回もスマホに触ったことがないという方も多くいらっしゃいました。少人数制の教室だったのですぐに声をかけやすいと好評でした。

もっと活用できるようにしてほしい...そんな想いで今年度は介護予防教室とは別でスマホ教室を開催いたします。続報に乞うご期待!

新しい出会い&スタートの春！ 新卒スタッフ入職5名のご紹介

Q1・私のプチ自慢
Q2・入職の動機

木村恒輝さん

Q1 ゲームが少し得意です。

Q2 法人説明会とイン

ターンシップに参加し、恵比寿会の取り組みを知って、自分も同じようにご利用者の力になりたいと思ったからです。

澤田智洋さん

Q1 韓国語が少し分かります。

Q2 施設のきれいな感じと、スタッフとご利用者の雰囲気明るく楽しそうだったので入職を決めました。

グエン・トゥイ・リンさん

Q1 通っていた専門学校のスピーチコンテストで最優秀賞を受賞しました。

Q2 フェローホームズは「家」のような雰囲気、スタッフもにこやかなので入職を決めました。

橋本未来さん

Q1 大学のサークルで副代表をしていました。

Q2 ご利用者一人ひとりの個別ケアがなされている点やICTを活用している点に魅力を感じて志望しました。ご利用者が過ごしやすい環境をスタッフの方と一緒に考えていきたいです。

藤谷新大さん

Q1 側にいるとホッとすると言われます。

Q2 未経験者でもしっかりと指導してくれるところに法人の魅力を感じました。

澤田さん

アルバイトを始めたきっかけ 高校生の時にボランティアで恵比寿会に来て、スタッフの雰囲気や施設がきれいだったことに感動して、アルバイトをしようと思いました。

入職までの経緯

私は高校2年生のとき

に「フェローホームズ森の家」で16時～19時のアルバイトに週4日入っていました。大学生になって忙しくなったため、土曜日のみの1日勤務に変更し、大学4年生からまた時間を増やして10時～19時の勤務を週3日、研修も兼ねて行いました。これからはがんばっていききたいと思います！

リンさん

アルバイトを始めたきっかけ 日本語学校の先生から恵比寿会のアルバイトを紹介していただき、「フェローホームズ森の家」の施設を見学しました。スタッフが親切で、施設もきれいだったので、ここでアルバイトをしたいと思うようになりました。

入職までの経緯

私は2018年にベトナムから日本に来て、日本語学校に通



入職式の様子

いました。2019年からは東京YMCA医療福祉専門学校の介護福祉科で勉強しました。将来、ベトナムで日本のようなサービスの良い介護施設を作るのが夢です！

新設学童、開設に向けて

立川市柴崎第二学童保育所

3月16日に立川市柴崎2丁目の立川市立第一小学校に近い場所で、地鎮祭が執り行われました。恵比寿会の学童事業として、5番目の学童開設にむけての準備が始まります。

立川市内における、学童保育待機児童数の軽減のために、また地域の新しい拠点をめざして、土地建物も恵比寿会が提供し、計画を進めることになりました。



地鎮祭の様子



柴崎第二学童完成イメージ図

コロナ感染リスクを乗り越えて

恵比寿会学童保育所事業の取り組み紹介

2020年度の学童保育所事業は、いきなりの一ヶ月の学校休校に始まり、非常事態宣言における保護者の方の在宅勤務の増加、プール中止の夏休み体制など、子ども達にとってもストレスの高い一年となりました。どうすれば楽しく過ごすことが出来るのか、工夫に工夫を重ねた一年でもありました。

年度最後のお別れイベントは広い駐車スペースを使ってお店やさんごっこを行い、密にならずに楽しむことができました。また、入所説明会や面談はZOOMで行いました。指導員はオンラインでの面談に緊張しましたが、保護者の方が抵抗なく参加してくださったため、和やかに会が進められました。

新しい様式にあわせて、学童保育事業も少しずつ変わってまいります。



ボランティアさんありがとう

知久良夫様（車椅子清掃）

まだまだボランティアさん再開の目は立っておりませんが、これまでにご縁はこれからも繋げていきたいと考えています。多くのボランティアさんとお会いできない日々が続きますが、また一緒に活動できる日々がくることを信じています。

寄付を有難うございました

2020年10月～3月

（順不同）

小松長久様・永井ヒチ様
中村保彦様・高橋秀昌様
大野正子様・近藤伸一郎様
池田富子様

恵比寿会後援会だより

2020年10月～3月までに会費を頂いた方をご報告します。ご協力に感謝申し上げます。（順不同）

日暮光明様・日暮文子様
堀野一雄様・堀野直美様
加々美裕子様・池田富子様
株式会社サンホワイト様
株式会社高橋青果様

株式会社サンミヤ様
特定非営利活動法人誠和会様

H&N物流株式会社様
有限会社入船様

株式会社林善様

株式会社立川印刷様

株式会社千代田様

有限会社久寿屋 花門様

株式会社池田屋様

株式会社フジマック様

株式会社東京ボン・サンテ様

合資会社笹原商会様

サンメディアカル株式会社様

羽衣絵葉書サークル



高橋和子様



佐伯トミ子様



早川京子様



田野倉里子様

森の子保育園

MORINOKO NURSERY

2020年度卒園式

3月13日第9回森の子保育園卒園式が行われました。昨年度に引き続き、今年度もCOVID-19の影響で様々な行事の変更を行わざるを得ませんでした。卒園式についても、制約の多い中で、できないよりもどのように工夫するかに重点を置いてプログラムを考えることにしました。そして、スタッフの人数を制限しながら3つのクラスごとに少人数で行う事にしました。その結果、例年通りに一人ひとりの成長したお顔を見ながら卒園証書を手渡すことが出来ました。

森の子保育園で赤ちゃんの時からたくさんのかげがえのない時間を過ごした子ども達の雄姿を見ることが出来てとても嬉しく安堵したと思います。また、そのとても立派な子ども達の姿を共育てをしてきた保護者の皆さまと共有することが出来ましたことに感謝を申し上げます。



そして、残念ながら卒園式の当日には出席できなかった理事長よりお祝いの言葉を頂きましたのでここに紹介いたします。卒園生の皆さん、森の子保育園に遊びに来てください。いつでもお待ちしております。

ひかりグループさん、保護者の皆さま、ご卒園おめでとうございます。

子ども達の晴れの舞台に出席できないのは、本当に残念です。

子ども達が、小学校へ入学して伸び伸びと成長してくれることを祈っております。

これから、複雑な世の中を進んでいかなければなりません。

保護者の皆さま、子ども達が安心して成長できるように寄り添ってあげてください。

保育園生活において、たくさんのご協力とご理解をいただき、ありがとうございました。



森の子ナーサリー

MORINOKO NURSERY

2020年度卒園式

3月6日に卒園式が行われました。今年度は2歳児クラスを満了した7名の子どもさんが卒園しました。緊急事態宣言の最中、感染防止対策をとりながら簡易的な式となりましたが、保護者の皆さまや関係者各位にご協力いただき、無事に執り行うことが出来ました。



卒園式の様子

前年度の卒園式はCOVID-19がまだ未知のウイルスで適切な感染予防が出来ないことから中止とさせていただきます。今年度は何とか卒園という区切りをつけることができ、スタッフ共々胸をなでおろしています。

森の子ナーサリーは2歳児までの保育園です。モンテッソーリ教育では0歳3歳は無意識的吸収期、3歳6歳は意識的吸収

期といわれます。森の子ナーサリーにいる期間のほとんどは無意識的吸収期で、良くも悪くも意識せずに吸収する時期となります。つまり人間としての土台を作る時期です。無意識的に吸収した経験がどのように生かしていくかが問われるのがこれから迎える意識的吸収期なのです。しかしその土台がしっかりと豊富なものであれば、選択肢が増え、生きる力に繋がります。短い期間ではありますがありますが、この時期に森の子ナーサリーで過ごすことで、人間としての土台を確かなものにして巣立っていくことを願っています。

地域の皆さまや関係者各位には今後とも森の子ナーサリーのお子さん達を暖かく見守っていただくと幸いです。



ソーシャルディスタンスをとって行いました。