



ようやく戻ってきた日常を大切にしたい。
 ～フェローホームズ仲間の家～
 新型コロナウイルスが少しずつ落ち着き始め、仲間の家にもようやく入居者に日常が戻り始めてきました。



月に一度の音楽クラブも再開されて、ご利用者も楽器を鳴らしたり、大きな声で積極的に楽しんで参加されております！



6月17日(土)に行われた衣類販売会では、沢山のお洋服やズボン、帽子、お菓子などがずらりと並んでいて、ご利用者も自然と笑顔がこぼれていました。何を穿おうか鏡とにらめっこして悩む方、素敵なお洋服に一目ぼれして即決する方様々でした。



花だより

第110号 夏季刊



題字／林 通文(みちふみ)様 (83才)

2023年(令和5年)8月5日発行

発行 社会福祉法人 恵比寿会
 フェローホームズ



- 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(企業主導型保育園)
- 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
- 森の子こども園
- 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
- 立川市柴崎第二学童保育所
- 042-512-8202

ホームページはこちら



Facebookもチェック





Fellou Homes



7月7日（金）には七夕行事が行われました。短冊には「健康で過ごせますように」「楽しく過ごせますように」「美味しいものがたくさん食べられますように」「世界平和！」などそれぞれ素敵な願い事が書かれていました。ご利用者のお願いが叶いますように！

七夕行事では他にも目隠しをしてスイカ割りをして頂き、皆さんに季節感を味わっていただきました。面白いイラストの目隠しが好評で、皆さんノリノリで身に付けて参加していました。

これからもこういった皆さんに楽しんで頂けるようなイベントを考え、充実した生活を送れるように職員一同努めてまいります！



花火を楽しむ夏が戻ってきた

フェローホームズ森の家
7月初旬から中旬の夕食後にフロアごとで花火大会を行いました。

パチパチパチパチと儂く輝く線香花火には消えない様に「消えないで、消えないで」と願いを込めながら花火を楽しまれ、バチバチバチと大きな音をたてる噴射式の花火は、煙をモクモクとさせながら、赤色、黄色、青色、緑色と時間が経つごとに移り変わる光りの輝きに目を大きくしながら見つめられ、「すごいねー」「きれいだねー」大きな声で喜ばれたり、拍手をされて喜ぶ方もいらっしやいました。時間が進むにつれて日も落ちていき、さらにその美しさを増し、どの入居者様も笑顔で喜ばれていました。



今年の5月から新型コロナウイルス感染症も第5類感染症に移行し、今年は昭和記念公園の花火も行われました。施設にいなながら、2度も花火を楽しむのは、フェローホームズならではの特典です。

手作り調理を食する 日常が戻ってきた

ヴィラ・フェローホームズ

グループホームでは、前年度末より手作り調理の活動を展開しております。グループホームはご利用者と一緒に日常生活を共同する場です。月次の献立以外に、自身が食べたいものをリストアップして、月1回の活動に繋げております。

今までを振り返ると、昼食では暖かいそばやチャーハン、そうめんを作り、午後のおやつではホットケーキや、ぼた餅・フルーツあんみつも作りました。

包丁や炒め物、蕎麦をゆでる事もお手の物！少しでも職員の手も借りながら、ほとんど自分たちの力で作りました。



みんなで作った料理は普段よりも食がより一層進んでいる印象で、中にはべろりと完食される方もいらっしゃいます。料理をする事は、認知症予防にも繋がります。何を食べたいかメニューを決める事で頭を使います。美味しく召し上がる為に材料を切ったり、混ぜたり、炒めたり、それぞれ手先も使う事が認知症予防に繋がります。何より美味しいものを一緒に食べる事で自然と笑顔が広がり、笑う事が認知症予防に一番です。「次は皆で何を作ろうかな？」そんな話で盛り上がっているのが、グループホームの日常です。

外出プログラム、再開しました！

フェローホームズ

デイサービスセンター

新型コロナウイルスの分類が5類に分けられ、少しずつですが以前のような活動の再開をフェローデイサービスでも行っております。

以前はかなりの人気企画であった、外出企画もその一つです。お花見への参加や、レストランでの外食企画等、ご利用者が少しでも「デイサービスに来てよかった！」と言ってもらえるように様々な場所を提案しています。



お花見を楽しんだり、外食したりと笑顔が沢山見ることが出来ます



次はここに行ってみたいとご利用者からリクエストが出ることもあります。生活に刺激を感じてもらおうと同時に、楽しみあるデイサービスの日常を感じてもらえる為の活動を展開していききたいと思います。

絵手紙で、 認知症予防

羽衣地域福祉サービスマンセンター

デザイナービスでは様々な芸術活動が行われています。その中の一つ『絵手紙』は絵を描く、文を書く、相手に思いを届けたり、また逆に相手の思いを受け取ったりという複数の要素から成る知的活動です。絵手紙に取り組むことによって、知らず知らずのうちに認知機能を維持できます。（タイトル・認知症予防は絵手紙で！、頭がさえる26のポイント、著者・結城俊也より抜粋）



お手本を見ながら…
ご自分で考えながら…

「手が震えるから私は描けない！」という方もいらっしゃいますが、その「震え」も絵手紙にとっては素晴らしい魅力に変わります。絵手紙の技法の中には、筆をわざと不安定に持ち歪みを出す事もあるようです。「下手じゃない、個性的」を合言葉にして、今日も皆様熱心に筆を走らせています。



素敵な作品の数々



ご夫婦そろってご参加する方も



賑やかなお茶会が 戻ってきた

コロナ前に行っていた外出企画も再開となり、好評だった洋菓子店でのお茶へ出掛けてきました。甘い香りに包まれた店内には焼き菓子や、ショーケースにカラフルなケーキが並んでいて、ご利用者も自然と笑顔で会話が生まれます。何を食べようか悩む方、即決する方様々です。



ご家族の事を考えながら
お土産選び中…



華やかなケーキが沢山です

ご家族に沢山のお土産を
買
う方もいらっしやたり、大変
賑やかなお茶会になりました。
コロナウイルスの影響で、家
に閉じこもりがちになり、身
体を動かす機会が少なくなり
ました。羽衣では、気軽に外
出できるようになるりハビリ
プログラムを実践しておりま
す。



お話も弾みますね



「ん〜美味しい!」



「美味しいな〜」と満足そうです



素敵な笑顔です



ご自分でしっかり
お支払いもしていただきました

多世代交流が

戻ってきた!

これまで控えていた地域の
活動参加や交流も活発になっ
てきました。久しぶりに復活
した地域の夏まつりの準備を
している公園へのお出かけや、
アフタースクールの児童たち
と一緒に避難訓練も実施。こ
れからも体調管理に注意しな
がら、日々楽しめるように支
援をしていきます。



ボランティアさんありがとう

(2023年4月〜7月)

知久良夫様 (車椅子清掃)

出倉光一様 (壁画)

佐藤民江様 (紙芝居)

佐藤純一様 (紙芝居)

「たちかわ障害者就労支援セン
ターはたらこ」様 (床清掃)

めぐみ幼稚園様 (花の日プレゼント)

立川第五中学校様 (職場体験)



子どもたちの笑顔に
利用さんも元気もらっています



3年ぶりに、園児がお花を持って
デイサービスを訪問してくれました

「廃用症候群」って聞いたことありますか

皆さんこんにちは。特養機能訓練指導員の理学療法士の齋藤です。

「廃用症候群」とは、心身機能が低下して、「動けなくなる」と定義されています。体を動かすことが少なくなると筋力が低下したり、内臓機能も低下したりして、全体に何かしらの症状が現れます。病気になれば、安静にして、寝ていることがごく自然な行動ですが、このことを長く続けると、廃用症候群を引き起こす原因のひとつもなってしまうのです。



過度な安静は危険

安静臥床のまままで過ごした場合、初期に約一〜三%/日、十〜十五%/週の割合で筋力低下が起こり、三〜五週間で約五十%に筋力低下・筋萎縮すると言われています。安静

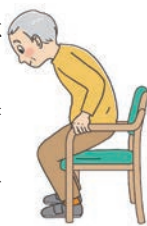
が必要な場合もありますが、過度に安静にして、あまり身体を動かさなくなると、筋肉が痩せて衰え、関節の動きが悪くなります。このようなことが、さらに活動性を低下させて悪循環をきたし、ますます全身の身体機能に悪影響をもたらしてしまう可能性があります。寝たきりとなってしまうことがあります。そのようにならないためにも日頃から体を動かすことが大切になります。テレビでやっているラジオ体操を一日一回やることや十〜二十分程度のウォーキングを行うなど取り組みをしやすいところから行っていただくとういことです。



足を使うことの重要性

以前に特養で実施している生活リハビリの取り組みとして、下肢筋力の維持・改善に繋げる内容をご紹介します。

ただきましたが、足裏を床にしっかりとつけて足から刺激を入れられる環境作り、促しを積極的に行っています。日常生活動作の中で立ち上がり動作は、生活する中で繰り返し行う動きになるかと思えます。立ち上がりは、太ももの大きな筋肉を使うため、この動作を繰り返す五〜十回程度運動として取り組むだけでも廃用予防の取り組みに繋がります。



さて、立ち上がる時に手の力を使わずに立つことができずか？椅子の高さにもよりますが、廃用があると足の力だけで立ち上がることは意外と難しく感じると思います。実施する時には、安全な状態で行って頂きたいと思えますが、足の力の有無を確認する指標のひとつとして一度試してみるとよいです。



少しでも運動する習慣が大切

少しでも自分の力でできる能力を維持しながら楽しく過ごせるように、私たち機能訓練指導員は、日々の利用者様のご様子を伺い、介護職と協力して自立支援を行っています。

運動の効果はすぐに見える形として現れませんが、日々の積み重ねの動作・運動が「廃用症候群」の予防になります。まずは1日1回でも身体を動かす【習慣】になることができると良いですね！

「廃用症候群」予防のためにも食事や水分をしっかりと摂りながら体を動かして、暑い夏を乗り切りましょう！



2022年度（令和4年度）決算報告

2022年度（令和4年度）の法人決算について、ご報告いたします。
 皆様には日頃よりご支援・ご協力を賜り、深く感謝しております。
 より一層堅実な運営に努めてまいります。
 今後ともよろしくごお願い申し上げます。

社会福祉法人 恵比寿会

財産目録

2023年（令和5年）3月31日現在 (単位：千円)

資産の部	
I. 流動資産 (現預金・事業未収金ほか)	2,431,244
II. 固定資産	4,836,840
基本財産	3,366,964
土地	1,919,018
立川市富士見町2丁目ほか	
建物	1,447,947
鉄筋コンクリート造陸屋根3階建ほか	
その他の固定資産 (器具、備品ほか)	1,469,876
資産合計	7,268,084
負債の部	
I. 流動負債 (未払金、預り金ほか)	173,495
II. 固定負債 (設備資金借入金ほか)	275,023
負債合計	448,518
差引純資産	6,819,566

貸借対照表

2023年（令和5年）3月31日現在 (単位：千円)

資産の部		負債及び純資産の部	
科目	金額	科目	金額
流動資産	2,431,244	流動負債	173,495
		固定負債	275,023
		負債合計	448,518
固定資産	4,836,840	基本金	749,048
基本財産	3,366,964	積立金	1,639,086
土地	1,919,018	次期繰越活動増減差額	4,431,433
建物	1,447,947	(うち当期活動増減差額)	23,589
その他の固定資産	1,469,876	純資産合計	6,819,566
資産合計	7,268,084	負債及び純資産合計	7,268,084

事業活動計算書

(自)2022年(令和4年)4月1日 (至)2023年(令和5年)3月31日
 (単位：千円)

費用の部		収益の部	
サービス活動費用	1,495,818	サービス活動収益	1,715,221
サービス活動外費用	19,834	サービス活動外収益	36,076
特別費用	10,620	特別収益	10,784
当期活動増減差額	235,809		
合計	1,762,081	合計	1,762,081

後援会会員募集中
 「ひとつは全てのために、全てはひとつのために」の理念のもと、法人が運営する各事業を側面から支援、協力してくださる会員を募集しております。入会をご希望される方はお電話にてお問合せください。
 ☎042-523-7601

奥野 矩経様
 浅見美野里様
 横沢八重子様



(順不同)

2023年4月～7月に会費をいただいた方をご報告します。

恵比寿会後援会だより

中村 保彦様
 津川 一郎様
 立木 五晴様
 匿名 一名



(順不同)

2023年4月～7月

ご寄付を有難うございました



森の子こども園

MORINOKO KODOMOEN

未来を生き抜いていく
子どもたち

今日、世界各地でSDGsの取組が行われています。誰ひとり取り残さないという誓いのもと、人類がこの地球で暮らし続けることができれば、世界のさまざまな問題を整理し、解決に向けて具体的な目標を示したのがSDGsです。2030年に目標を達成するために、活動の拡大と加速化を目指し、2020年からは、SDGs達成のための行動の10年がスタートしました。しかし、気候変動など世界規模の問題から、貧困、平等、エネルギーなど生活に身近な問題まで、課題は山積しています。今を生きる私たちが、子どもたちの未来のためにできることは何でしょうか。

森の子こども園では、この問題を一人ひとりが自分のこととして捉え、何ができるかを考え活動しています。自分で育てた野菜を食べることで、農業や食料調

達の大変さや大切さを知る、水を出しっぱなしにしないことで、資源を大切に使うことを知るなど、子どもたちと一緒に取り組んでいきます。職員も、世界で行われているSDGsの活動について学んでいきます。私たち大人が「知る・考える・行動する」ことで、初めの一歩が始まります。その根底には、周りを思いやる気持ちが大切であるということが、どの活動にも共通することではないかと思えます。身近な人、持ちを子どもたちとともに育んでいきます。

(文責・園長 今村好子)

HPはこちら




落ち葉ボックスで堆肥作り



野菜の水やり




雑草を抜いて植物の手入れ

春頃に夏野菜の種をまき、毎日野菜の成長を観察し、自らもじょうろをもち、水をあげようとお世話する意識が高まってきました。野菜を苦手とするお子さんも、自分でお世話した野菜を収穫したことをきっかけに、野菜に対する苦手意識がなくなり、完食する様子も見られるようになりました。これからも、食べ物に触れたり、育てたりすることで、「食べる意欲」を育てていきます。

(文責・保育士 原山美咲)

HPはこちら



森の子ナーサリー MORINOKO NURSERY

森の子ナーサリーでは、自分たちで野菜を育てることにより、野菜への興味や関心を育む食育活動を行っています。



しばさきのいえ 子育てひろば

しばさきのいえ子育てひろばに来所される子ども達の年齢、月齢や発達は各々異なります。子ども達の多様な遊び方を見ていると毎日驚きと発見があります。遊びの中で様々なやりとりや、成長した瞬間に立ち会い、保護者の方々と共に喜び、悩みなど思いを共有できることは子育てひろばの良さの一つだと思います。そんな出来事の中からヒントを得て、職員も、お集りの手遊びや毎月のイベントの内容を工夫しています。製作では、季節を感じられるものを取り入れながら、作品を通じて親子やご家族間で会話が広がり、遊びにつながるよう心掛けていきます。

(文責・保育士 魚津明子)

HPはこちら

