陽光

YOKO

Vol.18
2018 冬号
TAKE FREE
季刊 年4回
（4月・7月・10月・1月 発刊）

JISQ9001:2015(ISO9001:2015)
JAB CM014
JMAQA-2534

SY社会福祉法人陽光会
Social Welfare Corporation Yokokai

特集

社会福祉法人陽光会
ケアプランセンター陽光
～居宅介護支援事業所の役割～

■理事長挨拶
■陽光会トピックス
■各事業所トピックス
■栄養レシピ
■投稿コーナー

新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。

皆様方におかれましては新春を健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、当会では、昨年12月1日に「特別養護老人ホームサンライフ問屋町」に続いて「特別養護老人ホームサンライフアネックス」を開設いたしました。

この施設は3階建で、2階と3階が居室となっており、1階には「学童保育所ひかり学童クラブ」や「居宅介護支援事業所ケアプランセンター陽光」などが併設されています。

まだスタートしたばかりですが、お年を召された高齢者の方々とともに、子どもたちの新鮮な息吹が時折きかれ、元気な姿も見ることができお年寄りと子どもたち双方にとってとても良い環境となっています。

お正月を迎えるにあたっては、12月27日にお年寄りと子どもたちが一緒にお餅つきをしてできたてのお餅を食べながら楽しく交流しました。

子どもたちからお年寄りに「いくつになったらおじいさんと呼ばれるんですか？」などの微笑ましい質問があったりと、終始元気な笑い声が飛び交っていました。

また、12月28日には、大友町の自治会長様をはじめとした近隣住民の皆様がご来訪くださりお正月の注連縄作りを子どもたちに教えてくださいました。

今ではなかなか体験できない昔ながらの日本の伝統に触れて、子どもたちは嬉々としながら作っていました。

施設は開所したばかりですので、入所している方々は定員の半数にも満たないのですが、経験豊かな職員と、若手の職員がともに力を合せて元気に働いています。

クリスマス会など楽しい行事も行われておりこの先はダンスパーティーなども企画されています。

これからは、近隣住民の方々にもお越しいただけるような催しも開催していきたいと考えておりますので、その際は、お散歩がてら是非お気軽にご来訪下さい。

新しい年を、入居者の方々や子どもたち、またご来訪くださる皆様方とともに楽しんでいきたいと願っております。

末筆になりますが、本年が皆様にとって健やかな良い年となりますよう心から祈念し新年のご挨拶とさせていただきます。

社会福祉法人陽光会
理事長　高玉　真光

《 サンライフアネックス・平成29年12月1日開設 》

陽光会 TOPICS　忘年会・永年勤続表彰

［H29.12.13］

毎年恒例の職員忘年会が開催されました。

今回は、毎回お招きしている当会役員のうち、甘利 邦麿 評議員が秋の叙勲で栄えある「 瑞宝双光章 」を授与されましたので皆でお祝いしました。

叙勲に至る歩みなどのお話しやなかなか見ることができない勲章や賞状の実物も拝見させていただきとてもためになりました!!

続いて、長年勤務した職員の労をねぎらう「 永年勤続表彰 」が行われました。

理事長より感謝の気持ちを込めた表彰状が手渡され、会場は大きな拍手に包まれました。

食事とお酒もすすみよい心地になってきた頃合いをみて、お待ちかねの「 ビンゴ大会 」です!!

豪華ではありませんが生活に役立つアイテムが景品に並び喜ぶ笑顔が見られました♪

楽しく語らい親睦を深め、とてもリフレッシュできましたので、職員一同これからも精一杯がんばらせていただきます (^o^)

特集

社会福祉法人陽光会

ケアプランセンター陽光

～ 居宅介護支援事業所の役割 ～

管理者・介護支援専門員：内田　典子（左）
介護支援専門員：梅澤　晴美（中央）
介護支援専門員：八木原 浩美（右）

ご挨拶

当事業所は、昨年の12月1日に、特別養護老人ホームサンライフアネックス内に新に開設されました。

今では、介護や医療にかかわる社会整備も進み、その時々の健康状態にあわせて多種多様なサービスを受けることができます。

当グループにも、介護や医療にかかわるより多くのお困りごとに漏れなく対応できるように、（公財）老年病研究所附属病院をはじめとした様々な施設があります。

病院の外来受診や入院から、在宅での介護施設への入所など、その時々の状態にあわせて最適なサービスを受けることができます。

ただ、専門職の方でも、全てを把握するのは難しいほど、たくさんのサービス種類があります。

なので、介護が必要になった時に、自分の状態や要望にあったサービスを、ご自身で調べて利用するのはなかなか大変です。

そこで、私ども介護支援専門員の出番です。

居宅介護支援事業所とは

介護支援専門員は、介護にかかわることや医療をはじめとした関連する諸制度の確かな専門知識をもったスペシャリストです。

ご本人様やご家族様の、ご要望や状況にあった、最適な「ケアプラン」をたてサービスの利用から変更、そして終了まで一貫してサポートいたします。

そういった役割を持った介護支援専門員が集い、介護にかかわる様々なご相談に応じて、介護保険の利用に必要な「要介護認定（介護保険証の発行）」の申請や「ケアプラン」の作成を行うのが居宅介護支援事業所です。

ひとりで悩んでいませんか？

次のようなことでお困りになっていませんでしょうか。

もしあてはまることがあれば、様々な介護サービスの利用により解決することができます。

私共が、解決方法を分かりやすく説明してご要望にかなった最適な「ケアプラン」を作成しサポートいたします。

- 介護保険のことを知りたい
- そろそろ一人暮らしが心配になってきた
- 車椅子の生活なので調理や掃除が大変
- 家での入浴が大変になってきた
- 住宅の改修がしたい（手摺の設置等）
- 介護をしなければならない…でも仕事が忙しくてできない…etc
- 家族の介護について相談したい
- 病院に行きたいけれど通うのが大変
- 買物をお願いしたい
- 通いでリハビリがしたい
- 福祉用具を購入したい（車椅子・杖等）
- 家族旅行の時などに少しの間預けたい

介護サービスの利用までの流れ

介護サービスを利用して、日常生活を快適にお過ごしいただくためには、次の手順が必要になります。

少し難しそうですが、介護支援専門が傍らに寄り添って代行いたしますので、簡単に行えます。

必要な介護を受けることができず、つらい思いをされている方や、将来的な不安をかかえている方などの状態や要望にあったサービスを、ご自身で介護にかかわることであればどのようなご相談にも応じさせていただきますので、ご自身で抱えこまずにぜひお気軽にご相談下さい。

皆様からのご連絡を心よりお待ちしております。

1 ご相談
ご本人様やご家族様のお困りごとを伺います。

2 要介護認定申請
ご本人様やご家族様に代わって要介護認定申請を代行します。

3 要介護認定
「訪問調査」と「主治医意見書」をもとに市町村が認定します。

4 結果の通知
原則申請をしてから30日以内に認定結果が通知されます。（介護保険証の交付）

5 ケアプランの作成
介護支援専門員がご本人様やご家族様のご要望・状況に応じたケアプランを作成します。

6 サービスの利用開始
ご要望や状況の変化に合わせて随時利用サービスの見直しを行います。

居宅介護支援事業所ケアプランセンター陽光

- 所在地：前橋市総社町総社 3051 番地 4（特別養護老人ホームサンライフアネックス 1F）
- 営業日：月曜日～金曜日（年末年始・祝祭日除く）
- 営業時間：午前 8 時 30 分～午後 5 時 30 分 ※電話対応＝ 24 時間受付可（緊急時等）
- ☎：027-253-8343（ヤサシサ）
- FAX：027-253-8347
- ✉：careplan-yoko@ai.wakwak.com

軽費老人ホーム

ケアハウス元総社

行事紹介

餅つき大会 12/20

毎年恒例になっている「 餅つき大会 」が盛大に行われました。
入居者様をはじめ理事長、職員が全員で一致団結!!
入居者様の「 よいしょ～!! 」という掛け声に合わせて力強くお餅をつきました。
餅つきの後は入居者様と女性職員とで大福餅をつくりました。
皆様慣れた手つきで素早くお作りに♪
さすがの一言です (^_^)
昼食に出来たての「 大福餅･あんころ餅･からみ餅 」を食べました。
つきたてのお餅は格別でとても美味しかったですね!!

クリスマス会 12/25

街のそこかしこに綺麗なイルミネーションの明かりが灯り多くの人が楽しむクリスマス♪
そんなクリスマスの夜に当施設ではクリスマス会が開催されました!!
たくさんの豪華な、バイキングメニューがずらりと並び皆様お好きな料理をたくさん召し上がり、とても満足されたご様子でした♪
余興では入居者様のコーラスクラブに歌の披露をしていただきました♪
皆様での合唱も楽しかったですね。
また、カラオケを披露する入居者様もいて会場は大盛りあがり!!
そして、とどめは職員によるピンクレディーの「 UFO 」を披露♪
男性職員の女装が好評だった模様です (^_^)
最後にくじ引き大会も行われ、賑やかなクリスマス会になりました。　次回もどうぞお楽しみに!!

通所介護事業所

デイサービスセンター元総社

行事紹介

クリスマス会 12/21

毎年恒例のクリスマス会が開催されました!!
クリスマスケーキ作りや職員による余興があり大盛りあがりでした (^_^)
スポンジケーキに生クリームや果物を好きなようにトッピングし世界に一つだけのオリジナルクリスマスケーキが完成♪
「 お店にあるようなケーキだね～♪ 」と皆様に満足していただけたご様子でした。
職員の余興はサンタクロースとパンダ風の装いでひげダンスを披露しました!!
ちょっとした失敗やハプニングもありましたが、ご愛嬌ということで皆様の笑い声が響きました (^_^)
「 久しぶりにたくさん笑ったよ!! 」とおっしゃる方も♪
笑顔溢れる楽しいクリスマス会となりました。
また来年もご一緒に楽しみましょうね!!

介護付有料老人ホーム

サンヒルズ総社

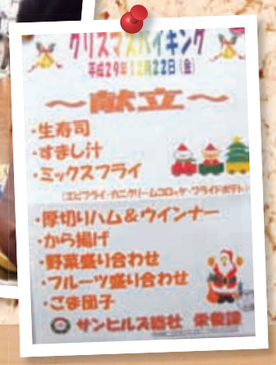
行事紹介

名事業所 トピックス

クリスマス会 12/18

今年のクリスマス会は「 国際ソロプチミスト前橋 」の方々にお越しいただき、フラダンスの披露と誤嚥マッサージを教えてもらいました。
カラフルなタオル生地の手作り帽子もプレゼントとしていただき入居者の皆様も大喜び (^_^)
フラダンスが始まると、入居者様も音楽に合わせて楽しそうに手振りをされていました♪
とても盛りあがりましたね!!
誤嚥マッサージでは、とても良い香りのするクリームを喉と首に塗り、みんなでマッサージを行いました。
良い香りに包まれたマッサージのあとは「 きよしこの夜 」「 ジングルベル 」を金子先生のピアノ伴奏で歌いました♪
最後に施設からクリスマスプレゼントとしてハンドクリームとカシミアティッシュを贈呈。
「 綺麗な衣装で踊るフラダンスを見られて元気が出た!! 」などとても喜んでいただけました。
また来年もご一緒に楽しみましょうね (^_^)

クリスマスバイキング 12/22



入居者様が喜びそうなメニューを揃え、それぞれお好きなものを思う存分召し上がっていただきました♪
なかでも生寿司は大人気 (^_^)
いつもと違った雰囲気のなか、豪華な食事に会話も弾み、楽しい時間を過ごすことができました。
これからも皆様に喜んでいただける企画を考案してまいります!!

訪問介護事業所

ホームヘルパーステーション元総社

業務紹介

名事業所 トピックス

職員紹介

今回は平成29年11月から新しく入職した川岸ヘルパーをご紹介します!!

ご挨拶

11月から入職しました川岸です!!
笑顔で頑張りますのでよろしくお願いいたします。
●趣味：バドミントン･ホームベーカリーでのパン作り
●得意料理：肉じゃが

新人の川岸ヘルパーの調理サービスに密着しました!!
当会では新人ですが、長年の経験を積んだ熟練ヘルパーさんです♪
インフルエンザが流行する季節ですので、サービスの前には手洗いを行いマスクもしっかり着用します。
研修で学んだことが活かされていますね!!

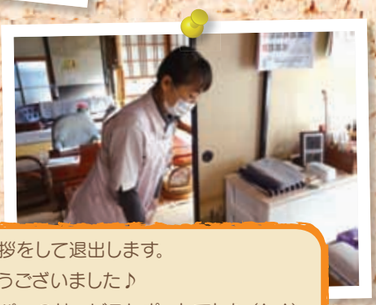
冷蔵庫にある食材を見て調理するものを決めます。
野菜は利用者様に合わせて食べやすい大きさにカットしました。
同じ食材で作れる料理のレパートリーを増やし、食材を無駄なく使うことを心がけます。

メニューのご紹介♪
野菜たっぷりシチュー・
里芋の煮物・コンソメスープ

心を込めて作った料理をお出しします (^_^)

「 美味しそうね～ ありがとう!! 」

利用者様が召し上がっている間に台所の片付けとトイレのお掃除を手際よく済ませます。



利用者様にご挨拶をして退出します。
今回もありがとうございました♪
以上、川岸ヘルパーのサービスレポートでした (^_^)

別の日の川岸ヘルパーのお料理もご紹介します!!
この日は寒い日でしたので、野菜と卵を入れた温かいうどんをお出ししました♪

これからも利用者様にご満足いただけるサービスを提供できるよう職員一同頑張りますので2018年もよろしくお願いします。

特別養護老人ホーム

サンライフアネックス

行事紹介

名事業所 トピックス

平成29年12月1日に開設いたしました。
入居者様の笑顔溢れる安らぎの場所としてまた、地域の皆様にも愛される施設となりますよう、職員一同「 やさしさと真心 」を胸に精一杯がんばりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

餅つき大会 12/27

サンライフアネックス開設後初の大イベント!!
みんなでこの日を心待ちにしていました♪
理事長も参加して入居者の皆様も大喜び(^_^)
「 みんなでお餅つきを頑張ろう!! 」と言うことで入居者様も杵を持ってペッタンペッタンとついてくれました♪
ひかり学童クラブのお友達も「 よいしょ～!! 」と大きな掛け声で元気いっぱいです。
大盛りあがりで大きな歓声が飛び交いましたね。
お餅の形成係はかわいい子どもたちです(^_^)
「 よくできたねぇ～♪ 」「 すごいね～!! 」と声があがり立派なお餅の完成です!!
「 みたらし・あんこ・からみ 」など色々な味で楽しみました。
これからもご一緒に様々な行事を楽しんでいきましょうね。

特別養護老人ホーム

サンライフ問屋町

行事紹介

名事業所 トピックス

クリスマス会 12/13~25

毎年恒例のクリスマス会が開催されました♪
大きなツリーや華やかな飾り付け、サンタやトナカイに扮した職員がクリスマス気分を盛りあげます!!
ケーキやお食事、職員のクリスマスソングなどで大いにクリスマス気分を満喫していただきました(^_^)

餅つき 12/15

師走の風物詩、餅つき大会を開催しました!!
入居者様の「 よいしょ～♪ 」の掛け声や手拍子に合わせて餅をつきます。
つきたての餅は柔らかく格別な味わいで皆様に大好評♪
今年も会場は大盛りあがりでした。

お屠蘇配り 1/1

毎年恒例のお屠蘇配りを行いました。
「 もう一杯!! 」とおかわりをされる入居者様も(^_^)
着物美人のお酌や駅伝観賞などでお正月気分をゆったり味わっていただきました♪
本年もどうぞよろしくお願いいたします(^_^)

栄養レシピ

毎日のお食事が皆様の健康や活力アップの
お手伝いとなるよう心を込めて提供しています

管理栄養士 牧 裕子

七草粥（207kcal）

材料（1人分）

精白米…… 1/3合	せり（B） ……1/2束
大根（A）…輪切り1カット	みつば（B） ……1/2束
椎茸（A） ……1/4個	塩…… 2つまみ
人参（A）…輪切り1カット	だしの素 …… 1つまみ
かぶ（A） ……1/4個	だし汁…1カップ（180mℓ）
小松菜（B） ……1/2束	

①材料（A）（B）をざく切りにする。
②材料（A）を下茹でする。（2分位）
③②に材料（B）を加え更に下茹でする。（3分位）
④だし汁を沸かす。
　沸いたら米・塩・だしの素を入れて煮る。（中火・15分位）
⑤出来上がったら③を入れかき混ぜる。

七草粥

当会では、入居者様の無病息災を願って、毎年この時期に七草粥を振舞っています。

今回は、1月7日の昼食で提供させていただきました。

お正月は美味しい食事が目白押しですので、ついつい食べ過ぎて胃腸も弱りがちです。

七草粥はそんな弱った胃腸にピッタリの優しいメニューです。

本来の七草粥は、早春にいち早く芽吹くホトケノザやゴギョウなどの七草を使いますが今ではなかなか入手しづらいですよね。

そこで当会の七草粥は、手に入りやすく栄養バランスのよい材料でアレンジしてありますので簡単に作ることができます。

古き良き日本の風習ですので、皆様のご家庭でも是非ご賞味下さい。

投稿コーナー

「折り紙」

タカハシ　ハナコ
高橋　花子 様（94歳）

通所介護事業所 デイサービスセンター元総社

今回は、デイサービスセンターをご利用いただいている高橋様より、ご趣味で制作された折り紙などをお寄せいただきました。

リハビリを兼ねて始められたという折り紙。

折った千代紙を組み合わせて作る番傘や、香りが漂ってきそうなほど繊細な出来のスイセンやユリなど素晴らしい作品ばかりです!!

当初は、他の利用者の方々に教わりながら作っておられましたが、今では皆様にご自身の作品をプレゼントされるほどの腕前に♪

昨年のお正月にはデイサービスの職員全員に作品を贈ってくださいました。

そんな高橋様の、創作意欲は折り紙だけにとどまらず編み物や切り絵など様々なものに取り組んでいます。

「なんでもござれ!!」と笑顔でお話しされていました。

今は編み物に熱中されているとのことで、網目が美しくとても可愛いカーディガンを作られています。

これからも楽しみながら素敵な作品づくりを続けてくださいね。

職員一同全力でサポートさせていただきます。

ご投稿ありがとうございました。

学童保育所

ひかり学童クラブ

行事紹介

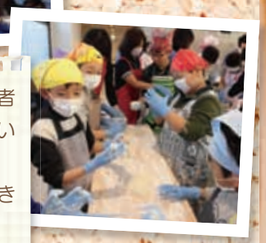
日名事業所 トピックス

「 特別養護老人ホームサンライフアネックス 」に併設され「 学童保育所ひかり学童クラブ 」も平成29年12月1日に同時開設いたしました!!
現在、元総社小学校・元総社北小学校・総社小学校の1～6年生が放課後に利用しています。毎日元気な声が施設内に響き渡り、施設の外には庭もありますので外遊びが大好きな子どもたちは毎日嬉しそうに遊んでいます♪
“わくわく”遊び“ゆったり”安らぐ　そして“社会力”を育むことをコンセプトに職員4名が毎日奮闘していますのでこれからもどうぞよろしくお願いいたします!!

クリスマス会 12/25

クリスマスのリースとクレープを作りました!!
とても美味しくできましたね（^_^）

お餅つき 12/27



サンライフアネックスの入居者の方々と一緒にお餅つきを行いました♪
子どもたちは楽しそうに餅をつき形成係にも挑戦しました!!
とてもよい体験ができましたね。

しめ縄作り 12/28

自治会のボランティアの方々をご招待し、しめ縄づくりを教えていただきました!!
日本の伝統文化はやはりよいものですね（^_^）

初詣 1/4

みんなで総社神社へ初詣にでかけてきました。
何をお願いしたのかな～♪

社会科見学 1/4

群馬県庁への社会科見学では綺麗な景色が見られましたね（^_^）
これからも色々な所へでかけましょうね!!

関連施設 Institution

社会福祉法人 陽光会

TEL：027-256-7788（代） FAX：027-256-7755（代）
〒371-0855 群馬県前橋市問屋町1-5-4

特別養護老人ホーム サンライフ問屋町	TEL：027-253-4165	FAX：027-253-4166	〒371-0855 群馬県前橋市問屋町1-5-4
通所介護事業所 デイサービスセンター元総社	TEL：027-256-7780	FAX：027-256-7783	
特別養護老人ホーム サンライフアネックス	TEL：027-280-4165	FAX：027-280-4167	〒371-0852 群馬県前橋市総社町総社3051-4
訪問介護事業所 ホームヘルパーステーション元総社	TEL：027-256-7781	FAX：027-256-7787	
居宅介護支援事業所 ケアプランセンター陽光	TEL：027-253-8343	FAX：027-253-8347	
学童保育所 ひかり学童クラブ	TEL：027-255-2525	FAX：027-255-2527	
介護付有料老人ホーム サンヒルズ総社	TEL：027-280-5533	FAX：027-280-5532	〒371-0852 群馬県前橋市総社町総社2724-1
軽費老人ホーム ケアハウス元総社	TEL：027-256-7782	FAX：027-256-7789	〒371-0846 群馬県前橋市元総社町2-1-7

特別養護老人ホーム サンライフ問屋町

特別養護老人ホーム サンライフアネックス

介護付有料老人ホーム サンヒルズ総社

軽費老人ホーム ケアハウス元総社

公益財団法人 老年病研究所附属病院

TEL：027-253-3311（代） FAX：027-252-7575（代）
〒371-0847 群馬県前橋市大友町3-26-8

地域医療福祉連携室	TEL：027-253-4108	FAX：027-253-4135	〒371-0847 群馬県前橋市大友町3-26-8
認知症疾患医療センター	TEL：027-252-7811	FAX：027-253-4135	
群馬老人保健センター 陽光苑	TEL：027-253-3310	FAX：027-254-3302	
グループホームひまわり	TEL：027-253-3322	FAX：027-254-3836	〒371-0847 群馬県前橋市大友町3-22-9
前橋市地域包括支援センター西部	TEL：027-255-3100	FAX：027-254-3836	
居宅介護支援事業所 ケアプランセンター老研	TEL：027-253-3398	FAX：027-254-3836	
訪問看護ステーション ひまわり	TEL：027-252-3305	FAX：027-253-8222	〒371-0846 群馬県前橋市元総社町2-1-9
老年病研究所附属 高玉診療所	TEL：027-223-1414	FAX：027-225-0223	〒371-0023 群馬県前橋市本町1-17-4

（公財）老年病研究所附属病院

（公財）老年病研究所グループ全景

地図 Map

ご意見・ご感想おまちしております！

社会福祉法人 陽光会
〒371-0855 群馬県前橋市問屋町 1-5-4
027-256-7788（大代表）
FAX 027-256-7755
yokokai@at.wakwak.com
http://www.yokokai.or.jp

●当会では個人情報保護法の施行に伴い、ご利用者様の個人情報につきましては利用目的を明示し、法令に基づく適切な取扱いを行っております。 ●編集・発行／社会福祉法人陽光会本部事務局

Copyright © Yokokai All rights reserved.