



ごあいさつ

桜咲く春爛漫の新年度がスタートし、今年もさくらえんに「希望」と「意欲」を持った新入職員を迎えることが出来ました。新しい力が加わることで新しい考え方が生まれ、施設全体でさらに質の高いサービスをご提供できることを期待しています。さて、新たな地域交流の場として2015年よりスタートした「会食サービス」も今年で5年目となりました。これまでたくさんの方々にご利用いただいております。栄養バランスのとれた食事をこの機会に是非ご活用いただければ幸いです。今年度も引き続き、地域のみなさまを始め、ご家族やボランティアの方々のご理解・ご協力を賜りながら、安心して使いやすいサービスをご提供できるよう努めて参ります。

園長 崎山良太

法人理念

「働き易い職場を創り、快適なサービスを提供する。」

ひなまつり



季節は春に向かい暖かくなってきました。2月19日（水）から1階の玄関ロビーに七段のひな人形を飾りました。ひなまつり当日の昼食には「ひし形押し寿司」、おやつとして雛あられと甘酒もご用意し、みなさまに目と口の両方で楽しんでいただきました、この日はとてもあたたかく、春の訪れを感じられる1日となり、たくさんの笑顔を見ることが出来ました。来年も多くの笑顔を見られることを願っております。



介護3課 齋藤明衣



節分



毎年恒例の節分会。フロアごとに元気いっぱいの鬼がやってきました。襲い掛かる鬼にご利用者は力強く豆を投げて鬼退治。みなさん、思う存分に節分の日を楽しんでいました。黒くて大きい鬼の登場でしたが、フロアは笑顔という豆でいっぱいになりました。来年も楽しみです。

介護4課 柿崎ほのか

しせつの周辺さんぽ



施設近隣にある小金井公園をご紹介します。1954年（昭和29年）1月に開設された、小金井市・小平市・西東京市・武蔵野市にまたがる面積78ヘクタール、東京ドームの約20倍を誇る都立公園のなかでも最大規模の公園です。そばを流れる玉川上水は戦前、桜の名所として知られ、一般客はもちろん皇族の方々も見物に訪れるほどのものでした。戦後、桜の木の高齢化や付近を走る五日市街道の交通量の増加などにともない、衰退していきま

す。これにかわるように小金井公園に桜などの樹木が多数植えられるようになりました。園内にはサイクリング場やバーベキュー広場、江戸東京たてもの園などもあり、一年を通じて多くの家族連れや観光客などで賑わっています。

総務課 佐藤友哉



行事食紹介

四季彩食

～ひなまつり食～

ひし餅に見立てたひし形押し寿司はご利用者からも「きれいね」「食べるのがもったいないわ」などの声をいただきました。ひし形は『心臓』を表していると言われ災厄を除こうという気持ちや親が娘の健康を願う気持ちが込められていると言われています。

気温も少しずつ暖かくなり、気持ちも明るく元気に毎日を過ごしていただけたらと思います。今後も季節を感じ、楽しみにしていただける食事の提供に努めてまいります。

栄養係 田中七海



お品書き

ひし形押し寿司、春の炊き合わせ、春キャベツとあさりの味噌マヨ和え、清汁、いちご

高齢者の脱水防止

水分が減ると、血液の流れが悪くなって固まりやすくなるため、心筋梗塞や脳梗塞を起こしやすくなります。また、だ液の分泌量が減るとタンが出しにくくなり肺炎を起こしきっかけにもなります。脱水により体調の急変→生命の危険を招く場合もあります。「水やお茶を飲んでいるから大丈夫」と安易に考えず、脱水状態になっていないかどうか周囲の人の観察が必要です。

<脱水の予防と改善の基本>

- 食事をきちんと取り、1日の経口水分量を1000mlは摂取する。
- 外的環境（温度、湿度など）を調節する。
- 寝る前後、入浴前後、運動の前後、運動中、飲酒後は必ず水分摂取する。
- 脱水状態の時は、水分と塩分、糖分を一緒に摂取する（糖分の取り過ぎには注意）

居宅介護支援事業所 さくらえん

在宅での介護が必要になった方やそのご家族が、安心して在宅生活を送ることができるよう、サービス計画（ケアプラン）の作成やサービス調整、サービスの効果の確認（モニタリング）を行なっています。介護に関してお困りのことがございましたら、どうぞお気軽にご相談ください。

☎ 0422-51-5597

ボランティア 募集

高齢者支援やボランティア活動に興味のある方、さくらえんで特技や趣味を活かしていただける方は、ぜひお問い合わせください。



地域サロン

毎週木曜日～日曜日の11:30～13:30でワンコインランチを営業中。1日20食限定です。お気軽にどうぞ。また、毎週日曜日は14:10～16:00まで「喫茶やすらぎ」というカフェ営業も行っております。こちらもぜひご利用ください。お待ちしております。

さくら VOL.31



発行 社会福祉法人 徳心会
特別養護老人ホームさくらえん 広報委員会
〒180-0021 東京都武蔵野市桜堤2丁目8番31号
TEL. 0422-51-5550 FAX. 0422-51-5807

発行人 園長 崎山良太
編集人 広報委員長 中島祥一
発行日 令和2年 4月20日
E-mail sakuraen@tokushinkai.jp
H P https://tokushinkai.jp/



※写真につきましては、ご利用者およびご家族の了解を得て掲載しております。

こころのは

新緑かおる心地よい季節です。3月は別れの季節、4月は出会いの季節。個人的に卒業式が懐かしく思います。新入職員を仲間に迎え、ここからまた新しい一年のスタートです。後輩を持つことになる2年目職員の活躍が楽しみです。今年も楽しい内容をお届けしていきたいと思っております。どうぞお楽しみに。 相談課 迫田和樹