

# あゆみ

ayumi

vol.114



## ごあいさつ

新年おめでとうございます。

今年は法人設立 35 周年を迎えます。平成 2 年（1990 年）3 月 20 日、青梅市成木二丁目 44 番地に法人が設立され、その翌年令和 3 年 4 月 20 日にあゆみえんが開園しました。都庁が有楽町から現在の新宿に移転するときで、その工事期間は 1988 年 3 月着工、1990 年 12 月竣工でした。あゆみえん建設工事の工事入札がこの都庁の工事期間に重なり工事費高騰等で入札が不調になったことを思い出します。

ウクライナや中東、台湾問題と世界はきな臭さが蔓延しています。温暖化によると思われる激しい天候の変化も頻繁に起こる様になりました。世の中は不安で満ちているように感じます。

とはいえ新年を迎えるに当たって明るい一歩を踏み出したいものです。今年は大阪万博も控えています。職員親睦会で計画していますので是非皆さん参加しましょう。コロナで途切れてしまった EPA 候補者の家庭訪問も再開しようと思います。

例年のようにいずみえんの皆様と屋上で初日の出を仰ぎながら新年を迎えました。池上本門寺に参拝後、こぶしえんの皆様に挨拶し目黒不動尊、大鳥神社も参拝しました。

今年も職員みんなと一緒に楽しく、一生懸命仕事をしたいと思います。もちろん基本介護に忠実に、日常の何でも無い生活を大切に、創意工夫をしながらより良い介護サービスの提供に努めます。

皆様の支援をお願いします。

令和 7 年正月

理事長 関根陸雄



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。」







# クリスマス会



12月25日(水)クリスマス会を行いました。あゆみ保育園児と音楽クラブに参加いただいているご利用者が一緒に合奏と合唱を行いました！あゆみ保育園児のかわいい歌声やご利用者の笑顔が印象的でした。

EPA職員による演奏、職員によるミュージックベル演奏をみなさまと一緒に聴きました。また、みなさまから保育園児にクリスマスプレゼントを渡し世代間での交流ができました。午後は青梅マンドリンクラブのマンドリン演奏を聴いたり、ユニットでケーキを食べたり紅茶を飲んだりしながら過ごされ笑顔の多いクリスマス会となりました。

介護事業部第4課 係長 岸清孝



## 在宅事業部

### あゆみえん訪問介護事業所

あゆみえん訪問介護事業所はあゆみえん2階にあります。みなさまのお宅へ訪問させていただき、日常生活を安心して送れるようにサポートしています。

今回は訪問介護の仕事について楽しいところや、やりがいを書かせていただきます。



訪問介護はお宅へ伺い、ご利用者の生活の場面に触れることができるので、人となりが理解しやすいです。私はご利用者の生活のお手伝いをするのが好きです。

介護は形がないのでとても分かりにくいのですが、ご利用者やご家族より直接感謝の言葉をいただくことが多く、やりがいに直結しています。冒頭でヘルパーは『サポートしています』とは言いましたが、しっかりサポートできているか不安に思うことも多くあります。そんな不安な気持ちも、ご利用者やご家族の「ありがとう」や「助かったよ」等の言葉に励まされています。

今年もどうぞよろしくお願いいたします。みなさんに負けないように私たちも頑張っています。

在宅事業部第1課 山口英樹

## あゆみ保育園だより

新しい年が明けました。それぞれの年末年始を過ごした子どもたちが保育園に戻ってきました。お友だちと久しぶりに顔を合わせみんな嬉しそうでした。

この時期、保育園ではたくさんのお正月遊びをします。外では羽根つきやコマ回し、お部屋では福笑い、すごろく、かるた。ほかにも鏡開きや七草粥など、日本の伝統を子どもたちに伝えていきたいと思っています。1月6日の新年の集いでは保育園に立派な獅子舞が登場します。ご利用者の方も誘いし子どもたちと一緒に楽しい時間を過ごしていただきたいと思います。

あゆみ保育園 園長 濱中美穂



## デイサービス センター

あゆみえんです!

昨年のデイサービスでは、食欲の秋にちなんで和食レストランにランチを食べにお出かけしました。慣れないタッチパネルでの注文も挑戦してイマドキの感覚を皆様で楽しむ事ができました。また、秋外出の恒例となった紅葉散策も企画して、綺麗なイチョウ並木で金色の景色を皆様で堪能する事ができました。そして年末近くになると忘年会と称して、じっくり煮込んだおでんに飲み物とカラオケと赤提灯に、まるで本物の居酒屋にいるような雰囲気が楽しめました。

新年も冬の寒さが厳しくなりつつありますが、今年もデイサービスでは新年会や初詣など様々な企画を用意してお待ちしております。皆様楽しんでいただけるよう職員一同今年もよろしくお願いいたします。 介護事業部第1課 金子知雄



## 医務課便り

### 寒さが血圧を高くする

気温が低くなると交感神経の働きが強くなり血管が縮み血圧が上昇します。

圧力の高まった血管に血液を送り込むために、心臓には負担がかかります。

このとき、動脈硬化などで心臓に栄養を運ぶ血管(冠動脈)が狭くなっていると、十分な血流が得られず心臓の筋肉が酸素不足になったり、血管の内側の壁が傷んで血栓(血の塊)が出来やすくなります。血栓が心臓の血管に詰まると「心筋梗塞」が起こります。脳の血管が詰まると脳梗塞、脳の血管が破れると脳出血が起こります。

また、季節の変わり目、特に寒くなり始めの頃は気温が上下に急激に変化し、これに対応して自律神経の働きも変化するため、血圧が不安定になりがちです。

血圧や心臓に負担がかからないように、着るものや部屋の温度をこまめに調節し、できるだけ急激な血圧の変化が起こらないように工夫して過ごしましょう。



医務課 入山奈央



## 餅つき行事



令和6年12月13日(金) あゆみえん新町の里にて餅つき行事を行いました。あゆみ保育園園児たちによる「餅つきの歌」から始まり、職員、園児、ご利用者のみなさまと一緒に「ヨイショ!ヨイショ!」と掛け声を出し合いながら楽しくお餅をつくことができました。保育園児との世代交流もあり笑顔があふれる行事となりました。

相談課 課長 諸江光宣

## 青梅紹介

## 青梅に雪女??

明治37年に著された小泉八雲の『雪女』が青梅に伝わる雪女伝説をもとに作られたというをご存じでしょうか。

青梅市の南部、多摩川に架かる橋に「調布橋」という橋があり、この橋のたもとには『雪おんな縁の地』の碑が立てられています。表側には碑文が刻まれ、裏側には『雪女』の和英両方の序文と小泉八雲の肖像が刻まれた銘板がはめ込まれています。

北海道や東北の雪国ではなく東京の青梅でなぜ雪女?と不思議な感じもしますが、小泉八雲の家に奉公していた東京府西多摩郡調布村(現在の青梅市)出身の親子から聞いた話から『雪女』が作られたとのことなので、当時は今よりも気温が低く冬に大雪が降ることも珍しくなかったのかもしれないですね。 総務課 菅原幸子



## □ あゆみえんインフォメーション □

詳しいお問い合わせは、あゆみえん、相談課まで  
電話 **0428-30-5550**

## あゆみ VOL.114

発行 社会福祉法人 徳心会  
特別養護老人ホーム あゆみえん 広報委員会  
〒198-0024 東京都青梅市新町9丁目2153番地3  
TEL.0428-30-5550 FAX.0428-30-5570

発行人 園長 岸田和代  
編集人 広報委員長 諸江光宣  
発行日 令和7年1月15日  
E-mail ayumien@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。  
※撮影のため一部マスクをはずしております。

あけましておめでとうございます。

お正月が終わり、あと少ししたらバレンタインがやってきますね。

月末は新宿の百貨店で大きなチョコレートの祭典もあるそうです。

自分へのご褒美にチョコレート、どうでしょうか。

本年もどうぞよろしく願いたします。



介護事業部第5課 久保田萌奈