



ふくみ

42

2014

医療法人社団福寿会 理事長 福岡靖介

「必要なときに、必要な人へ、必要なだけ、トータルにサービスを提供していく」人は必ず老いていきます。その過程で、要介護状態になることもあります。そのとき、「介護」が必要になったというただそれだけの理由で、愛着のある家や地域から離れ、病院や施設で暮らすことになったら、それは寂しく辛いことでしょう。本当に豊かな長寿社会・地域社会とは、だれもが、どんな状態になっても、安心して住みながら家や地域で暮らし続けられることだと、私たちは考えています。

「認知症の予防と対応」

認知症とは、老化によるもの忘れと異なり、ヒントを出しても思い出せない症状です。現在認知症は、予備軍を含めると高齢者(65歳以上)4人に1人とされており、誰もがいつ発症しても不思議ではない病気なのです。

認知症の予防方法 ～具体的な予防について～

①生活習慣病の予防

・食事・運動・禁煙、深酒防止



週5日、1日30分は上記を目標！
1日の歩数は
7000～8000歩を目標に

ふだんの歩幅より
10～20%広げて歩歩を

②脳への適度な刺激

・積極的に頭をつかう
・社交的になる
・何事にも前向きに



③定期的な健康診断による早期発見



④生活環境の見直し



もの忘れ外来

関原クリニックでは、予約制で「もの忘れ外来」および慢性疾患中心の神経内科外来を行っております。

もの忘れ外来では認知症の診断のみにとどまらず、相談員、看護師等が早い時期から患者様、ご家族のみなさまに関わり、薬だけに頼らず地域の医療・介護環境を活用し、みなさまが現状の生活を長く維持できるよう努力していく所存です。

もの忘れが気になりだしましたら、早めにご相談ください。



関原クリニック院長 鈴木淳也
【神経内科専門医】



EVENT REPORT

毎月恒例「法人勉強会」開催

法人の全職種が対象で毎月行われている勉強会。10月は、福寿会が推進してきた在宅医療の中核として大切な緩和ケアについて学びました。多くの職員が参加し、大変充実した勉強会でした。今後も、地域の医療を支えるプロフェッショナル育成の勉強会を企画していきます。



すずめのお宿・西新井、本木が合同で「敬老祝賀会」開催

9/13(土) 東京マリアージュにて すずめのお宿・本木、すずめのお宿・西新井が初の合同敬老祝賀会を開催しました。参加者はご利用者様、ご家族様、スタッフの総勢80名。統括ホーム長のご挨拶から始まり、響ファミリーによる公演、記念品贈呈、ご家族のご紹介、そして最後に記念撮影を行い締めくくりとなりました。また、響ファミリーさんが会場をまわり、一人一人と握手してくれるなどしてくれ、皆さん大変喜んでいらっしゃいました。記念品贈呈では、喜寿1名、傘寿3名、米寿2名、卒寿2名、百寿1名の方をお祝いいたしました。



スタッフにとっても利用者様にとっても初めての大きなイベントで沢山の苦勞もありましたが、利用者の皆様が感動される姿を沢山見せていただき、「本当にやってよかった！」と幸せいっぱいの日でした。
(すずめのお宿・本木 スタッフ)



INFORMATION

福寿会 職員募集

見学を随時受け付けております。お気軽にお問合せ下さい。

【よくある質問】

Q. 資格をもっていないのですが。

A. 大丈夫です。お仕事をしながら資格を取得することもできます。

Q. 相談する環境はありますか？

A. 様々な分野の専門職がいるので、ひとりで抱えこまずにチームとして対応できます。

お問合せはコチラ

本部・人事課採用係

☎ 0800-800-7575 又は、03-5681-0336

MAIL: saiyou@fuku-k.net



【介護のしごと 相談・面接会の様子】

看護部のホームページを開設しました



<https://fuku-k.net/>

編集後記

寒さとともに手先のひび割れも始まりました。そろそろ加湿器・マスク・ハンドクリーム等、本格的に全身の保湿の必要性を感じる日々です。

福寿会グループでは、皆様からのご意見・ご感想をお待ちしています。

●発行・編集担当: 福寿会本部
●発行所: 医療法人社団福寿会 〒123-0851 足立区梅田7-18-11
●電話: 03-5681-0336 ●FAX: 03-5681-8080

中村
管理栄養士



訪問栄養指導でおなじみ

中村先生の
「おうちで作る
らくらくレシピ」

カッテージチーズサンド

【作り方】

1. 食パンの片方にマーガリンを塗ります。
2. 紫玉ねぎ・トマトは薄くスライスし、紫玉ねぎは水に浸します。
レタスは食べやすい大きさに切ります。
3. 1にレタス、トマト、カッテージチーズ、紫玉ねぎの順に並べ、もう片方のパンを乗せて、少し重しを乗せます。
4. 3がしっかりとしたら食べやすい大きさにカットしてお皿に盛り付けます。

【材料】

- 食パン
(できればほうれん草、トマト、人参、胚芽入りなど
少し色のついたもの)8枚切り2枚
- 紫玉ねぎ20g
- カッテージチーズ30g
- トマト20g
- レタス10g
- マーガリン5g
- 塩少々



朝食作りのシーンを撮影しました。
NHKさんは撮影するために、早朝
4:00に自宅へ来られました！

その時に作ったのが、カッテージ
チーズのサンドイッチです。
パンは前日トマト果汁を入れた
食パンを焼いておきました。
カッテージチーズはプロセスチーズ
やカマンベールチーズと比較すると、
約3分の1程度の低カロリーで、
塩分、脂肪分も少なく、サラダや
サンドイッチに向きます。
日本ではカッテージチーズは
あまりサンドイッチに使われません
が、美味しいですので1度お試し
ください。

介護制度
NEWS

ここがポイント！ 『高齢者くらしのガイド』

足立区が発行している『高齢者くらしのガイド』から、
福祉サービスについてわかりやすく解説します。

足立区にはこんな
便利なサービスが
あるんですよ！



相談部
弓狩幸生

くらしのお手伝い

配食サービス

内容

栄養バランスのとれた食事をご自宅ま
でお届けする協力店を紹介します。

●費用：店舗によって利用額が違います。
また、利用される場合の費用は、
全額利用される方の負担になります。
※区からの助成はありません。

●利用方法：毎年10月頃に協力店一
覧が記載された案内をご自宅の郵便
受けに投函します。ご利用になられる
際は案内に掲載されている協力店に
直接ご連絡ください。※案内は高齢
サービス課でも配布しています。

お問合せ先：高齢サービス課在宅支援
係(中央館3階)TEL03-3880-5257

高齢者身の回り応援隊

内容

地域の方々(応援隊員)
の協力を得て、1時間以
内でできるちょっとした困
りごとのお手伝いを行いま
す。
※緊急性、専門性、継続
性のある作業を除きます。

- 対象：おおむね70歳以上
の高齢者のみ世帯
- 費用：1回500円

お問合せ先：社会福祉協
議会高齢者身の回り応
援隊事務局 TEL03-3870-
8022

あったかサービス

内容

在宅での日常生活にお困りの65歳以
上の方や障がいをもつ方などが住み
慣れた地域で安心して暮らし続けるこ
とができるよう、趣旨に賛同する地域
の方々の参加とご協力によって行う
会員制・有償の家事介護援助の仕組
みです。

- 費用：1時間あたり700円
※利用会員登録及び年会費(2,400
円)が必要です。

利用時間：午前8時から午後8時まで

お問合せ先：社会福祉協議会あいあ
いサービスセンター TEL03-3856-0274

～プロフェッショナルでの思い出料理～

今回は中村管理栄養士が10/6のNHK番組
「プロフェッショナル」に出演した際の思い出料理を
ご紹介します。
実際には放送されていない幻のレシピです★

FUKUJUKAI NETWORK

福寿会グループ紹介

おおるりデイサービスセンター



北区赤羽地区において希少価値の高い?!
ケアマネジャーが男性3名だけの事業所
です。



性格、経験など個性的な3
人が1つとなり、事業所を盛
り立てていきたいと思ひます。
ご指導賜りますようお願い
致します。

おおるりデイサービスセンター
居宅支援事業所所長 野村嘉幸

今年は新しいプログラムや外出行事の充
実など様々な試みに挑戦しています。
施設名の「おおるり」はとても綺麗な青い
鳥です。皆様の「幸せの青い鳥」となり、
沢山の幸せを届けられる
デイサービスを目指します。
職員一同明るく元気に
頑張ります！



おおるりデイサービスセンター
所長 竹内奈緒美



東京メトロ南北線赤羽岩淵駅より徒歩4分

【営業日】月～土(祝日も営業)
【提供時間】9:00～17:00【定員】38名
住所：〒115-0041東京都北区岩淵町9-16-101
電話：03-5249-3078



福寿会ネットワーク

必要なときに、必要な人へ、必要なだけ
トータルにサービスを提供していく

おおるりデイサービスセンター

