

文集

# なぎさ

第81号

なぎさ和楽苑

令和7年3月31日発行

## おくりもの

苑長 池田めぐみ

「みんないなくなっちゃって寂しい」とご高齢者からよく言われる。特に若かりし頃を共に時間を分かち合いながら過ごしてきた友人との「死」という別れには親族との別れとはまた面持ちの違いがある気がする。別れた友人を思い出す時の姿は、その時代のままで蘇る。もし、今でも会えば昔話に盛り上がり、楽しい時間を再び分かち合うのだろう。

自分自身もそうだ。女同士集まれば話が尽きない。気がつけばファミレスで3時間は過ぎていた。会うたびに歳は重なり、学校の話やアイドル歌手の話でとりとめもなく騒いでいた頃か

ら、年齢とともに結婚、離婚、子どもの話題、親の介護。そして、孫の話に更年期や自身の健康話と、まさにライフステージと言わんばかりで盛り上がる。しばらく会わなくても、会えば小学生の時のよう。こんな時間がいつまでも続くものと信じたい、と願うような心境になった。こうして昔を懐かしみ、共に笑える仲間がいること、思い出を何の制約もなく振り返ることができていることに自由と幸福感でいっぱいになる。次はいつ会えるだろう…。ご高齢者の言う寂しさに近い郷愁なのかもしれないと感じた。

日頃から「自分ごと」として考

える」と言うが、そうたやすくは無いのだろうと思う。それを感ずるには、同じような経験を体感していることでより身体に沁み渡るように思うが、自分だつたらどう思うか、どう感じるかと感性を研ぎ澄ませながら考えることはできそう。

永く人生を歩まれている先輩方の経験には後輩たちはすぐには追いつかない。そばにいて、悦びも哀しみも傾聴し、分かち合うこと。よりそう私たちは、頭と心を揺り動かしてその「語り」を自分ごととして映し、相手への思いやりを表現できるか。そうした経験を聴くことができるのは、後輩たちの成長を導いてくれる、人生の先輩方からの大切な「おくりもの」かもしれない。



令和6年5月26日～6月3日

## 北欧研修報告



全国の福祉関係者21名の方々とデンマーク、スウェーデン、ドイツを巡ってまいりました。これまで現場で20年ほど介護職を経験し、当苑に入職し相談員として6年目になりますが、入職当時からの念願であった北欧研修に参加の機会をいただき、しかも人生初となる海外とも相まって、参加するまでは不安と期待が交錯する日々でした。



研修は、高齢者や障害者施設、デイセンターや幼稚園の視察のほか、デンマーク在住の千葉忠夫先生による講義、留学生との交流や観光地

スポットを巡るなど、あっという間の9日間でした。

デンマークの人口は約600万人。戦後、生活大国、福祉大国を目指したといえます。社会福祉を支えるため、所得税40%、消費税25%と高税ですが、医療・教育・福祉は基本無料、また女性の就業率や政治参加率も高くイクメン王国とも言われております。

日本の社会福祉とは異なる点も多いですが、「世界一幸せな国」と言われる意味がこの研修を通して少し理解できたと思うとともに、あらためて福祉の仕事に就いて本当に良かったと思っております。研修で学んだことを少しでも自身のこれからの人生、また日頃の業務に生かしていきたいと思います。

(認知症対応型通所介護 相談員 田村瞳)





## TOPICS

### 外国籍職員交流会

令和6年11月27日、11月に入職された外国籍職員2名の紹介とフロアー間を超えた職員同士の交流を図るために、外国籍職員交流会を開催しました。現在、特養には学生アルバイトも含め16名の外国籍職員が活躍しております。当日は全職員の参加はかありませんでしたが、池田苑長、平井施設長代理が出席しました。軽食をとりながら母国の話や好きな日本食の話、ミャンマー国籍職員によるミャンマーの踊りの披露など、



短い時間ではありましたが、大変盛り上がりしました。

### 第45回 家族会総会

令和6年4月28日に第45回家族会総会を開催いたしました。今年度も多くのご家族にご参加いただきました。

総会は会長の進行の下、令和5年度事業報告ならびに会計報告や役員変更、令和6年度事業計画ならびに予算案、行事への参加協力・家族ボランティアの件について、質疑応答の後、賛成多数で可決承認されました。

また、今年度より新たに2名が幹事を担ってくださることとなりました。なぎさ和楽苑の歴史の中で、現在に至るまで家族会に携わっていただいた皆様の想いをしっかりと引き継ぎ、これからもさらなる発展を目指し、ご家族の皆様とともに運営していけるよう努めてまいります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



### よりあい処プロジェクト vol.3

令和5年度より活動を再開している余暇支援の取り組み「よりあい処」。

専門職による音楽プログラム、手作業のプログラム、ボランティアの方と交流するプログラムなど多岐にわたり、26個のプログラムを開催。参加人数は延べ1198名となりました。

「個別性に配慮できること」「個性性と集団性のバランスがとれたもの」「入居者自身で選べる仕組み」などの視点を持って、それぞれ専門性のあるプログラムを実施し、令和6年度はさらに活動を拡大しており、週2～5回、午後の時間にさまざまなプログラムを実施しております。ご入居者、職員、ボランティアの皆様との関わりを大切に、今後も、ご入居者の皆様が望まれているもの、思い描いていることを形にできるように、「より



あい処」の活動をさらに活性化できればと思っています。  
(生活相談員 梅原淳一)

### 福祉系の学生の皆さんが来苑 なぎ茶一くる開催

当苑の新しい試みとして、福祉系の学校に通われている学生の方々に、高齢者施設の見学や現場で働いている職員とのコミュニケーションを通して、将来の「働く自分」のイメージを膨らませていただくことを目的とした「なぎ茶一くる」(略称：なぎっちゃ)を開催いたしました。

今年度は2回開催し、計12名の学生の方にご参加いただきました！

なぎ茶一くるの中では、施設見学・福祉器具の体験、グループワーク(施設の周りがあったらうれしいお店ランキング、高齢者レクリエーション企画立案会など)を実施し、学生ならではの視点や熱量を肌で感じることができました。

学生のモチベーション向上やなぎさ和楽苑の魅力を知ってほしくて企画したものであるのに、むしろ学生の姿勢を見て私たち職員のモチベー



ションが向上したように思います。

今後も第3回、4回と続けていく予定です。たくさんの参加者を募集しております。おいしいケーキもご用意しています！

### とことん楽しもう！ JR推し会

令和5年10月から『推し会』と称し、入居者の皆様と「推し(好きなもの)を楽しむ」イベントを月1回開催。ビートルズやディズニー、アイドルグループSnowMan、歌舞伎など、さまざまなテーマで企画をしてきました。

令和6年7月は「電車」の推し会を企画。JR東日本様(品川駅・新浦安駅・新木場駅)に協力を依頼すると、なんと快諾いただき、事前の打ち合わせでも、JRの皆様からたくさんアイデアを出していただきました。

待ちに待った当日！ 駅員さん13名、特別養護老人ホーム・ショートステイ・都市型軽費老人ホームの入居者の方々80名にお集まりいただきました。「駅員の1日の紹介」「電車の連結ゲーム」「マジックハンド体験」「制服着用体験」など、多くの企画に、皆様とっても楽しまれていました。

皆様からは「制服を着せてもらったことは家族に自慢します」「電車に乗りたくなった」との声がありました。いつもと違った入居者の笑顔を見ることができてイベントは大成功でした！ 入居者の方と職員が一緒に楽しめるイベントをこれからも続けられればと思います。

皆さんの「推し」ぜひ教えてください♪

(生活相談員 保戸田裕美)



## TOPICS

### 関東一高 ウインドオーケストラ 定期演奏会ご招待

令和6年11月21日、江戸川区総合文化センターで、関東一高ウインドオーケストラの定期演奏会が開催され、ご招待いただきましたので、特養ご入居者1名・軽費ご入居者3名・付添職員2名の計6名で行ってまいりました。演奏会の演目は本格的な楽曲から馴染みのポップス・アニメなど多彩で、どれも素晴らしい演奏でした。ご入居者の皆様も手拍子をしながらか熱心に鑑賞されておりました。毎年ご招待をいただいております。ありがとうございます。

(都市型軽費老人ホームJOYなぎさ相談員 並河健司)

## ■アクティブ福祉

令和6年9月に開催された日頃の介護現場での取り組みや実践を学会形式で発表する大会である「アクティブ福祉in東京」で、「よりあい処」のプログラムの1つである「推し会」をテーマに取り組みの発表を行いました。自分たちが行っている取り組みを、自信を持って発表してきました。

また「ともに学び合い、専門性を高め合うことで、東京の高齢者福祉介護の質の底上げを目指す」という今大会の目的もあり、たくさんの発表を見ることができ、他施設の取り組みも大変参考になりました。

(生活相談員 梅原淳一)



## ■岩手研修

令和6年7月6日(土)～8日(月)、池田施設長、平井施設長代理、相談課の保戸田係長、特養5階の中村リーダーと共に、岩手県に研修に行っていました。

1日目は、社会福祉法人つくし会様を訪問し、施設見学のほか、理事長である熊谷茂様にさまざまなお話を伺いました。

2日目には、東日本大震災で大きな被害に遭われた陸前高田市を視察。東日本大震災津波伝承館に伺い当時の教訓を学びました。また、一関市内にある狛鼻溪(げいびげい)の舟下りへも行きました。

3日目は、世界遺産で有名な、平泉町の中尊寺金色堂・毛越寺なども見学しました。

実際に現地に行かなければ見ることのできな

い多くの自然や歴史にも触れることができ貴重な経験になりました。

(ユニットリーダー 齋田梨央)



社会福祉法人つくし会「明生園」様の前で記念撮影



熊谷理事長様より法人のお話を伺いました

## “学び舎なぎさ”より

### 「嚙下食を体感してみよう」

誰もが支えあえる地域に、地域の方の学びと参加の場づくりとして、特養職員がご利用者ケアで培ったスキルを発信する機会を与えていただきました。栄養士の私は、小さなミキサーで常食から嚙下食への加工を実演。頭の片隅に置き、必要な時に好物やご家族と同じ食事を共有いただけたらうれしいです。思い描いていたより、熱心に学ぶ姿から思うのは、年齢を問わず学びは人生を豊かにすること。特養というくくりから、多くの職員が講師として地域に飛び出し、経験を糧に成長し地域とも積極的に関わりを持てればよいですね。

(管理栄養士 清水利美)



### 「自宅での看取り、施設での看取り」

令和6年11月10日(日)に開催し、地域の方14名に参加していただきました。

自宅と施設での実際の看取り、看取るまでの過程、看取られる本人や看取る家族への支援についてお話しさせていただき、参加された方はとても真剣に聞いてくださり、看取りということについて、地域の皆さんの関心の高さを感じました。

看取りに携わる立場の私としては、最期の時をどう過ごすか、どうしたいかということを家族や知人と話し合う機会を多くの方に持っていただけたらと思います。人生会議をぜひ開いてみてください。(看護課長 小津敏子)



## サークル活動紹介〈vol.1〉

### ヨガサークル

福利厚生の一環として令和6年5月から活動中のヨガサークルです。月に2回、就業後の17時45分から1時間のクラスを開催しています。誰でも参加できる内容で、床に座れない方も椅子を利用して参加できます。参加後は「よく眠れた!」「肩こりや腰痛が軽減した!」「気分がスッキリした!」などの感想をもらっています。

ヨガをすることで、就業での健康増進、ストレス解消につながります。ぜひ、身体を動かして気分転換しましょう。開催日程の詳細は、地下掲示板やサイボウズの掲示板でお知らせしています。お気軽にご参加ください!

(リハビリスタッフ 満田唯)



### ORE・ORE

令和6年より活動を始めました「ORE・ORE」サークルです。

活動内容は認知症ケアについてセッションを超えた話をする場としてしています。サークル名に関しては、認知症支援のシンボルカラーのオレンジをアレンジしたものとししました。

第1回は【ユマニチュードを考える】、第2回は【職員の視点から考える認知症ケア】、第3回は【研修、授業設定を考える】を実施しました。テーマを定めお互いの考え方や価値観を共有する場としての活動となっております。およそ3カ月ごとの開催を行っており、今後も継続的な活動をしていきます。

(介護長・東京都認知症介護指導者 佐藤雄一郎)





## 大慈学苑「聴く耳隊」活動開始!

令和6年5月より玉置妙憂先生をはじめとする大慈学苑の先生の皆様による、ご利用者様をメインとした「聴く耳隊」という傾聴活動が始まりました。

本活動は毎週木曜日、1日を通して2名の先生方による傾聴活動を実施。1回の活動につき約10名のご利用者様が傾聴を受けられております。活動をスタートしてから約1年、多くのご利用者様が参加され、「自分の気持ちを聴いてくれてうれしい。ゆっくりと話せる時間を設けてくださり、ありがとうございます!」などの感想が寄せられております。なんと大慈学苑の先生方は、私たち職員がお話できる時間も作ってください、私もお話を聴いていただきました。気持ちを表出できたことが、自分自身を見返すきっかけにもなり貴重な機会となりました。改めて「傾聴」の奥の深さを学び、その大切さを実感できた時間でした。



(ボランティア担当 中村達也)

## 社会福祉法人東京栄和会 法人創立記念行事

令和6年3月20日、社会福祉法人東京栄和会創立(22周年)記念行事を開催しました。この記念行事は、法人の新たな飛躍および法人内3地区の各施設・事業に従事する職員の協働意識の高揚と交流を推進すると共に、地域福祉の実践的な役割を認識し、法人・施設の果たすべき役割を相互理解することを目的とし、各施設が取り組んだ実践研究発表を5題、記念講演が行われました。

記念講演では非営利一般社団法人大慈学苑代表の玉置妙憂先生をお招きし、「その人の“在り方”を支える」～スピリチュアルケアとは～をご講演いただきました。専門職としてさまざまな場面に遭遇したときに、不安やマイナスな感情になってしまう原因や、その感情との向き合い方など心のあり方などの変化から、自分自身を見つめ直すことで同じ事象でも受け止め方が変わっていくことを学びました。「どうすればいいか」の方法論提供ではなく、傾聴の中で自分自身が考え感情を整理していく。さまざまな人と関わる中での向き合い方など、考えが深まる記念講演となりました。



## TOPICS

おいしそうなメニューがずらり!  
キッチンカー登場



9月15日(日)に開催された「長寿を祝う集い」では、その中のイベントの一つとして、キッチンカーに来ていただきました。

ベビークラスターやおにぎり、フランクフルトなど、見るからに食欲をそそるメニューを販売。実際にご購入いただいたご家族の皆様、地域住民の皆様、当苑職員からも大好評でした。

## 令和6年度

## 長寿を祝う集い

令和6年9月15日(日)、なぎさ音楽苑最大の慶事である「長寿を祝う集い」を開催いたしました。昨年まではコロナウイルス感染症の影響により規模を縮小して実施していましたが、今年は昨年よりも規模を拡大しての祝賀式典と秋祭りの開催ができませんでした。昨年に引き続き、江戸川区長の斉藤猛様をはじめ、家族会の会長、副会長、当苑の第三者委員の皆様のほか、地域の民生・児童委員の皆様もお招きすることができました。



式典後は、例年ご好評いただいております「のど自慢大会」に加えて、キッズダンスチームのtiamo様にダンスを披露していただいたほか、ヨーヨー釣りやストラックアウトなどの模擬店、キッチンカーをお呼びするなど、よりにぎやかなお祭りとなりました。また「孝和会」の皆様による盆踊りでは、職員や利用者の方も輪の中に入って楽しむことができました。



コロナ禍以前の活気ある「長寿を祝う集い」を開催できましたのも、皆様のご協力の賜物と思います。この会を開催するにあたり、ご協力いただいた皆様に厚く御礼申し上げます。

(生活相談員 田村歩)

## 祝! 初開催

## ～ライフサポートフェスティバルに参加しました!!～

令和6年10月5日(土)、記念すべき第1回開催となった「ライフサポートフェスティバル」になぎさ音楽苑も参加させていただきました。このお祭りは介護、介助、介自(セルフケア)をテーマに、全世代で楽しめるイベントとして、訪問介護I代表の横内人士様が主体となり企画・運営。当苑もイベント運営の実行委員として携わる機会を設けていただき、大変貴重な経験となりました。

当日は江戸川区に拠点を置いている多くの事業所の皆様が集結し、福祉の魅力をアピール。あいにくの天候にも関わらず会場は大勢の地域の皆様で賑わい、大盛況となりました。当苑のブースでは若年性認知症支援事業フリーサロン「あしたば」のご利用者様が作成した缶バッチの販売や、高齢者疑似体験セットを着用して、高齢者の日常生活を体感していただくプログラムを用意。うれしいことに多くの地域の皆様にお立ち寄りいただけました。また、当苑で活動されているボランティアさんにもご尽力いただき、大成功のうちを終えることができました。イベントの中では、

当苑でおなじみの「しんちゃんバンド」のコンサートや、訪問診療でお越しいただいている「あかり在宅クリニック 浅野涼先生」によるピアノの演奏会なども行われました。近年は感染症の影響でさまざまな活動が縮小しておりましたが、今回のイベントを通して、地域の皆様が持つ大きなエネルギーを実感できた素晴らしい一日となり、私たちも元気と活力をいただきました。これからも地域の皆様へ向けて福祉の魅力や大切さを発信する場として、そして楽しみながら福祉に触れる機会としてライフサポートフェスティバルを盛り上げていきたいと考えております。

(あしたば相談員 小林ことみ)  
(ボランティア担当 中村達也)



## 職員より

## 文集に寄せて



阪神淡路大震災を経験し、その年に大阪のホームレス対策の施設に就職。旧館最後の年になぎさ音楽苑に転職しました。転職した翌年、最新設備のユニット型・従来型併設の特別養護老人ホームで介護員、その後はショートステイ、デイサービスの生活相談員を経験し、現在は総務課長として勤務しています。部署や職種によって業務内容や制度も異なるため、多くの諸先輩方から「助言・ご支援をいただき、多岐にわたって経験を積むことができました」。

歴史あるなぎさ音楽苑では、介護職として経験を積んだ管理職・事務職が多く、とても心強い組織となっています。今後も介護現場を理解できる事務員として、貢献していければと思っています。節目にあたり、これまでの道のりを振り返る良い機会となりました。ありがとうございました。

総務課長 阪本彰史

🌸 施設運営御賛助御芳名  
(2023年4月～2023年10月)

■御寄贈の部

牧戸寿美子様、東京都福祉保健局高齢社会対策部様、グローリージャパン株式会社様、株式会社インターメステック様、小俣文三様、福所久美子様、中央鉄鋼有限公司様、東京都公衆浴場業生活衛生同業組合 江戸川支部長 中山光雄様 (株)花銀代表取締役 田中敏也様、木村文美様、東京善意銀行様、志村町子様、武藤俊子様、土屋政一様、イオン葛西店 店長 大森明美様、東京都感染対策部防

疫情報管理課様、森幸男様、小川保雄様、岩瀬織江様、小林幸子様、早崎かず子様、小池市太郎様、内山出子様、厚生労働省新型コロナ対策本部様、石井正彦様、医療法人社団葛西中央病院様、東京都社会福祉協議会様、東京臨海東口ターミナルクラブ会長 播磨儀人様、早川千津子様、三好作榮様、美里美代子様、嶋田美保様、吉野香織里様、渡辺雅美様、アオシカ様、坂本京子様、福本悦子様、(株)コンフォートジャパン様、伊藤章子様、中川インテリア株式会社代表取締役社長 中川晶博様、食品リボンセンター様、森田幸子様、田中産業株式会社 代表取締役 田中康生様、資生堂ジャパン株式会社様、日本紙パル

カフェテリア・プリッサ×元明館スイーツ!?

特定非営利活動法人グループ「元明館」様では、作業所の皆様が一つ一つ丹精込めて「パウンドケーキ」&「クッキー」を手作りしています。その商品を当苑1階の地域交流スペースのカフェテリア・プリッサで販売を開始しました。

バターをたくさん使用して食べ応え抜群なうえ、種類も豊富で季節に合わせた食材を使った限定メニューも取り揃えております。ケーキ、クッキーを合わせると、その数20種類以上と充実のラインナップ。コーヒーのお供に召し上がる方や、アイスに添えて食べる方等々、アレンジも楽しめる人気のメニューとなっております。ケーキを凍らせるという裏レシピもおいしいんです。ぜひ一度お試しあれ!!

現在、なぎさ和楽苑では障害分野との連携および協力体制を図るため、さまざまな取り組みを始めました。元明館様とも力を合わせて、誰もが安心して暮らせる地域共生社会を目指し、共に歩んでいきたいと考えております。



※「元明館」特定非営利活動法人グループげんめいかん (就労継続支援B型事業所)

ご入居者様より



鮎澤 貴美枝様

ここに来てからは、毎日、お盆や食器拭きをするのが日課になっています。また時々、家族や知り合いに手紙を書いています。こちらでの生活は悪くはないですね。昔飼っていたチャチャちゃん、クンちゃんというワンちゃんたちとの思い出が今も忘れられません。これからも楽しく過ごしたいですね。



🌸 資格取得者 (敬称略)

認知症ケア上級専門士 大城潤治  
おめでとうございます。

プ商事株式会社様、なぎさ和楽苑 家族会様、高久黄波様  
■御寄付の部  
小瀧詔子様、青木房枝様、宇田川誠一様、なぎさグループ代表 横内博様  
\*心温まるご支援に感謝いたします。  
尚、苑行事に伴うお祝いは割愛させていただきます。

文集なぎさ第81号

(令和7年3月31日発行)

社会福祉法人 東京栄和会 なぎさ和楽苑

発行者 苑長 池田めぐみ  
編集 「なぎさ」文集委員  
(生馬・梅原・中村)

〒134-0088 江戸川区西葛西 8-1-1  
info@tokyoeiwakai.or.jp  
https://www.tokyoeiwakai.or.jp

TEL.03-3675-1201 FAX.03-3675-1203

制作 株式会社明光企画

編集後記

職員のマスク着用は定着しており、面会者の方にも快く着用していただいております。単発でコロナ・インフルエンザ感染者は出ていますが、感染拡大に至っていないのは、皆様の継続的なマスク着用や消毒等によるご協力の結果だと思います。

これからも感染の脅威は続きますが、感染症対策を継続しながらさまざまな行事や活動が続けられることを願っています。(生馬 健一)

