



# 琴清苑だより

発行：社会福祉法人 双葉会  
 介護老人福祉施設 琴清苑  
 編集：広報委員会

〒198-0212 東京都西多摩郡奥多摩町氷川1139  
 TEL 0428-83-3932 FAX 0428-83-3706  
 URL <https://www.futabakai.or.jp/>  
 e-mail kinseien@futabakai.or.jp



## 謹賀新年

### 新年挨拶

社会福祉法人 双葉会  
 理事長 小峰 望明

謹んで新春のお慶びを申し上げます。  
 日頃より、当法人双葉会に対しまして関係者皆様には多大なご支援、ご協力を賜り厚くお礼を申し上げます。

さて昨年一年間を振りかえってみますと新型コロナウイルス感染症につきまして五月より二類感染症から、五類感染症に分類されるようになり、行動制限、また扱いについての判断も緩和され報道につきましては患者全数の報道が無くなり、コロナ感染症が相変わらず発生しているにも関わらず、国民全体の意識が薄れてきているように感じられます。当施設におきましては以前より職員に対する定期的PCR検査、手洗い等十分対策を行ってきておりますが、残念ながら若干発生しております。

結果、利用者皆様のご家族様との面会におきましても今まで通り規制をしており、ご家族の皆様にはご不便をおかけし大変申し訳なく、コロナ感染症早期に解消し利用者、ご家族様へのサービス提供が正常に戻ることを願うところであります。

一方マスクコミなどにて報道されているように、国、自治体より介護施設を対象とした交付金といわれる補助金制度が創設されましたが、光熱費、食材費、紙おむつなどの価格の高騰、厳しい感染防止対策のための業務量の増加とそれに伴う経費が増加しており、高齢者への利用料に対し国が定めた公定価格があり転嫁できず厳しい運営を強いられております。全国の特別養護老人ホームの半数以上が赤字経営に陥っているとの報道がありました。当法人におきましても経費見直しを行うも同様な状況であり、経営悪化を防ぐため、奥多摩町福祉関係施設長会を開催し、このような物価高による経費増加を乗り切るため一致団結し、さらなる補助金をお願いしたく協議を行いました。

最後になりますが今年度も厳しい状況にあります。利用者みなさまへのサービス低下がないよう当双葉会役員一同協力し誠心誠意運営していく所存でありますので、関係皆様には、この点をご理解いただき、なお一層のご協力をお願いし新年のご挨拶とさせていただきます。





# 2023 利用者秋の運動会開催

## 2F 運動会

本日2Fステーション談話スペース前にて運動会を行いました。準備体操、ボールリレー、キャタピラレース、玉入れ等の競技を行いました。

普段身体を動かす機会の少ない利用者様も参加することができ、一生懸命に、さらに楽しそうに競技をされていました。あまり声を出すことのない利用者様も応援したり、大きな声で笑ったりと、とても楽しそうな時間を過ごされていたと思います。競技後には皆様にケーキを召し上がっていただき、皆様美味しそうにいただけていました。

多くの利用者様に、また来年もやってほしいや、楽しかったとの声をいただきましたので、次回もさらに喜んでいただけるような運動会になるよう努めていきたいです。

10月27日 2F 介護主任



## 3F 運動会

3F談話スペースにて、魚釣りゲーム、輪投げ、パン食い競争を行いました。競技後はたい焼き、プリンを召し上がっていただきました。普段あまり身体を動かさない方も楽しそうにゲームをされており、見学している利用者様にも笑顔が見られ、皆様とても楽しまれていた様子でした。

コロナ禍の中、少しでも利用者様に楽しんで頂けた様で良い機会になりました。また普段離床機会が少ない方にも参加して頂いたので良い刺激になったと思います。

今後もこのようなイベントや行事をやってほしいと話す利用者の方が多く見られた為、次回以降もより満足して頂けるように取り組んでいきたいと思っています。

10月16日 3F 介護主任





小平父の会のみなさんより  
お花をいただきました。  
ありがとうございました！！



### 面会について

面会の制限につきまして、ご家族の皆様にはご迷惑、ご心配をおかけし大変申し訳ありません。  
面会は予約制の窓越し面会とオンラインで実施しております。

- \* 予約制
- \* 月曜日～金曜日（土日・祝日・年末年始を除く）
- \* 面会時間は14：30～16：30
- \* 1回の面会につき10分程度
- \* 1家族につき週1回を限度でお願いします。
- ※ 面会に関するご予約、お問い合わせは

**0428-83-3932（平日：10時～16時）まで**

今後は随時ホームページ上で面会方法をご案内します。ご理解、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



### 高齢者施設職員等に対する集中的・定期的検査の実施

現在、東京都の要請により、職員を対象とした新型コロナウイルス検査（PCR検査）を2021年4月から週1回実施しております。

2024年1月以降も、週1回の検査は継続されます。







# ゆず湯 で 温まろう



ゆずは中国揚子江上流が原産といわれ、日本には奈良時代か飛鳥時代に渡来したと考えられています。当時は薬用などの用途で栽培されていました。

日本では、古くから冬至の日に「ゆず湯」に入ると、『一年中風邪をひかない』という言い伝えがあります。

ゆず湯に入る習慣は意外に新しく、銭湯ができた江戸時代から始まったと言われていています。銭湯の客寄せのために冬至にゆずを入れたゆず湯が始まりですが、現在ではゆず湯の様々な効能が明らかになっています。

ゆずの果汁や果皮には多くの栄養が含まれています。お肌に良いと言われているビタミンCの含有量は柑橘類の中でもトップクラスです。ビタミンCは肌の保水性を高め、抗酸化作用を有することから、乾燥肌の予防や老化予防が期待でき、肌を守るバリア機能の効果を浴槽に入れることで、ビタミンCが果汁・果皮両方から湯に溶けだします。ビタミンCが溶けだしたゆず湯に入ることでお肌の手入れができてしまうのではないのでしょうか。

また、ゆずの精油にはゆず独特の爽やかで優しい香りが含まれています。香り成分は揮発性のため、お湯に入れるとさらに香りがたち、リラックス効果も期待できます。最近では代替医療として病院や介護施設にアロマセラピーが導入され、注目されつつあります。アロマセラピーによるリラックス効果は、身体の様々な機能の調整に関係していると言われてています。

ゆずの香りによるアロマセラピー効果とゆず湯の効果で、日頃の入浴よりも何倍も素敵なリラクゼーションになるのではないのでしょうか。

## 2023年10月・11月・12月の選択食

管理栄養士 新堀 裕昭

10月の選択食	10月19日 昼食		
	A: きのこと入り焼きそば	選択利用者	42名
	B: ごはん・鶏肉のきのこあんかけ	選択利用者	39名
11月の選択食	11月22日 昼食		
	A: ミートソーススパゲッティ	選択利用者	44名
	B: ごはん・豚ひき肉の甘辛炒め	選択利用者	41名
12月の選択食	12月27日 昼食		
	A: カレーうどん	選択利用者	47名
	B: ごはん・和風ハンバーグ	選択利用者	37名



今後ご利用者に喜んでいただける食事を提供できるよう精進していきます。

### ◆編集後記◆

いよいよ冬本番となりまして、皆様が素敵な新年の幕開けを迎えられていることを願っております。

田中

《ボランティア状況》 令和5年10月〜12月 ボランティアの中止を継続 させていただきます。	12月	11月	10月
	愛川町 青梅市 奥多摩町	八王子市 三鷹市 大田区 世田谷区 青梅市	日野市 八王子市 奥多摩町 世田谷区 練馬区
	1 1 1 1 1 2 1 1 2 3 1 1 3 名 名 名 名 名 名 名 名 名 名 名 名 名		

### 行事予定

3月	2月	1月
22日	2日	1日
彼岸供養	節分 誕生会	新年挨拶 誕生会
	3日 節分	19日 初笑い大会
	15日 涅槃会	

