

社会福祉法人 パール

社会福祉法人パール

〒150-0035東京都渋谷区鉢山町3-27

電話 03-5458-4811

<https://www.shibuya-pearl.or.jp>

発行日 令和8年8月1日

発行人 新谷弘子 制作編集 入江祐介

パールだより

8月号

パールが大切にしている基本三理念 一人間の尊厳 一人個人の尊重 一人共に生きる社会づくり



出張販売 ふくまる



特別養護老人ホームパール代官山



出張販売に来ていただきました。午前中から、衣類やお菓子等を搬入し準備、地下研修室にお店を開いていただきました。ご利用者がこれは？と衣類やお菓子を手に取り、買い物かごを持ち、見て回り、昔を思い出されているかのように、お買い物を楽しまれていました。

購入したごはんのお供・おやつは、食事時・おやつ時間に皆様召し上がっています☆



デイサービスセンター・パール鉢山

サマー☆ アクション☆ ボランティア☆



100 YOKAI

6月18日（木）

「あなたに取り憑く妖怪アイドル」がメンバーを一新して久々に登場！

世代を超えた歌とダンスの熱血パフォーマンスに皆さんも一緒に身体を動かし、大いにメロメロに盛り上がりました。

東京バプテスト教会

6月30日（火）

今回は米国ハワイ州から沢山の皆様がお越しくださいました。

うたやお話、手作りキット制作など、盛り沢山のプログラムで交流を致しました。

最後は、大地震被災に遭われたベネズエラの皆様にお見舞いの黙祷を捧げました。



なごみ THE 東京

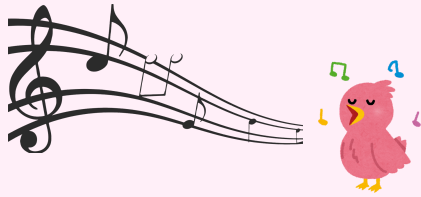
7月27日（水）

4月に続いての来訪。今回もダイナミックで賑やかなパフォーマンスで、「東京音頭」、「ロック・ソーラン節」「きよしのズンドコ節」などを披露してくださいました。

（敬称略）

パールライフ音楽グループが

フェット・ドラ・ミュージック 代官山で熱唱！！



令和8年6月7日（日）

於）ヒルサイド・バンケット

すっかり地域に定着した代官山初夏のビッグ・イベント「代官山フェット・ドラ・ミュージック」に、今年も「パールライフ・音楽グループ」9名のご利用者＋スタッフ3名が、今年も元気よく参加いたしました。今年は日曜日の開催ということで、渋谷区が推奨する「おとなりサンデー」の一貫も兼ねた催しとなりました。

毎週、月曜日に実施している「パールライフ・音楽グループ」では、うたは勿論、ハンドベル演奏などにもチャレンジし、積極的に様々なジャンルの音楽に触れていただいております。今回は私たちのテーマ曲でもある「世界の国からこんにちは」のパール・ヴァージョンを筆頭に、「ドレミの歌」「エーデルワイス」などを披露。少し背伸びをした部分もありましたが、皆さんの絶妙な連携で、日ごろの活動・練習の成果をいかに発揮することができ、素晴らしいステージとなりました。

「パールライフ」講師の清水映子先生のソプラノと新井宏水先生のピアノ伴奏コーナーも大好評。地域の皆様が集うこのような機会に参加し、世代を超えた皆様と交流することに大きな意義を感じます。



いつも参加のご案内をくださり、素晴らしい場所を作ってください代官山商店会及び実行委員会の皆様に、心より感謝いたします。

これからもパールは地域に貢献できるよう、一層の努力をしてまいります。



地域と共に歩む

パール福祉総合プラザの多面的な活用

社会福祉法人 パール 理事長
新谷 弘子

2000年に渋谷区鉢山町のこの地に日本建築協会副会長の椎名政夫先生の助言、指導のもとで「パール・福祉総合プラザ」が創設されました。その「パール・福祉総合プラザ」で地域に愛される憩いの場、集いの場として始まった「パールライフ」。地域に喜ばれました。

現在は筋力トレーニング体操や、ご自身で選んだクラブ活動を楽しむ場として親しまれており、日替わりメニューやクラブ活動の充実により、盛況を極めております。

恵比寿地区連合町会長をはじめ、民生委員やシニアクラブ、地域のサポーターの皆様方を始め今は亡き、日本赤十字社名誉会長の故・近衛忠輝様にも、ヨーロッパ見学などの、ご指導もいただき発展しました。会場はオシャレを楽しまれる方々の笑顔と温かい活気にも溢れていました。

私たちは、素晴らしい地域の方々やご利用者、スタッフに恵まれている幸せを日々実感しています。当プラザのフロアは、空間の可能性を広げる多目的フロアパーテーションを活用することで多様なニーズに柔軟に対応しています。各部署の研修やご家族とのIC（説明と同意）の場。中央エリアはスタッフや地域の方々が利用する「パールキッチン」として、休憩やミーティング、事務処理など多目的に活用しています。

調理場前エリアは朝からの配食準備や、キッチンの昼食準備に活用。毎週行われるスタッフの全体研修時には、すべてのパーテーションを取り外すことで、多数の参加の会合が可能な大広間へと姿を変えます。色々なクラブ活動へのご参加をお誘い致します。

普段、提供されるお食事も大変美味しいと絶賛の声が上がり、喜ばれてきました。

今は亡き、故・椎名政夫先生も、このロビーがご自身の提案であるアイディアで、広く活用され多目的に有効活用されている様子に深く感激されていました。また、地域やご家族、スタッフに有効活用されていることを誇りに思う旨として、以下の4つのポイントを挙げられました。

- ① マルチプル・ファンクション（多機能性）：多くの機能で活用されている。
- ② マルチプル・スペース（多目的空間）：多目的に場所が利用されている。
- ③ マルチプル・マネージメント（多面的管理）：多目的な事業に展開されている。
- ④ 人々の交流と健康の拠点：交流の場、および「キッチンパール」での食事提供を通じ、職員や地域の方々の健康を維持。「医療食」としても効果を上げており、経営面・金銭面も配慮された社会貢献活動として高く評価できる。



様々な立場の方々のおかげで、「パール・福祉総合プラザ」の活動が活発に展開されていることに心より感謝申し上げます。私たち職員一同は、我が国の新しい時代の地域づくり、「共に安全に生活する地域づくり」に向けて、今後とも推進してまいりますので、皆様のご指導ご協力をおねがい申し上げます。地域の皆さんと楽しい地域にして行きましょう。ご参加お待ちしております。

夏野菜の効果



栄養・調理センター
栄養士 江守 由衣

夏に収穫時期を迎える夏野菜の多くはこの時期に不足しがちな水分や、夏バテに効果的なビタミンやミネラルが多く含まれています。また夏野菜には緑黄色野菜が多く食卓の彩りも豊かにしてくれます。いいこと尽くしの夏野菜の効果詳しく学んでいきましょう！



ゴーヤ

カリウムを豊富に含む。
ゴーヤ独特な苦味は夏バテに良い。



とうもろこし

ビタミンAとビタミンCが豊富。
夏の紫外線対策にも効果的。



トマト

ビタミンAとビタミンCが豊富。
夏の紫外線対策にも効果的。



ピーマン

ビタミンCを含む。
免疫力を高め、美容効果も期待。



なす

貧血を防ぐ効果のある葉酸を含む。
腸内環境を整える効果も期待。



パールレシピ

お酢入りでさっぱり！

夏野菜の焼き浸し

材料（2人前）

- ・好きな夏野菜 なす…2本 おくら…2本 かぼちゃ…80g
- カラーピーマン…2個
- ・砂糖…大さじ1
- ・お酢…大さじ2
- ・醤油…大さじ2
- ・水…150cc
- ・和風顆粒だし…小さじ1/3



- ① なすはヘタを切り、4等分にし皮目に格子状の切り込みを入れる。おくらはがくを取り、塩で揉む。かぼちゃは種とワタを取り、薄くスライスする。カラーピーマンは種を取り、爪切りにする。
- ② 顆粒だしを水に溶き、沸騰したら砂糖を加える。砂糖が溶けたら火を止め、残りの調味料で合わせ広めのバットに入れ冷ます。
- ③ ①で仕込んだ野菜をフライパンで熱し、焼き目を付ける。
- ④ 野菜が熱いうちに②の調味液につけ、15分置いて完成。



事例報告 認知症と心不全を併せ持つ 独居高齢者の看護

パール訪問看護ステーション
管理者 高橋 愛弓

認知症と心不全を併せ持つ独居高齢者の看護では、本人の自己管理能力の低下や孤立を踏まえ、訪問看護や多職種連携を活用した早期の兆候察知、確実な服薬支援、生活環境の調整を行い、憎悪や再入院を防ぐことが重要です。

A様（90歳代・女性）

- ・ 要介護2 / 慢性心不全 持続性心房細動 脳血管性認知症 脳梗塞の既往
- ・ 認知症により内服薬の服用忘れがある
- ・ 一人暮らし

A様を支えるサービス

- ・ 訪問看護 週1日 ・ 訪問診療 月2日 ・ 訪問薬局 月2日 ・ 訪問介護 週6日
- ・ デイサービス 週2日 ・ 配食サービスの利用（塩分制限食）
- ・ 心不全ノート（体重・血圧・脈拍・症状など体調変化を記録）を多職種連携ツールとして活用

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		訪問看護				
訪問介護	訪問介護		訪問介護	訪問介護	訪問介護	訪問介護
	デイ			デイ		

【訪問看護サービス】

バイタルサインチェック 症状の観察・判断・予測・対処 服薬管理・確認 清潔ケア 皮膚ケア 排泄ケア 更衣 医師との連絡・調整 関係機関との連携・調整

患者自身による服薬管理や症状の早期気づきが難しいため、訪問看護やケアマネジャー、訪問介護等による多職種チームによる生活支援や服薬、症状の継続的モニタリングが必要です。また本人の意思を尊重しつつ、あらかじめ家族や関係者で方向性を共有しておくことも大切です。

【最後に・・・】

在宅療養を支える訪問看護は、医療と生活を繋ぐ役割を担っています。

今後も住み慣れた場所で療養生活を送りたいと希望されるご利用者のニーズにお応えできるよう努力してまいります。



痛 定 思 痛

特別養護老人ホーム パール代官山
施設長 入江 祐介

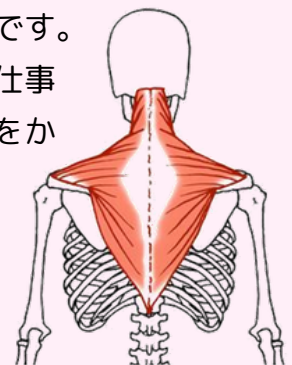
丁度、昨年のパールだより8月号で、『肩関節周囲炎（五十肩）』で悩まされている記事を掲載しました。ご利用者やご家族から、「その後、大丈夫？」と心配のお言葉を頂くこともしばしば。令和6年12月頃から続いていた、両肩関節周囲炎。関節拘縮（両肩とも全然挙上できない状態）と常時の激痛が1年以上継続していましたが、完全完治。今年の2月でリハビリも卒業することが出来ました。

思い返せば、突然両肩に痛みが発生。その後、苦痛に耐えながらの半年。ようやく、病院受診を決断し、『サイレントマニピュレーション』という手術を両肩実施。肩関節の可動域は飛躍的に解消されましたが、痛みが更に倍増。毎週土曜日のリハビリを継続してきました。特に夜間痛が一番つらく、寝返りも打てず、全く熟睡ができない日々。ブロック注射も全く効果なし。家での自主リハビリもさぼりがちでしたが、本腰を入れて取り組んできました。

もう完治は無理と諦めかけていたところ、今年の1月にステロイドの強めの痛み止めを注射。痛みが一時的に和らいでいる期間に今まで以上にリハビリに励んで参りました。その頃から痛みが徐々に軽減、横を向いて眠れるようになり、久々に朝まで熟睡することができるようになりました。注射の効果が薄れる頃の2月に入っても、痛みが無くなり安堵。日常生活上の支障もなくなり、2月末を持って長い闘病生活から完全解放されました。

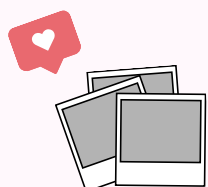
もう二度と繰り返さないよう、デスクワーク時の姿勢に注意したり、肩のストレッチ（自宅や職場で）を欠かさず、今まで以上に肩の関節可動域も拡大中です。

担当して下さった理学療法士の先生曰く、長時間ノートパソコンで仕事をする人は要注意。猫背、両肩が内側に入る姿勢が発生し、肩に負担をかけるそうです。仕事上、パソコンが必須となった現代。私は大丈夫と思っている方も、四十肩・五十肩はある日、突然やってきます！ひどくなると、安静時も常時ズキズキする痛みが継続。携帯電話以上の重い物も一切持てず、特に夜間痛はひどく、眠れたもんではありません。



大きな苦しみや痛みが静まった後、当時の辛い経験をしみじみと振り返り、二度と同じ失敗を繰り返さないよう、心に刻んで参ります。

7月行事予定			7月業務実績報告		
5	日	特養おやつバイキング(厨房)	施設介護稼働率	特養	93.4 %
7	火	経営会議・品質会議・ケアマネ会議(居宅) サービス提供責任者会議(Pケア) カンファ(訪看)(用具)・七夕献立(厨房)		短期入所	119 %
12	日	特養おやつバイキング(厨房)	通所介護稼働率	一般クラス	81 %
14	火	人事採用,育成会議・ケアカンファ・カットボラ ケアマネ会議(居宅)・カンファ(用具) サービス提供責任者会議(Pケア)		認知クラス	47.5 %
16	木	オレンジカフェ【虹の会】(居宅)	訪問介護 1日平均利用件数	本部	40 件
19	日	お誕生日会(特養) 特養おやつバイキング(厨房)		原宿	14 件
21	火	経営会議・経営戦略会議・品質会議 ケアマネ会議(居宅)・カンファ(用具)(訪看)	訪問看護 1日平均利用件数		18 件
24	金	サービス担当者会議(特養) 在宅カンファ(Pケア)	居宅介護支援 実績件数	本部	128 件
24	日	特養おやつバイキング		恵比寿	102 件
28	火	事業所間連携会議・ケアカンファ ケアマネ会議(居宅)・カンファ(用具)(訪看)		原宿	108 件
			福祉用具 貸与者数		118 件
			配食サービス 1日平均利用食数		102 食
			キッチンパール		4 食



特養
Instagram



Information



パール
公式ホームページ

