

メンタルヘルス研修報告

令和4年3月に衛生委員会でメンタルヘルス講習会を主催しました。

今回のテーマは「ストレスコーピングの理解と実践」でした。「ストレスコーピング」とは、「ストレス対処の方略・方法」のことです。衛生委員会は職員のメンタルヘルス向上に関わり、働きやすい職場を目指しています。今回の講義では、ストレス解消法としてよくきかれる「歌を歌う」「身体を動かす」「ぬるめのお湯につかる」の生理学的根拠について説明しました。

みなさんもよかったら、ストレス解消法を日頃から実践してみてください。



生活介護事業 看護師
丸茂 晃平

法人内新人研修報告

令和4年4月21日に、新任職員研修をオンラインで受講しました。

私は令和3年10月に入職し、今回の研修に参加させてもらう機会をいただきました。今回の研修で、東京援護協会の沿革を学び、昭和27年に社会福祉法人を取得し、今年で創立70年の歴史があることを知りました。

研修を通して、知り合えた同期との顔合わせは、コロナ禍で他施設の交流が出来ない中、貴重な機会となりました。また研修担当である人材育成委員とも、優しく愛のある交流をしてきました。今後、この法人の一員として貢献できるように頑張っていきます。

生活介護事業 理学療法士 小田健治

こーじーサロン

高次脳機能障害のある方々のためのおしゃべりを中心とした集まりです。

開催予定 毎月の第一水曜日（祝日にあたる場合は第二水曜日になります）

令和4年 7/6, 8/3, 9/7, 10/5, 11/2, 12/7

令和5年 1/4, 2/1 全日13:30~14:30

対象者 練馬区内の高次脳機能障害の当事者とそのご家族
場所 中村橋福祉ケアセンター2階 交流室および集会室

参加費 無料 お飲み物はご持参ください。

※新型コロナウイルス感染症対策にご協力いただきます。

（マスクの着用、体温測定、体調の確認、手指消毒、連絡先の確認など）

都内の感染状況によっては中止とさせていただきます。

連絡先 電話 03-3926-7214（平日9:00~17:00）

Mail dandan@bz04.plala.or.jp

こーじーサロン担当職員まで



編集後記

今年は例年よりもとても早くに梅雨が明けましたね。早くも猛暑到来ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。朝顔や向日葵が咲き、夏本番を心待ちにしていたような花々を見かけると、元気が出ますよね。今年も暑い夏となりそうですが、皆様と楽しく夏を乗り切りたいです(*^-^*)

第5号

令和4年7月発行

発行者 社会福祉法人東京援護協会
中村橋福祉ケアセンター

〒176-0021

東京都練馬区貫井 1-9-1

TEL 03-3926-7213（生活介護事業）

03-3926-7214（中途障害者通所事業）

FAX 03-3926-7216（共通）



ご挨拶

はじめまして。4月に同じ練馬区内の同一法人が運営しています大泉障害者支援ホームから異動してきました。中村橋福祉ケアセンターの運営につきまして早く把握し、利用者の皆様が安心して過ごせるように、しっかりやっていきますので、今後ともよろしくお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症の広がりがまた大きくなってきており、まだ油断できない状況です。施設運営に関しましては、今までと同様に感染対策を万全にして継続していきます。ですが、その中で利用者の皆様がいかに豊かな生活、時間を過ごしていただくか、そのために必要なこと、支援はどうしていくのかを考えていくことが大切です。職員と考え、一緒に力を合わせていきますので、皆様のご協力をお願いいたします。

中村橋福祉ケアセンター 施設長 今井 克



クラシックミニコンサートを行いました ♪♪

梅雨が明け厳しい暑さが続いていましたが、音楽を優雅に楽しむ時間をお届けしたいという想いから、音楽ボランティア団体commodoをお招きして『クラシックミニコンサート』を開催いたしました。

司会者と4名の演奏者（バイオリン2名、ピオラ1名、ピアノ1名）による感動的なクラシック曲や懐かしい昭和の歌など、親しみを持てる選曲と心温まる雰囲気の中に包まれた50分間でした。ミニコンサートを楽しみにしていた利用者様は、リズムに合わせてゆっくりと体を動かしたり、目を閉じてその美しい音色に聴き入っていたり、リラックスしたひと時を過ごしている様子が伺えました。

感染症が流行して2年半が経過しました。自由にあちこちへ行けない状況はまだまだ続きそうです。中村橋福祉ケアセンターは、これからも様々な活動を通して利用者様の笑顔を引き出せる企画を立てていこうと思っています。

