

# しんあい

季刊

社会福祉法人  
**多摩同胞会**

〒183-0042 東京都府中市武蔵台1-10  
TEL042-367-8801

多摩同胞会のホームページでは、  
ブログを毎日更新しています。

<https://www.tama-dhk.or.jp/>  
をぜひご覧ください！

2020年(令和2年)6月20日発行 第114号 ◆編集と発行 しんあい編集部



ビルの谷間の憩いのスポットで新緑を楽しみました。(岩本町ほほえみプラザ)

#### 泉苑

- ・特別養護老人ホーム信愛泉苑
- ・高齢者在宅サービスセンター 泉苑ケアセンター
- ・府中市地域包括支援センター泉苑

#### 緑苑

- ・養護老人ホーム信愛寮
- ・特別養護老人ホーム信愛緑苑
- ・府中市地域包括支援センター緑苑

#### あさひ苑

- ・府中市立特別養護老人ホームあさひ苑
- ・府中市立あさひ苑高齢者在宅サービスセンター
- ・府中市地域包括支援センターあさひ苑
- ・府中市高齢者住宅うらら多磨

#### 神田事業所

- ・特別養護老人ホームかんだ連雀
- ・かんだ連雀高齢者  
在宅サービスセンター
- ・高齢者あんしんセンター神田
- ・千代田区立岩本町ほほえみプラザ
- ・千代田区立かがやきプラザ  
相談センター

#### 児童福祉

- ・子ども家庭支援センターしらとり
- ・母子生活支援施設白鳥寮
- ・母子生活支援施設網代ホームきずな
- ・府中市子ども家庭支援センターたち

◆ 社会福祉法人を考える5

◆ 2020年度新任職員のご紹介

◆ 新型コロナウイルス感染症と  
こうして向き合っています

◆ 施設日より  
「ほっと一息〇〇タイム」

# 社会福祉法人 を考える 5

## －介護職員の実際の配置 から 職員問題を考える－

理事 小笠原 祐次

今回は、シリーズ3(2019年12月、112号)を受けて、多摩同胞会の2施設の実際の勤務状況から、職員配置の実情、非正規職員への依存状況などを見てみたいと思います。  
介護職員は当然のように、日勤も夜勤も行い、365日24時間、入居者の方々の日常生活のケアを担っています。しかし、今回は紙

面の都合などから、日中勤務の実態からのみ検討しています。

なお、介護職員の配置の実態は、全国でも当法人でも、国の示す「基準」より多く配置しています。これは国の「基準」では、日々の入居者のケアを、安心、安全な状態で維持することが難しい実情を示しているのです。

### 特別養護老人ホーム・介護職員 人員配置に関する事項の推移 - 全国状況 -

年	制度関連動き	介護職員 人員配置			労基法 所定 労働時間	利用者の重度化	
		国の 配置基準	実態の配置 (全国平均)	非常勤 職員率		食事全介 助の割合	80歳以上 の割合
1963	老人福祉法 施行	8.3人	11.8人	人	54時間	%	8.4%
1964		7.1人					
1965	(厚生省委託「特養職員(寮母)作業調査」)						
1966	上記調査に基づき 国基準 5.5対1に	5.5人	5.8人				
1967		5.0人					
1970			4.8人				
1975		4.5人			48時間		
1977	社福審答申「これからの老人ホームのあり方」 老人ホームを「収容の場」から「生活の場」へ		4.0人			11.8%	35.5%
1982					47時間	11.0%	43.8%
1984	老人ホーム入所判定基準 心身条件の重視 この頃から、入所者の重度化 進む						
1987	介護等福祉士法 松寿園火災 17名死亡 管理宿直の義務化		3.9人		(1988) 44時間	13.3%	
1990			3.7人	3.3人			
1992	福祉人材確保法		3.5人		42時間	18.8%	60.5%
1994					40時間		
1997			3.1人				
2000	介護保険制度 開始	3.0人	2.9人	10.0人			
2002		(介護+看護)				29.9%	71.6%
2010			2.3人	13.2人			
2017			2.3人	14.1人			
2019	社保審 「介護の文書、負担軽減の 専門委員会」設置						

注1 介護職員、配置の実態、非常勤比率は、『社会福祉施設等調査』『介護サービス施設・事業所調査』による

注2 利用者の重度化については 全老協『全国老人ホーム基礎調査』による

なお、2002年については、食事全介助項目なく、『要介護度、5』の割合

- 2000(平成12)年、介護保険制度が開始される前、老人福祉法時代は、介護職員(寮母)のみの人員基準であったが、介護保険制度では「介護職員+看護職員1人で3人の利用者」3対1の基準とされている。
- 国の定める介護職員の配置基準は 老人福祉法開始の年の8.3対1から年々改善されて、介護保険制度が実施された年に3対1に。(東京都は、特別の加算で、増員があり、1980年代から3対1であった。現在は加算はない)
- 介護職員の実際の配置は 制度で定めている基準より多い。国の基準では、ケアを担う現場の実態を支えられないので、労働時間短縮による、職員増員加算などの活用によって、現実的な対応を行ってきた。それが「実態の配置」である。(配置の増を可能にしたのは、労働時間短縮に対する公的対応としての職員増員加算の措置による費用が大きい)
- 職員増の「実態の配置」を推し進めてきた最大の要因は、職員の労働時間が、年々短縮され、労働日が減少し、休日が増加したことが大きい。また1980年代以降続いている入所者の重度化による介護負担の増加も大きい。従って、介護職員配置が増えているからといって、ケアの質の改善に、直接、反映できているとは言えない。

### 多摩同胞会 2事業所(特養)の勤務表からみた介護職員配置、受持入居者数の実態及び非正規職員率の推移

項目	内容	泉苑 2F		かんだ連雀	
		2008年	2018年	2008年	2018年
入居者数(特養入居者+ショート)		45+15人	45+15人	55+5人	59人
配 置 数	(A) 介護 正規職員	19人	14人	20人	16人
	(B) 介護 (非正規) 準職員	4人	3人	3人	3人
	(C) 介護 (非正規) パート、非常勤	10人	5人	14人	13+15人
1日平均 勤務数	(D) 正規職員 勤務数	8.0人	6.4人	9.6人	9.0人
	(E) (非正規) 準職員 勤務数	2.2人	2.0人	1.0人	1.0人
	(F) (非正規) パート、非常勤、勤務数	3.0人	3.4人	0.8人	8.2人
非 正 規 率	(G) 非正規職員率(1) (B)/(A)+(B)	17.4%	17.6%	13.0%	15.8%
	(H) 非正規職員率(2) (E)/(D)+(E)	21.5%	23.8%	9.4%	10.0%
	(I) 非正規職員率(3) (E)+(F)/(D)+(E)+(F)	39.4%	45.7%	15.8%	50.5%
担 当 入 居 者 数	(J) 正職員(A)1人当たり 担当入居者数	3.2人	3.7人	3.0人	3.5人
	(K) D+E(勤務実態からみた) 担当数	5.9人	6.2人	5.7人	5.6人
介 護 の 重 度 化	要介護度 4+5の割合(%)	60%	65%	92%	69%
	80歳以上の入居者の割合(%)	83%	83%	81%	82%

注 2008年は8月の勤務表 2018年は4月の勤務表(第1週分)による

本法人では、非正規職員とは、有期雇用の常勤職員である準職員及び無資格のパート、非常勤の職員である

2018年の連雀C「パート、非常勤」の+15は、シルバー人材センターの方々の数

担当入居者数は、実態としては 日々変更するが定員を想定して配置しているので入居者定員で計算している

- 現在の「運営基準」で定める職員配置基準は 介護・看護職員1人対入居者3人(3対1)。
- 表に示したように、現在の正規職員の担当部署の配置は、(J)の通り、3対1に近い。  
準職員、及びパートなど非正規職員の常勤換算と正職員の合算では、泉苑2.7対1、かんだ連雀2.0対1。しかし日々の勤務表から見る実情(K)では 5.6対1~6.2対1。基準の倍近い担当人数となっている。それだけ勤務に就く正規職員の、責任の範囲は広がるし、重い。
- 基準の正規職員だけで、日常のケアを適切に行えるように、夜勤、夜勤明け、早番、遅番などの勤務を組むには、実際上無理があるので、非正規職員(準職員と派遣、パートなどの非常勤職員)を採用している。  
非正規職員の内、準職員は正規職員と同じ通常勤務に入っている。無資格の非常勤職員であるパート職員は、主に間接業務(配膳、食器洗い、トイレ掃除、シーツ交換、リネン管理など)を行っている。
- 非正規職員率を、準職員と間接業務を担うパート、非常勤など非正規職員を合わせた数(I)で見ると、泉苑もかんだ連雀も、2008年より2018年の方が、割合が高く、2018年で5割に近づいている。  
非正規職員(準職員及びパート、非常勤、派遣職員)への依存率が高くなっていることを示している。
- 業務を進める上では、パート、非常勤職員には、ケア等の会議参加、記録の義務などは無い。そのことによって、間接業務を通じてのケアの経験、ノウハウの蓄積が不十分になっていることが、危惧される。  
また、移動の頻繁なパート、非常勤職を確保(辞退・退職、人探し、採用、初任者研修・訓練)する上でのさまざまなコストは相当のものである。業務上のマネジメントの負担も少なくない。



3密回避やソーシャルディスタンスに配慮しながら研修をすすめました。

# 2020年度 新任職員のご紹介

## あさひ苑



- 鹿島佑太
- ホーム2F介護職員
- 介護職員初任者研修修了
- 西調布にある江川亭で油そば特大を食べる事。



- 粕谷浩紀
- ホーム3F
- 介護職員初任者研修修了
- 音楽を聴く。昔のロックとジャズが好きです。それと水泳、登山。



- 宇戸知恵美
- ホーム3F介護職員
- 介護福祉士
- 家事全般を行いながら断捨離を行っています。



- 小花龍希
- ホーム2F介護職員
- 介護職員初任者研修修了
- 好きな音楽を流しながらドライブする。



- 安藤美月
- 食事係
- 管理栄養士
- 読書や映画鑑賞をしておうち時間を楽しんでいます。



- 大森聖子
- 食事係
- 栄養士
- 山登りと温泉です。普段と違う景色、空気感を味わえるのでリフレッシュできます。



- 岡田太一
- 食事係
- 調理師
- スキューバダイビングをしますが、今は家でトレーニングです。

## 泉苑



- 鈴木優輔
- 3Fホーム介護員
- 社会福祉主事
- ビーターバンのように空を飛んでネーランドに行けたらいいなと思うこと。



- 福岡孝仁
- 2Fホーム介護員
- ヘルパー2級
- 趣味の釣りやゴルフです。体と頭の中がスッキリして楽しいです。



- 吉田実由
- 2Fホーム介護員
- 社会福祉士
- 休みの日に温泉に行くことが私のリフレッシュ方法です。



- 磯貝 弘
- 食事係
- 調理師
- めか漬けと梅干しづくり、ジャズとコーヒー、そしてローカル線。

## 緑苑



- 佐々木美奈
- 従来型特養介護員
- 介護職員初任者研修修了
- 今は新型コロナで行くことが出来ませんが、関東近郊の低山巡りで、登り切った達成感と大自然に触れリフレッシュしています。



- 岩村麻美
- 事務局（緑苑配属）事務員
- 簿記3級
- 大好きなSEVENTEENとMONSTA X (Kポップ) のLIVEやDVDや動画を観ることで気持ちを整えています。

2019年度の中途採用職員と2020年4月採用職員は22名でした。本来であれば、3月に3日間の集合研修を行うはずですが、新型コロナウイルス感染症拡大を防止するため、今回は3月23日（月）の1日だけの研修に集約しました。

入職時の必須事項として、まずは法人理念、法人の人材育成について鈴木理事長による講義を受けました。そのほか、就業規則、業務に欠かせないコンピュータの理解、そして今一番大切な感染予防について学び4月1日の入職となりました。例年新年度には一人ひとりに理事長からの辞令が交付されるのですが、今年はそれも中止となり、各配属施設長から手渡されました。コロナ禍でいつもとは様子のちがう新年度を、緊張感をもって迎える新入職員の「私のリフレッシュ方法」と共に紹介します。

- 氏名
- 所属部署
- 資格
- 私のリフレッシュ方法

## 岩本町ほほえみプラザ



- 君塚美紀 (Kimizuka Miki): 通所介護、社会福祉主事、音楽・映画鑑賞で、特に嵐が好きです!
- 金原夏実 (Kanbara Natsumi): 食事係、栄養士、出かける事と食べることが好きなので街を散歩して食べ歩きをします。
- 大山佳夏 (Ooyama Kishika): ショートステイ、看護師、休日のパン作りで気力とお腹を満たし、気分転換を図っています。

## かんだ連雀



- 荒勝和枝: 高齢者あんしんセンター神田相談員、介護支援専門員、愛猫とたわむれること（気まぐれで、わがままところが可愛いです）。
- 細川真矢: 通所介護相談員、介護福祉士、オフに自宅で家族全員で食事をしながらクイズ番組を見ている時。



- 鈴木 淳
- 特養4階ホーム介護員
- 介護福祉士
- 地域で活動している、和太鼓を打ち込む事です。

## かがやきプラザ



- 小島佳枝
- 社会福祉士、精神保健福祉士
- ご褒美スイーツ（お肉でも可）を食べることで。今後ともよろしく願い致します。



2020年度新入職員は22名。今年度は高齢者施設職員のみとなりましたが、介護員、相談員、調理師、栄養士、看護師、事務員と多職種の入職となりました。

# 施設 だより



## ほっと一息〇〇タイム

### きずな

### ホッと一息お話しタイム

昨年度より新しい企画の「茶話会」を実施しています。お母さん方より「自分たち（お母さんたち）が交流する機会が欲しい」との声があり実現しました。昨年度は2回行い、親子でレクをした後にケーキやお茶でゆっくり交流してもらう時間を設けました。

第1回目は亀釣りを行いました。ガチャガチャのカプセルを亀の甲羅に見立て、それぞれ親子で甲羅に模様を描いてもらい、紙で作った釣竿で釣りをしました。お母さんもお子さんの釣りを手伝ったりと親子の交流を深める機会にもなりました。

第2回目はオリジナルトートバッグ作りを行いました。無地のトートバッグに好きな絵を描き、世界に一つだけのバッグを作りました。完成したバッグは電車や手形の絵などが描いてある個性あふれる作品になり、今でも子ども達は宿題を入れたりと大事に使っています。

子ども同士の交流を介して、普段あまり話す機会がなかったお母さん方も交流できる良い機会になりました。今年度も新型コロナウイルスの動向を見ながら、できることを考えていきたいと思えます。

母子支援員（社会福祉士） 高橋 風子



### 泉苑

### ホッと一息 ランチタイム

3月に突然の学校休校が決まりました。子どもだけの長時間の留守番は心配でしたが、法人内学童保育を利用できることになりました。

子どもも初回利用の朝は少し緊張していましたが、夕方迎えに行くと満面の笑みで遊んでいました。学校とは違う先生とお友達に囲まれて、勉強して遊んでご飯も食べて…。

昼食は敷地内の泉苑で調理した高齢者向けのお食事です。家では滅多に食卓に並ばないウドのきんぴらが出た日は、「食べないだろうなあ」と思っていたのですが、「今日のお野菜は美味しかった！おかわりした！」とのこと。鮭の味噌漬け焼きが出た日は、職員に感想を聞かれ「普通」と答えていたのに、「うちに帰ってからは「鮭の味噌漬け焼きが美味しかったから、お母さんも作って」と話していました。ツンデレな娘の新しい一面を発見することが出来ました。

子どもが貴重な経験が出来ているのももちろんですが、休校になってすぐ子どもたちを預かってくれた法人に感謝の想いでいっぱいです。

新型コロナウイルスの終息が見えず不安ではありますが、「〇〇〇〇（コロナ）ウイルスのおかげで娘も「〇〇〇〇」になっていることが今一番の悩みです。

食事係（調理師） 小林 詠子



## 多摩同胞会では、新型コロナウイルス感染症とこうして向き合っています

新型コロナウイルス感染症がまん延していますが、ご利用者、ご家族、職員の感染防止に最大限の努力をしているところです。

法人では、2月28日に新型コロナウイルス感染症対策本部（本部長：鈴木理事長）を立ち上げて、5月5日までに計10回の対策会議を開催しました。

会議では、厚生労働省、全国社会福祉法人経営者協議会、東京都社会福祉協議会等の関連機関からの情報をもとに感染防止、BCP（事業継続計画）等について協議し、各施設での実践につなげています。

今回は、2020年2月末から5月5日までの間にも職員に向けてどのような発信をして実施してきたのかをご報告いたします。

	新型コロナウイルス感染の動向	おもに職員に対する法人の対応
2月19日	クルーズ船乗客が下船開始	
2月21日		・網代ホームきずな 3/26 竣工式中止決定
2月24日	厚生労働省が「社会福祉施設等における感染拡大防止のための留意点」通知	
2月25日		・職員へ感染予防徹底指示（検温・マスク・手指消毒・換気） ・各施設での入館者の制限を案内 ・施設内行事中止、換気の徹底等掲示、マスク・アルコール類在庫管理徹底 ・3月末職員会議の中止、新任職員研修縮小して実施を決定
2月27日	政府が3月2日から全小中高校の休校要請	
2月28日		・新型コロナウイルス感染症対策本部を設置 <b>第1回対策会議</b> ・三密回避の徹底をよびかけ、デスク間にパーティション設置 ・職員の小学生の子どもの施設内学童保育の実施の協議と職員へのアンケート調査実施（195名から回答）
3月2日		<b>第2回対策会議</b> ・「しらとり」「かんだ連雀」での法人内学童保育（しらとり主催）実施決定（3/3から利用開始）
3月11日	WHOが「パンデミック」表明	
3月12日		・3/19理事会・評議員会の開催を中止し、書面決議へ。
3月23日	東京都が「新型コロナウイルス感染症に関する対応方針」公表	・公共交通機関利用の職員へ時差出勤の指示
3月24日	東京五輪延期決定	
4月3日		<b>第3回対策会議</b> ・勤務時間の弾力的な運用実施について施設長へ伝達
4月7日	7都府県に緊急事態宣言発令	・業務が縮小・中止となった場合の対応について、他の事業所での勤務が可能であることを職員へ掲示 ・食事係の動線を限定
4月16日	全国に緊急事態宣言発令	<b>第6回対策会議</b> ・三密からさらに2m以内15分以上の接触を避ける指示（フロア業務以外） ・職員の勤務先の一時的変更を可能に（住居地に近い事業所へ） ・特別支給「がんばろう手当」の支給について職員へ掲示 4月、5月の出勤につき1日500円支給（全職員対象） ・会議、朝礼・夕礼等は、原則 ZOOM（web会議）、ガルーン（グループウェア）で実施する
4月18日	国内の累計感染者が1万人を超える	
5月4日	緊急事態宣言延長	
5月5日		<b>第10回対策会議</b> ・間接感染対策強化（共用共有物の消毒の徹底） ・産業医、安全衛生委員会との連携強化



### あさひ苑

## ほっと一息 おやつタイム

あさひ苑では毎週日曜日にホーム喫茶を実施しています。本来であれば午前中にデイ食堂にて開かれるのですが、現在は感染症拡大防止のため、各フロアでの実施となっております。日曜日のお菓子は普段のおやつと少し違って、季節限定や老舗のお菓子など、ご利用者の皆様が季節を感じていただけるもの、また食べやすいものを吟味して提供しています。ただこの時世なので、残念ながら内容は限られてしまっていますが、時折、ご利用者の方々とお食事の好みなどについてお話することがあります。ほとんどの方は甘いものが好きと伺っています。このような時だからこそ、甘いものを食べ、笑顔になりホッとするそんなひとときを過ごしていただきたいと思います。



食事係  
(調理師)  
田中 愛

### 緑苑

## ほっと一息 マスクで コミュニケーション タイム

新型コロナウイルス感染症がまん延し、皆さん心配な日常を過ごしているなか、マスク不足も問題になっていきます。

緑苑では、自作のマスクを使用している職員が増えました。生活の行動を自粛しているなかで、色や絵柄も様々な個性的なマスクはささやかな楽しみになっています。そんな自作のマスクは立体構造で大きくも密閉性もありとてもよく出来ています。

すれ違う職員同士、

『そのマスク、カワイイね！』

『その柄いいね！』

お互いに褒め合いながら、コロナウイルスに立ち向かうべく、毎日の仕事に取り組んでいます。

一人一人が意識して行動することが大事な今、1日も早く終息してくれることを心より願っています。

従来型特養主任  
(介護福祉士)  
坂本 芳雄



### 連雀

## 日向ぼっこ タイム

かんだ連雀のデイサービスでは「日向ぼっこ」タイムが、ホッと一息つける時間です。デイサービスの活動を楽しんで頂けるようにと、体を動かすゲームや脳トレ、手工芸など多彩な活動を毎日用意しております。

でも、昼食を召し上がった後、午後の活動を始める前の窓辺の陽だまりに座っていることが、幸せを感じる時間かもしれません。住み慣れた地域を眺めて、窓から見える光景に、「昔はこうだった。」と想いを馳せたり、桜の花びらが舞い散る様子を眺めたり・・・

なにげない「日向ぼっこ」にも、幸福が満ちているということを、今後も大切にデイ活動を行っていききたいと思います。

通所介護員 関戸典子



### しらとり

## ほっと一息 ほっこり 土いじりタイム

しらとりでは食育の一環として子どもたちと野菜の栽培をしており、昨年は庭の一角に小さな畑を作りました。土いじりは五感が刺激され、感受性・感性が育つとされていますが、癒し効果も抜群!! 畑を見渡して、すくすく育つ葉を眺め微笑む姿など、苗の様子を気にかけて自然と人が集まります。写真は、お天気の良いある日、庭にミニトマトとミニカボチャの苗を植え終えた一場面です。し

ゃがみ込んで土の感触を味わいながら会話をかわす職員と小学生のAくん男同士のまわりにはゆったりほっこりとした空気が流れていました。職員も楽しみながら、子どもたちに土いじりの魅力を伝えていきます。収穫できる日が待ち遠しいです。

保育担当(保育士)

山中 有佳



### たち

## ほっと一息 ティータイム

たちでは月に1回、ボランティアの方にお越しいただいて定例会をおこなっています。定例会では、ひろばでお子さんにお渡しする誕生日カードを作ったり、季節にちなんだお花などを作ったりしています。赤い画用紙をいちごの形に切ったり、マグネットシートのイラストに色を塗ったり、細かい作業もあります。

1時間ちよつとの作業のあとには、お茶を飲みながらほっと一息ティータイム。お茶を飲みながらボランティアの方々の話をうかがう時間はとても楽しく、あつという間に過ぎます。

さまざまな場所で活躍されている方が多く、たくさんのお話を聞かせてもらっています。これからも、ボランティアの方々の楽しい時間を大切にしていきたいです。

地域支援ワーカー(社会福祉士) 田澤 夢絢



### 岩本町

## ほっと一息 青空タイム

春のほかほかした陽気について外に出かけたくなるそんな今日この頃ですが、今はコロナウイルスの影響で外に出るのは自粛中です。

そんな中、少しでも季節を感じていただければと大きな窓の前にソファを置きカーテンを開けると、フロアを歩いていたA様が近づいてこられソファに腰を下ろし

「ここ明るくていいわね、気持ちいいわ」と一休み。

「もう4月も終わりですよ」

「そつなの？外に出ないからわからないね。」

「ほらあそこ陽がさしているよ、空が真っ青だね」と話も弾みます。そのあとA様は一人ゆっくりと青空を眺めていました。

春の心地よい陽気の日、たまにはのんびりと窓の外に広がる青空を眺めるのもよいものです。

グループホーム主任  
(介護支援専門員)

高橋 愛



5月29日ブルーインパルスも見えました。



## ボランティア紹介

新型コロナウイルス感染症により自粛生活を余儀なくされている中、母子生活支援施設のご利用者を支援して下さる方がいらつしやいます。

東京都調布市の教育機関「アメリカンスクール・イン・ジャパン」の学校関係者で募金を募り、多摩地区の母子生活支援施設利用者に食事を無償で提供するプロジェクト「結び」。このプロジェクトでは週3回(月・水・金)、夕食を地元に着した飲食店やアメリカンスクール内のカフェテリアで準備をして、施設へ届けています。

食事の他にも、各ご家庭にお米や日常生活に必要なものを届けてくださいます。STAY HOMEが続く中で、3食を用意する母親の負担軽減や子どもの食の確保という面でもありがたい支援です。

コロナ禍の中、辛さや不満だけでなく、「地域の方々に感謝する」機会となっています。(少年指導員 小室憲司)



## 御寄贈・御寄付ありがとうございます(敬称を省略させていただきます)

秋山貴史 浅川医院 アサヒ飲料株式会社 (株)ドール加工食品本部  
 アメリカンスクールインジャパン 大石 (株)トレンドリンクス 社会福祉法人東京福祉会  
 友子 大沢良三 金子なおみ 川崎雅子 社会 特定非営利活動法人ピースウィンズ  
 国際ソロプチミストあきる野 小林宏志 ジャパン 比留間平造 一般社団法人明治  
 佐竹尚代 宗教法人真如苑友心院 善財裕 神宮崇敬会 明治安田生命保険相互会社  
 美 (株)ベン高木健治 高橋裕香 社会福祉 法人千代田区社会福祉協議会 ちよだボラ  
 (2020年3月~2020年5月)

## ボランティアの御協力ありがとうございます(敬称を省略させていただきます)

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため2020年2月よりボランティア活動の一部を中止いただいています。

青木晃子 青野まり 赤井あけみ 赤田美 島津たか子 清水光子 下江美鈴 下宏子  
 恵子 阿部才千代 有本陽子 石井宏 石 進藤登美子 新村信子 杉本節子 鈴木  
 坂トメヨ 市川知子 井出睦子 井上智美 暉子 鈴木由美 鈴木好枝 鈴木好子 高  
 上野時子 魚川桂子 梅原薫 梅原光洋 倉祥子 高橋恭子 高橋ヤヨイ 滝沢冷子  
 卜部和子 遠藤伊代 太田久美子 大坪 典子 谷敦子 田部美智子 玉井久美 戸  
 イネ子 大野文子 大場正子 大原捷子 島正子 柄谷さき 中垣春代 長澤道子  
 大類浩平 小川健治 奥山亜子 奥山チヤ 長島広美 中田夏枝 中野渡とみ子 中村  
 子 オコサの会 音楽園 おはなし夢くら 千代子 中村恭俊 中山伊久子 西村珠美  
 ぶ 小柳重樹子 折田浩一 海江田紀久子 二宮澄子 根釜洋子 橋場昭 長谷川和  
 鮎野美千代 加藤栄子 加藤美美子 加 子 久島なる子 日高千敦子 平岡美津子  
 藤洋子 川崎雅人 菊池和彦 菊地裕子 子 広木さく江 深堀紀美子 藤田京子 舟  
 さずなの手・江戸川 北島美恵子 木谷教 子 見三佐子 古園絢子 保坂良子 星野若佐  
 子 北村よしこ 木森哲 具嶋郁子 久保 堀江深雪 孫田一昭 政所優季 松下  
 紀子 隈元与志恵 栗原宏子 黒川澄子 健 丸田のお子 三坂和子 三輪孝子 宮  
 黒川トヨ子 弦間まさ 小石暁子 小池昌 崎清子 村井福子 村岡栄美子 百瀬洋子  
 子 小出農一 黄美華 石澤圭子 小久保 守屋貴美子 森脇敦子 八重の会 柳澤  
 桂子 越野恵子 小島ユミ子 小島百合子 梅子 山田一丸 山野栄治 山本恵美子  
 後藤祐輝 小林照子 小林真弓 小林道 山本峯子 山森貞枝 吉竹佐紀 吉本栄子  
 子 小林わか子 是永美代子 今野幸子 脇山令子 渡邊恵子 渡邊弘子 渡辺浩  
 斎藤千枝子 酒井和子 佐久間桂子 佐藤 脇山令子 渡邊恵子 渡邊弘子 渡辺浩  
 イソ 佐藤公子 脇山令子 渡邊恵子 渡邊弘子 渡辺浩  
 佐藤なか子 佐藤初江 佐藤秀和 佐野田 美 渡邊房子  
 鶴子 佐山香織 椎名君代 塩澤佳津子  
 (2020年3月~2020年5月)

## 編集後記

私がほっと一息すること

凝っている身体を整体の先生にほぐしてもらったことがほっと一息至福の時間です。(たっち 齋藤絵里)

寝る前に本を読む時間がほっと一息つける時間です。(きすな 高橋風子)

実家の犬とお昼寝タイムがほっとする時間です。会いに行きたいなあ。(しらとり 吉田智咲)

皆さんはコーヒープ、紅茶派、どちらですか?私は疲れた時や家でくつろぐ時はアールグレイを飲み、ほっとしています。(緑苑 平岡貴弘)

休みの日の朝はコーンスープを飲むのが日課です。ほっと一息、身体も温まります。(あさひ苑 櫻井拓磨)

天気の良い日ベランダにハンモックを出し子供たちと日向ぼっこです。(あさひ苑 田中愛)

仕事が無事に終わり、タイムカードを打つ瞬間に毎回ほっとします。(泉苑 南佳代)

豆から挽いて淹れた珈琲とお手製お菓子。(泉苑 石川愛)

好きな音楽を聞きながらドライブする時間がほっとする時です。(連雀 伊藤裕太)

仕事帰りの電車で座れて、好きな音楽を聴いている時がほっとします。(岩本 松本幸二郎)

子どもとソファに並んで映画を観る時間や休日に新緑のシネタイムです。(事務局 青木志乃)

帰宅してすぐにマスクをはずして洗顔をする、今日も無事に1日を終えることができたと、ビールを美味しくいただきます。(編集長 上野廣美)

## 介護に関するご相談は無料ダイヤルで!

●泉苑 老後支援 24時間  
0120-6540-24

●あさひ苑 福祉にっこり 24時間  
0120-2942-24



リサイクル適性(A)  
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

