

ケアセンター便り

介護老人保健施設
足立老人ケアセンター
足立区保木間5-23-20
電話 03-5686-3965



今年も中庭の河津桜が綺麗に咲きました。当法人では昨年より養蜂を始めたので働きバチが花の蜜を集める姿を見ることが出来ます。



暖かい日は中庭に散歩に行ってます！

足立老人ケアセンターは 創立30周年を迎えます

足立老人ケアセンターは平成8年3月11日に開設され、今年3月で30周年を迎えます。平成12年には介護保険法が施行され、自立支援と利用者本位を理念としてサービスを提供してまいりました。これからもご利用者様、ご家族の皆様が安心して住み慣れた地域で生活していただくために、施設職員一同最良のサービスを提供できるよう努力してまいります。



ケアセンター便りも10周年を迎えました

ケアセンター便りは平成28年から発行され今年で10周年を迎えます。第1号と第2号はケアセンター20周年特集号でした。この10年間でホームページの他にブログやnoteなどケアセンターの様子を発信する方法を工夫してきましたが、これからも手軽にお読みいただける形でケアセンター便りの発行も続けていきたいと思ひます。



30周年記念特集

開設当初の懐かしい写真を紹介いたします。

平成8年はこんな年でした

- ・ 橋本龍太郎が内閣総理大臣となる
- ・ 寅さん（渥美清）が国民栄誉賞受賞
- ・ 東京ビッグサイト誕生
- ・ 連絡手段の主流はポケットベル
- ・ 女子高生にルーズソックスが大流行



開設時からおいしい食事だと評判でした



花畑公園（桜花亭）で大々的にお花見！



夏は外で流しそうめん！今の酷暑ではできませんね



レク活動も色々工夫して行っていました



当時の送迎車はマイクロバスでした



この中に今も元気に働いているスタッフがあります。誰でしょう？

30年前 あの時君は若かった！



あっという間の30年でした。40年目指してまだまだ頑張ります！



介護スタッフHさん・Sさん

年末年始のイベント

クリスマス会



今年もクリスマス会は大いに盛り上がりました。職員扮するサンタクロースの衣装が年々窮屈になっているのが心配です。

イルミネーションドライブ



光のトンネルが
きれいだね！



竹ノ塚駅前や淵江公園で開催されている「光の祭典2025」を見物するドライブ行事を行いました。イルミネーションを車窓から楽しむ他に公園内の散策も行いました。冬の素敵な思い出になったでしょうか。

ケアセンター有馬記念



毎年恒例の「ケアセンター有馬記念」すごろく形式でどの馬が一番にゴールするかを予想していただきます。一年の最後の運試し！皆さんの予想は当たりましたか？

ケアセンターのお正月

お正月限定、神社の前で新春カラオケ！



春に向かって

新年書初め



皆さんの今年の抱負は何でしょうか？それぞれの目標を書いていただきました。目標が叶うように今年も頑張りましょう！

一足早いお花見



十月桜、河津桜など中庭では寒い時期でもお花見をすることができます。日差しの暖かい日は皆さんでお花見散歩を楽しみました！

管理栄養士・庄司の食通信



この時期の行事食には、先祖への感謝と健康への願いが込められています。

・精進料理（そば・うどん）：菜の花や新玉ねぎなど旬の野菜を添え、冬の身体を健やかに整えます。

・ぼた餅：小豆の「赤」で邪気を払い、お餅で春を乗り切る力を蓄えます。

今年は丑年。「うまい！」と喜んでいただける食事作りに日々精進してまいります。

春分は「お彼岸の中日」
精進料理が行事食となります。

管理栄養士
庄司 良平

適切な塩分を摂って、
健康寿命を延ばしましょう！



【ケアセンター30周年を迎えて】

この30年で、国の栄養基準は大きく変化しています。特に**減塩**の指標は厳格化され（例：男性7.5g、女性6.5g未満）、食事による**「健康寿命の延伸」**がより重視されるようになりました。当センターでも、時代に即した栄養管理を徹底しております。これからも、皆様の健康を食から支えるパートナーとして、より一層邁進してまいります。

ホームページがリニューアル！



スタッフblogも掲載
されているので
ぜひご覧ください。

施設の様子やリハビリの内容、最新の空床情報などを分かりやすく発信しています。

「足立老人ケアセンター」で検索、または下のQRコードからぜひご覧ください！



足立老人ケアセンター



↑パソコンからはこちら

↑スマートフォンは
こちら

介護老人保健施設 足立老人ケアセンターのご案内

所在地：東京都足立区保木間5-23-20

電話：03-5686-3965 FAX：03-5831-2246

交通：東武スカイツリーライン 竹ノ塚駅 東口より

東武バス 花畑団地行（竹15）にて10分

「団地入口」下車 徒歩2分

つくばエクスプレス 六町駅より 東武バス

花畑桑袋団地行（六18）、花畑団地行（六19）

にて10分 「花畑4丁目」下車、国道方面へ

徒歩10分

<http://tokyoadachi-med.jp/tag-rouken/>

