

天寿園タイムズ  
119号

【発行人】

東京都中央区東日本橋4-17-1

社会福祉法人寿園会

理事長 米満 淑恵

（発行責任者）

TEL. 223-0533

FAX. 223-2829

E-MAIL: info@tenjuen.jp

E-MAIL: info@tenjuen.jp

E-MAIL: info@tenjuen.jp

E-MAIL: info@tenjuen.jp

E-MAIL: info@tenjuen.jp

E-MAIL: info@tenjuen.jp

## 新年のごあいさつ



新しい年を御壮健にてお迎えになられた事とお慶び申し上げます。

旧年中は大変お世話様になりたくさんの御指導御支援を賜り誠にありがとうございました。

社会福祉法人寿園会は奥古閑の地に御縁を頂き二十五年以上過ぎました。これも幾重にも皆様のお力添えがあつての事と厚く御礼申し上げます。二十六年目の本年は初心に戻り高齢者の皆様方へ尊敬ある御支援と、地域貢献を一生懸命させて頂きます事、職員一五〇名を代表して心新たにお願い申し上げます。

去る一月五日、肥後銀行船田支店前にアスカスタジオが新オープン致しました。八分字バス体前にて十年間させて頂いておりましたが、より楽しく御利用頂けますよう移転致しました。どなたにでも御利用頂けます多彩なプログラムを準備

し、守田有純佳・アスカスタジオ長がお待ち致しております。

又、本年は地域密着型特別養護老人ホーム天寿園Neo（ネオ）がオープン致します。地域の皆様方が共に創り上げていく高齢者施設を目指して参ります。

本年も地域にしっかりと根差した地域支援施設としてしっかりと一歩を踏み出して参ります。これまで以上の御叱責御励ましを賜りますようお願い申し上げます。

本年は六十年に一度の丙申（ひのえさる）。中国陰陽五行説では「大変革の年」と言われております。申（さる）は古くから、魔が去る「まさる」として「勝る」にも通じ縁起良いとされてきました。

皆々様の御幸せを心より祈念申し上げ新年の御挨拶に代えてさせて頂きます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。



社会福祉法人寿園会 会長 米満 弘之

理事長 米満 淑恵



## 新施設 地域密着型特別養護老人ホーム 天寿園 Neo

本年7月、天寿園の東側において、新たな施設、入居定員29名の地域密着型特別養護老人ホーム「天寿園 Neo」の開設を予定し、現在、建物の建設が進められています。

つきましては、施設開設に向け、ご入居者並びにスタッフの方を大募集いたします。

「天寿園 Neo」では、天寿園で25年間培われたケアのノウハウを結集させ、ご入居者がお元気で安心してお暮らしいただける良質な支援を行って参ります。また、新たに設けられるカフェやスポーツジムなどを地域の方に楽しくご利用いただき、地域の方との交流を通して、ご入居者にとって住み慣れた楽しい雰囲気の施設づくりを行って参ります。

スタッフについては、介護未経験の方、ご年齢の方も大歓迎です。若い方の力はもちろん、社会経験豊富な中高年の方の力も積極的に活用し、ご入居者お一人お一人のご要望に柔軟に対応しながら、ご入居者の生活の質の向上を実現したいと考えております。

募集の詳細については、お電話等、お気軽に天寿園までお問い合わせください。ご入居について、また、介護のお仕事について、ご希望の方、ご検討中の皆様はどうかお気軽に天寿園までご相談ください。 事務管理課 松本 信弘

【ご相談・お問い合わせ先】TEL096-223-0533 (天寿園 事務管理課)



【Neo】=「新しい」という意味のギリシャ語。新しい形で地域の皆様のお役に立てる施設づくりを進めてまいります。



新たな施設、地域密着型特別養護老人ホーム「天寿園 Neo」の新築工事着工にあたり、平成27年11月4日(水)、天寿園東側の建設予定地において、工事安全祈願の地鎮式を執り行わせていただきました。

当日は、設計・工事の関係各社の方々、また、天寿園ご利用者、近隣にお住まいの方、地域役員の方、そして、地域で新たに組織いただいている「天寿園ネオ応援隊」の方々、等、平日にもかかわらず多くの方々にご参加いただきました。ご参加・ご協力いただきました皆様、本当にありがとうございました。

現在、本格的に工事を進めており、本年4月頃の棟上げ、5月末頃の完成を予定しています。今後ともご支援・ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。 事務管理課 松本 信弘



受付 / 月曜～土曜日(祝日除く)

時間 / 10時～18時(約90分)

※スタッフの都合により変更させていただきます

人数 / 若一人からでも受援いただけます

※受援したい日の10日前までに  
お申し込み下さい



お申込み電話番号

096-223-0533(担当 浦田)

県内の認知症サポーターは平成二十七年九月末時点で約二十三万六千人と、熊本県は人口比において六半連続一位です。しかし、実務するにあたり、その時間は仕事しても「介護してはから」「家族の迎えにいかなければ」などなど、養成講座が実施される時間帯に都合がつかず一度も認知症の講座を受けたことが無い方も多くいらっしゃるとお聞きします。

そこで、今回中央区中央街で本法人が実施しているオレンジカフェ(地域拠点)を会場としてご自身の都合の良いときに受講できるオンライン型の認知症サポーター養成講座を開催しました。本法人所属の十名のキヤラパンメイトが、あなたの希望に合わせて開講をいたします。知らずに直面する認知症と知ってからの認知症は、大きくまったく違うものに見えると思います。お時間の許す方はどうぞお気軽にお申込み下さい。

ぜひお時間を見つけて下さい

4面にプログラム表を掲載しています

アスカ スタジオ  
**ASUKA STUDIO**が  
**リニューアルオープンしました!**



この度、平成17年より地域の皆さんの健康・運動をサポートさせていただいているアスカスタジオが移転をし、リニューアルオープンいたしました。

アスカスタジオは、「運動不足だ」「体重を減らしたい」「ケガをしにくい身体にしたい」「がっちりとした体になりたい」「筋力をアップしたい」「膝や腰が痛いのをどうにかしたい」「介護が必要にならない様にしたい」「医者に運動をすすめられているが

…」など様々な想いを一緒に解消・達成していく施設です。皆さんが『明日の自分が少しでも楽しく』と思える毎日をご過ごせる様なお手伝いを目指しています。

また、これまでの運動プログラムに加え、地域の方々のサロン(カフェ)スペースを設けました。子供から高齢者まで様々な方にお立ち寄り頂きたいと思っております。無料体験も行ってありますのでお気軽にお越しください。 守田有純佳

- ☆運動される方はシューズ、タオル、飲み物をご持参ください
- ☆当施設をご利用の方は別途スポーツ安全保険(年々800円〜1850円)にご加入いただきます
- ☆スタジオの貸し出しも行っていきます(地域活動、会議、ダンスの練習など)
- ☆認知症サポーター養成講座も実施。チャレンジしてみませんか?
- ☆ASUKA STUDIOでボランティア活動しませんか?登録ボランティア募集!(ボランティアポイントあり)



アスカ スタジオ

■ASUKA STUDIO

TEL096(227)3339

南区砂原町471-1  
(肥後銀行飽田支店前)

- ・パーソナルトレーニング
- ・フィットネス
- ・介護予防運動
- ・ノルディックウォーク
- ・オレンジカフェ



去る10月1日に有明海リハビリテーションクリニック内に出来た「天明いこい館 くじら食堂」はオープン以来3ヶ月が過ぎました。地域の方にも口コミ等で広がりつつあり、とてもおいしいとの評価を頂いています。よく聞かれるのが「社員食堂ですか?」「誰でもいいんですか?」等です。「社員も食べに来ますが誰でもいいんですよ」・是非、皆様のご来店をお待ちしております。ベスト3のメニューを紹介します。



- ☆ベスト3☆
- 1.和風ハンバーグ定食
  - 2.醤油み/ハンバーグ定食
  - 3.しょう油焼そば定食



## ASUKA STUDIO プログラム表

プログラム名	内容	月	火	水	木	金	時間 (休室迄)	料金(※2)
シニア向け フィットネス	介護予防を目的とした集団運動と個別運動。	○	○		○		10:00 ～11:45	フリー/チケット
初級フィットネス	運動初心者の方にもできるやさしい運動。	○			○		13:30 ～15:00	フリー/チケット
中級フィットネス	脂肪燃焼や体力アップを目的とした運動。	○		○		○	20:00 ～21:00	フリー/チケット
ボール フィットネス	姿勢改善を目的としたストレッチボールでの運動。	○		○		○	19:00 ～19:45	フリー/チケット
男フィットネス	筋力アップを目的とした男性限定の運動。		○		○		15:00 ～16:00	フリー/チケット
歩みんぐ(室内)	歩行訓練、下肢強化を目的。					第1-3	10:00 ～11:45	900円
ノルディック ウォーク(屋外)	体力向上、筋力アップを目的としたトレーニング。				第1-3		10:00 ～11:45	900円
はぐし	トレーナーがストレッチ等で身体をはぐし整える。		予		約		20分程度	1,500円
パーソナル トレーニング90	効果を最大限(週1～2回の実施)に、そして個人の目標を達成。		予		約		90分間	6,000円(16時～24時特典あり)
パーソナル トレーニング60	短時間で効率よく目標に向けて運動をする。		予		約		60分間	5,000円
パーソナル トレーニング30	運動の週回を身につけて体調を整える。		予		約		30分間	3,000円
介護予防パーソナル トレーニング	介護予防やリハビリを目的としたマンツーマンでの運動。					週1回 全12回	45分間	40,000円(送料付)
習字	月2回の講師による指導。					第1-3	13:00 ～15:00	1,000円(月謝制)
ASUKA サポーター養成	認知症を理解する、脳と身体を動かし認知症を予防する。				第2		10:00 ～15:00	1,000円
ASUKAサロン	心と身体のバランスを整える憩いの場。	○	○	○	○	○	9:30 ～16:00	プログラム参加費無料 サロンの460円
ランチ	10時までに注文、祝日はランチ無し。	○	○	○	○	○	12:00	600円

- ※1) フィットネスプログラムはフリーカード(1ヶ月5,000円)または10回チケット(10回10,000円)をご購入された方のみでのプログラムとなります。  
 血圧測定、体組成計、身体評価(年3回)を行い、自由トレーニング用のプログラムを作成しますので日々の運動にも活用いただけます。  
 ※2) フリーカード(1ヶ月5,000円)をご購入の方は1ヶ月間でも全てのフィットネスプログラム、ASUKAサロンに参加可能です。  
 ※3) パーソナルトレーニング初回はカウンセリング(無料)を行います。

## 熊本城マラソン2016☆応援よろしくお祈りします!!

社会福祉法人寿量会の職員も出場します♪

【歴史めぐりフルマラソン(42.195km)】 【組下町4kmコース】

守田 有純佳(ASUKA STUDIO)

グループエンター

松岡 亮介(第2ユニット)

松本 信弘・西村 智子(事務管理部)

白石 真弓(栄養部)

清田 隆広・山根 光成(地域課)

米満 早紀(銀座遊のハウス)

玉澤 真貴子(秘書課)

米満 龍史先生



ばればれ・実習生受け入れ報告・奇贈品紹介などはホームページをご覧ください

ボランティア募集のお知らせ  
 ボランティアに興味のある方は…  
 天寿園 ☎096-223-0533まで  
 お問い合わせ下さい



日々のご様子やイベント等、「天寿園タイムズ」に掲載仕切れな  
 かった分をホームページ内のブログにて随時更新しています。そ  
 の他にも、色々な情報を公開しています。是非ご覧下さい。  
 メールでのお問い合わせも受付中!

<http://www.fuku-juryo.jp/> E-mail:jimu3@fuku-juryo.jp