



のぞみ

2026
vol.18

島原



崇仁



東九条



そうだ
のぞみに
行こう。



京都タワー・五重の塔制作：島原のぞみ ご利用者 谷口 稔 様



社会福祉法人
カトリック京都司教区 カリタス会

東九条のぞみ支援センター

個性いろいろ、でも連携ばっちり！！
男性2名女性2名のケアマネジャー
が今日も真剣に、でもちょっと和やかに「この人にそうだんしてよかった」と思っただけの支援を目指しています。

居宅

東九条旅一座の日常

またの名を

東九条相談支援チーム

居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）がいますと地域包括支援センターそれぞれ専門性を活かしてご自宅で暮らし高年齢の方々の生活支援を行っています。

健康広場

毎月、第2第4水曜日に区役所別館で開催している体操教室は、介護予防だけでなく、ご高齢の方々の居場所としても人気があります。



東九条地域包括支援センター

ご自宅で暮らし高年齢の方々の支援以外にも、地域のお祭りに参加したり、移動販売のお手伝いといった、地域の皆さんとのつながりを目指した活動をしています。皆さんがお住いの地域へもお邪魔させていただくかもしれません。

毎年開催している、小学校の「総合的な学習の時間」での出前授業。認知症についての学びや地域で活動されている民生委員さんとの交流を通して、ご高齢の方々の生活や困り事を知るきっかけ作りをサポートしています。



出前授業

包括

目次

のぞみ冒険MAP

～そうだ、のぞみに行こう～



今年度の機関誌づくりは、まるで三つの拠点を巡る冒険の旅でした。それぞれの拠点から集まった仲間たちは、職種も経験も異なる『パーティー』。しかし、ひとつとび机を囲めば、同じ目的を胸に抱く旅の同志でした。

三拠点を巡るこの旅は、決して派手ではありません。けれど、職員一人ひとりが自分の拠点に戻り、仲間と語り合い、案を持ち寄り、また集まるその積み重ねこそが、私たちの組織の力であり、この機関誌の『真の魔法』だったように思います。

完成した冊子を手にとると、そこには昨年度の事業計画の報告だけでなく、私たちが歩んできた軌跡、そして未来へ続く道筋が確かに刻まれています。この一冊が、次の冒険へ向かうための地図となり、また新たな仲間を勇気づける灯火となれば幸いです。

この物語を手にとってくださいました皆さまに、心より感謝を込めて。さあ、ここから始まる新たな旅路を、共に紡いでいきましょう。

お出かけ&

室内レクリエーションの充実

2025年度東九条のぞみデイサービスでは『外出・室内レクリエーションを充実させ、多くの利用者様に楽しんでいただく』ことを目標にしています。「次はどこへ行く?」「何をして遊ぼう!」そんなワクワクを大切にしながら、利用者様に楽しい時間を過ごしていただけるよう、さまざまな企画を実施しました。



外出レクリエーション

外出では春のお花見ドライブ、夏はイオンまでアイスを食べに行き、秋は紅葉狩り、新年の初詣ドライブ。利用者様には四季を感じながら楽しい時間を過ごしていただきました。



春

夏



冷たくておいしい!

秋



室内レクリエーション



三拠点合同 オンラインビンゴ大会

東九条・崇仁・島原の3つのデイサービスをオンラインでつなぎ、合同ビンゴ大会を開催。会場は大変な盛り上がりとなり、「次も楽しみにしている」と嬉しいお声をいただきました。



次は
当たるかな?



ほかほか焼き芋大会

ボランティアの方々のご協力のもと焼き芋大会を実施。専用の機械で焼いた出来たての焼き芋は「甘い!美味しい!」と大好評でした。

冬



この1年、「どうすればもっと楽しんでいただけるか」を常に考え、利用者様のニーズや安全面にも配慮しながら取り組んできました。その結果、他デイサービスや地域の皆様との交流も広がり、職員自身も楽しみながら、利用者様と豊かな時間を共有することができました。

来年度も、皆様とともに楽しい時間を過ごせるよう、心を込めてレクリエーションを企画してまいります。

尿路感染症0を達成!

毎日の徹底したケアを実施

2025年度の特養は「尿路感染症による入院を0にする」を目標に取り組み、結果見事に「0」でした!



毎日の体調確認

熱だけではなく、食欲や気はどうか?介護職員は特に、普段の様子との違いに敏感です。



いつもと
変わったところはないですか?



きめ細かい水分補給

「温かいのがいい」「冷たいのがいい」「お茶は苦手」「甘いのは苦手」などそれぞれの嗜好や希望に応じ、お茶を温めたり、冷たいジュースだったり、ゼリーに変えてみたり、飲みやすい時間やタイミングを見計らいながら...無理なく水分を摂っていただけるよう工夫をしています。



排泄支援

トイレの支援やおむつ交換の際には、量や色、形状などの確認をします。

いつもより少なくなかないか?色の異常はないか?下痢していないか?もし異変があれば、看護職員と情報共有します。流すとすっきりする「おしり洗浄液」を使い、1日2回、さっぱり綺麗にしています。



「尿路感染症」って?

おしこの通り道に細菌が入ってしまい、炎症が起きる病気です(膀胱炎などもその一つです)。高齢になると、体の抵抗力が弱まったり、喉の渇きを感じにくくなって水分が不足しがちになったりすることで、実はとてもかかりやすくなってしまう。重症化すると高い熱が出て入院が必要になることも多いため、介護の現場では「いかに早く気づき、防ぐか」がとても大切なポイントなのです。



情報共有

私たちはシフト交代制で24時間の支援をしているので、日勤から夜勤、夜勤から日勤へ情報と、支援内容を引き継いでいきます。



職員間で情報共有しながら、必要に応じて嘱託医へ連絡。医療と連携し、症状が悪化しないようにしていきます。

採血
しますか?

お薬
出ますか?



このような取り組みを意識的に行ったことが結果に繋がったのだと思います。これからも、職員一丸となって日常的に取り組んで参ります!

皆さんは下京区のJR丹波口駅の東エリアに島原と呼ばれる地域があるのをご存知でしょうか。島原は我が国最初の花街で、江戸時代には公許の花街（歌舞音曲を伴う遊園の町）として栄えた歴史があります。正式地名は「西新屋敷」と言います。その花街の一角にあった歌舞練場が解体される際、地元住民の希望により福祉施設が建てられ、「島原のぞみ」ができたのです。

えのき 榎：地域を見守るシンボル

「やあーボクはこの『島原のぞみ』で生まれたシマリスのしまっちー！のぞみんとつるんが島原に来てくれて嬉しいな！」

「やあ、ワシはこの地で二百年以上、この町の移り変わりを見てきた大榎じゃー！」

「わー木がしゃべった？！大榎さん、ボクたちに島原のことを教えてくれる？」

「いいとも。島原は江戸時代に栄えた花街で、当時は和歌や俳諧など文芸活動がそは盛んじゃった。今でも、角屋や輪違屋、島原大門など当時の建物が大事に守られておる。」

「へえー！じゃあ、最近の島原はどんな感じなの？」

「歌舞練場がなくなる時は寂しく思ったが、地元住民の希望で福祉施設が建てられたんじゃ。デイサービスができてからは、毎日いろいろな人が来て、笑顔で過ごせる場所になった。ワシも毎日一緒に楽しんでおるよ。」

島原のぞみ デイサービス



「カフェ」
ボランティアの方による淹れたてのコーヒー、素敵な演奏を聞きながらまるでオシャレなカフェに米っている様な空間を味わって頂きました。
とても喜ばれてるご利用者さんを見て職員もほっこりとした気持ちになりました。
(担当) 吉田・寛田



スポーツレク
認知症予防と指先の運動を兼ねてのスポーツレクを実施しました。毎日続ける事で「家でもやろうよ」との声や職員が助けてくれる声もあがり、続ける事が大切だと実感しました。
(担当) 奥谷・紫芽

余暇レク

デイサービスでは、入浴や機能訓練、レクリエーションに加え、毎日楽しく過ごしていただけるよう、様々な活動を行っています。
ご利用者同士の笑顔や会話が広がり、自然と心が和むひととき...
これからも安心して「みんなの居場所」を大切にしていきます。



島原のぞみ はじめまして

お顔さ、マニキュアが綺麗で、マニキュアの仕上がりは、どこまでか、気持ちも上から下まで、いい感じに、いつでも、お世話です。

担当 久保



園芸・収穫できたよ
中庭のプランターに野菜の苗を植えて育てました。花が咲くのを初めてみたわ。実が大きくなってきたけど、食べるのはまだやねなどの会話や中庭に出る機会が増えました。野菜の成長を喜び、収穫を喜ぶ姿がみられ季節を感じることができたと感じます。(担当) 榎・一井

島原のぞみ 支援センター

【祝・百歳】

四代で紡ぐ、笑顔のバトン

下京区中堂寺にお住まいの、

桑原重子様



大正15年生まれ、今年百歳を迎えられる桑原重子様。

昨年「島原のぞみ」の仲間入りされ、今では週3回のご利用を「職員さんも優しく、お友達もできて本当に楽しい」と、笑顔でお話してくださいました。そんなお姿に、長女様も「この歳になって新しい楽しみが見つかって、本当に安心しました」と目を細めていらつやいます。

さらに素敵なのは、ご家族の絆です。先日、お孫様とひ孫様が「おばあちゃんがお世話になっているお礼に」と、ピアノと歌声のプレゼントに来てくださいました。美しい音色に包まれるなか、重子様を見つめるご家族の優しいまなざしに、会場全体が温かな空気に包まれました。

親子四代にわたって当施設と繋がってくださっていることは、私たちスタッフにとっても大きな喜びです。重子様、これからもその素敵な笑顔で、元気に楽しく過ごしてくださいね。

島原地域包括 支援センター

ちよつきんな

高齢サポート・島原が担当する郁文学区では地域の介護保険事業所が集まり、『郁文まちづくり会議』を毎月開催しています。その中で、地域で気軽に居場所づくりに取り組んでいます。古くからの着物生地をハサミでひも状に切り、コースターや鍋敷き、ラグマットなどに变身します。

ハサミが布を裁つ音も小気味よく、ひも状になった生地をクルクル巻きながら話に花が咲くのもまた楽しみ！
チヨキチヨキ、チヨキチヨキ、ちよつきんな！

「ちよつきんな」はハサミの音、チヨキチヨキ、チヨッキンナ！からヒントを得て命名。





崇仁デイサービス うるおい



あ い 藍を育てました

2024年に福島県の藍の種を芸術家の山本麻紀子さんから頂いて、花壇に植え育て、その種から2025年も藍を育ててみました。



2025年3月に利用者様が種まき。竹串で1粒ずつ丁寧に・・・手で掴んでばらばらと・・・



水と室温管理に気をつけた結果、どちらも元気に芽が出ました。小さな苗を少し大きなポットに植え替えるのも利用者様がされました。



利用者様と一緒に10センチほどに大きくなった苗を花壇に植えます。



蓼食う虫も好き好きとは言いますが、藍にも虫がついたり病気をします。毎日様子を見つづける人々に相談しながら・・・



毎日の水やりに、京都市美術工芸高等学校園芸部の生徒さんも協力してくださいました。



美馬さんと藍染。去年はタペストリーを染めましたが、今年は糸を染めます！あと内緒の布を染めます。ふふふ。



利用者様も藍の汁に漬けたり出したり色の変化を一緒に楽しみました。



乾燥させて完成！



藍の葉っぱでたたき染めをしました。皆さん力いっぱい叩いておられました。



種を取るために残しておいた藍。花も楽しんだあとすべて刈り取りました。



糸はタッセルキーホルダーにしました。利用者様に糸を巻いていただき、選んだビーズで素敵に仕上がりました。歩行器などに付けてくださっています。



内緒の布は利用者様にミシン掛けをお願いし、巾着にしてもらいました。藍の水やりを頑張ってくれた高校園芸部の今春卒業生にお渡ししました。



2026年
2月

10月



下京・東部 地域包括センター

崇仁

地域ケア会議

1月29日しんらん会館で「地域ケア会議」を開催しました！



センター長
主任ケアマネ
宮崎



地域ケア会議を通して、「芸術活動」と「福祉」には共通の「気づき」があることを改めて理解しました。私たちは、「結果」や「数字」など目に見えるものをすぐに求めがちですが、作品作りも私たちの支援もすぐに結果や成果が出るものではなく、丁寧に時間をかけて完成するものです。その過程で生まれるものを大切に一人ひとりの声や想いを聞きながら、関わる人すべての方々が主体となれる地域社会になれば素敵だなと思いながら、日々ご利用者の時間や会話を大切にすることができました。



社会福祉士
和田

横断幕作り



みんなの想いが
いっぱい詰まった
横断幕！



アジサイの地植え会



アジサイは元あった場所に戻ることができました！



保健師
森

崇仁すくすくセンターとの関わりを通じて、芸術が利用者や職員の感性を豊かにし、交流や気づきを生む力を実感しました。活動の意図を理解するには時間がかかりましたが、作品づくりや対話を重ねる中で地域や職員、学生がつながり、利用者の楽しみやリハビリ効果にもつながることを学びました。「感情を豊かにする機会」となり、自分の生活の中でも良い変化が生まれています。



ありがとう

私たちのデイサービス（通所介護）では、利用者さんが主役となって、生き生きとした時間を過ごされています。ご利用者皆様の日々の様子は、その方が歩んでこられた人生の足跡や、内に秘めた大切にしたい世界観が沢山詰まっています。



作：へム子（のぞみの園職員）

管理栄養士から

2025年度は、『一人ひとりの状態に応じた栄養マネジメント』を大切にに取り組んできました。毎日の食事を何よりの基本と考え、安心して召し上がっていただけるよう心がけながら、日々の喫食の様子からご利用者の体調や変化を見守ってきました。

また、食事の時間が楽しみになるよう、季節に合わせたレクリエーションも定期的に行いました。食への関心や「食べる」とへの意欲につながっていれば嬉しく思います。



のぞみの園 総務部の2025年アップデート！

こんにちは、のぞみの園 総務部です！東九条・島原・崇仁の3拠点に、全員で7名の事務スタッフが働いています。拠点は離れていても、総務部はいつでも誰かが在席しているので、「これどうしたらいいんだろう…」と思ったらすぐに電話やメールで相談OK。チームの仲も良く、気軽に話せる雰囲気が自慢です。そんな総務部が、2025年度に取り組んだ“変革”を紹介します！

① 給与明細書の電子化でスマート化が一気に加速！

紙の給与明細から、ついにメール配信へ。導入時は設定に時間がかかったけれど、今ではすっかり定着しました。

- 印刷・封入・配布の手間がゼロに
- 経費も削減
- 年末調整もスマホ・PCで完結

年末調整は3拠点間で書類を回す必要がなくなり、時間もストレスも大幅カット。「これ、すごくやりやすかった！」という声も出るほど便利になりました。

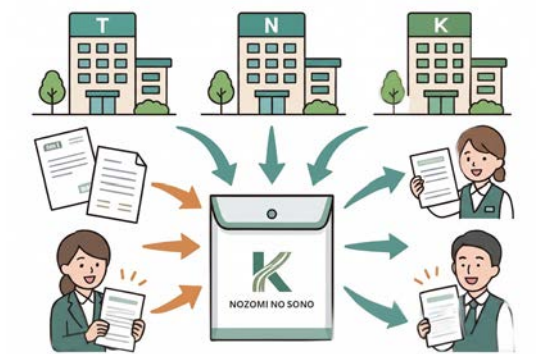


② 3拠点共通の“交換便”をつくってみた

これまでは拠点ごとに違う様式で書類が届いていましたが、今年度からは3拠点共通の“交換便”を導入！

- どの拠点でも同じ形式
- 迷わない
- 使いやすい

小さな改善に見えて、実はめちゃくちゃ効率アップにつながっています。



③ 発注業者をスリム化して業務がスッキリ！

「安いところに頼もう」と業者を増やしすぎた結果、請求書や支払いが複雑になっていたのが以前の悩み。そこで今年は、極端に価格差がなければ業者をまとめる方針に変更しました。

- 支払い業務がシンプルに
- 振込手数料が大幅ダウン
- 業者さんとも顔なじみになって関係性アップ

“安さだけ”ではなく、“効率と関係性”も大事にするスタイルへ進化しました。



総務部はのぞみの園の「心臓部」

どんな変化も、職員のみなさんの協力があってこそ。総務部は、これからものぞみの園の“心臓部”として、3拠点をつなぎながら元気に動き続けます！



火を使わないさっぱり夏ごはん 冷やしだし茶漬け



暑さで食欲が落ちやすい夏は、さっぱりとした味
わいで、栄養もとれるメニューがおすすめです。
冷たいだしをかけていただく『冷やしだし茶漬け』
は、火を使わず手軽に作ることができ、だしの香りが
口いっぱいに広がりサラッと食べられる一風変わった
夏におすすめの一品です。



管理栄養士

山岡 舞由

元気な夏を
お過ごし
ください♪

材料 一人分

- ・ごはん 茶碗1杯分
- ・めんつゆ(2倍濃縮) 60ml
- ・冷水 250ml
- ・梅干し 1個
- ・ツナ(市販・サラダチキン、ほか豆腐やしらすでもOK)
- ・塩昆布 適量
- ・大葉 1枚
- ・白ごま
- ・おろし生姜
- ・ぶぶあられ

作り方

- ①めんつゆに冷水を加え、お好みで氷もプラス。
- ②大葉は、手でちぎる。
- ③茶碗にご飯を盛り、ツナ・梅干し・塩昆布・おろし生姜をのせる。
- ④だしをかけて、大葉・白ごま・ぶぶあられをふりかける。



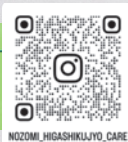
梅のほどよい酸味が味のアクセントになり、汗で失われやすいミネラルの補給にも役立ちます。さらに、ツナを加えることで、旨味とコクが増したんばく質も手軽に補うことができます。

具材はご家庭にあるものでアレンジしやすく、大葉のほかに胡瓜やトマト、みょうがなどの夏野菜を添えると見た目も涼やかになります。冷たくても満足感があり、食欲のない時の一品として是非お試しください！

最新情報はこちら！

カトリック京都司教区カリタス会 総合福祉施設のぞみの園

 **東九条ケアサービス**



社会福祉法人カトリック京都司教区カリタス会

 **総合福祉施設のぞみの園**



カトリック京都司教区カリタス会 総合福祉施設のぞみの園

 **東九条相談支援**



カトリック京都司教区カリタス会 総合福祉施設のぞみの園

 **島原のぞみ**



カトリック京都司教区カリタス会 総合福祉施設のぞみの園

 **崇仁うるおい**

