

hinatabokko.

VOL.258 | JAN 01 2026

麦久保園 広報誌 「ひなたぼっこ」



● 施設ご様子
高尾山遠足会
クリスカフェ

● TOPIC
新年のご挨拶
お知らせ

新年のご挨拶



謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

旧年中は麦久保園に対しまして温かいご支援とご理解を賜り、心より御礼申し上げます。

本年は、雲間から神々しい光を放つ初日の出とともに新春を迎え、

皆様のご清福をお祈り申し上げます。

さて、今年度も残すところあと3か月となりました。

ここで、麦久保園の現在の取り組みについてご報告いたします。

【ハード面】

● 1階フロアの改修工事完了

職員の休憩スペースを確保するとともに、面会や会議の環境を改善いたしました。

● 見守り支援機器および通信環境の一体的整備（令和8年1月下旬より順次改修予定）

睡眠状態を判定するセンサー付きマットレスを全ベッドに導入し、

見守りカメラを10か所に設置します。

併せて情報管理システムおよび通信環境の強化を図り、安全・安心の向上と

業務効率化を目指します。

● 看取り環境整備（東京都の施設整備補助の手順に沿い年度内着工予定）

看取り期を迎えたご利用者へのケアの充実、ご家族が安心して付き添える

環境整備を進めてまいります。

【ソフト面】

● 就業ルールの明確化および遵守

スタッフブックに基づくサービス提供と秩序の維持を基盤としつつ、

柔軟性や多様性を取り入れながら、

サービスの品質維持と教育に取り組んでいます。

● 基本業務の明確化

各部署が共通理解を持ち、労働強度に偏りが生じない業務基盤の再構築を進めています。

性別・年齢・国籍を問わず、職員一人ひとりが自らの役割を理解し、

働きやすい組織づくりを目指しています。

● ケアのムラを減らす取り組みの推進

毎日30分、ご利用者サービスや業務上の変化について話し合う時間を設けています。

介護職のみならず、看護、リハビリ、ケアマネジャー、相談員、管理栄養士など、

多職種連携の強化にも力を入れています。

介護施設では慢性的な人材不足が課題とされていますが、

「人材不足」という言葉を繰り返すだけでは状況は変わりません。

2026年2月20日に30周年の節目を迎えるにあたり、

これまでのやり方を少しずつ「変化」させる勇気を持つこと、

変化の過程に職員が主体的に関わること、そして介護現場の現状を社会に丁寧に伝えていくことを

大切にしながら、職員とともに麦久保園のサービスの質向上に取り組んでまいります。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。



麦久保園の裏山からの初日の出 1/1 7:10 頃

社会福祉法人 30周年記念パーティー ほうえい会 × 福信会

開設30周年記念パーティー開催！

社会福祉法人福信会、社会福祉法人ほうえい会は、このたび法人開設30周年という大きな節目を迎えました。これを記念し、両法人の職員をはじめ、WTBASEの役員の皆さまも一堂に会し、盛大な記念パーティーが開催されました。

振り返れば、決して平坦な道のりばかりではなく、数々の試練や紆余曲折を乗り越えて迎えた30年。しかし、今日こうして無事に記念日を迎えられたのは、日頃よりご支援くださる多くの皆さまのおかげにほかなりません。心より感謝申し上げます。

当日は、色とりどりの料理が並び、和やかな雰囲気の中で笑顔と会話が弾む、温かな時間となりました。節目を祝いながら、これからの未来を職員一同で改めて想うひととき。

支え合いの30年から、さらなる飛躍のその先へ——。



催し物には、ものまね芸人の まりもちゃん さん、セニョール玉置 さんがご来場くださいました！お二人による圧巻のステージは、昭和の名曲を中心に構成され、会場は終始にぎやかな笑いと拍手に包まれました。実は…平成生まれの広報担当である私、“元ネタが分からない”という致命的な状況に陥ってしまひまして……。一方で、昭和世代の職員の皆さん(良くない表現)は、「懐かしい！」「これ好きだった！」と大盛り上がり（失礼ながら本気で楽しそう！）。知らない曲でも会場の熱量につられて、気がつけば私も一緒になって楽しんでいました。ものまねの力ってすごいですね。笑いと懐かしさに包まれた、とても温かい夜となりました。

催しでお越しいただきました！



セニョール玉置 様



まりもちゃん 様





- 1995年3月 社会福祉法人 ほうえい会 設立。
- 1996年4月 特別養護老人ホーム 栄光の杜 を開設（定員100床）。同時にショートステイ（4床）事業を開始。
- 2000年4月 介護保険制度開始に伴い、栄光の杜 指定居宅介護支援事務所の運営を開始。また介護情報システムを導入。
- 2000年8月 近隣の3施設で 合同第三者委員会 を設立。
- 2009年10月 「高齢者福祉研究大会 アクティブ福祉 in 東京'09」にて 福祉保健局長賞 を受賞。
- 2010年3月 青梅市地域密着型サービス「グループともだ」（2ユニット 計18名）を開設。
- 2012年3月 栄光の杜の増改装・大規模修繕工事が完了し、定員が20名増えて120名となる。



社会福祉法人 福信会

- 1992年9月 「麦久保園」設立の計画が、小林福一氏の発起により始まる。
- 1995年3月23日 東京都から法人としての認可が交付される。
- 1996年2月15日 東京都より老人ホーム開設許可を取得。
- 1996年4月1日 あきる野市と老人短期入所事業の受託契約を締結。
- 1999年10月22日 東京都へ老人居宅支援事業への変更届出を提出・受理され、空床利用による短期入所定員が増加（+4床）。
- 1999年11月1日 東京都より介護老人福祉施設として介護保険事業者番号が付与される。
- 2000年3月1日 東京都から介護保険指定の短期入所生活介護事業所として指定を受ける。
- 2006年12月26日 増築工事を実施し、ショートステイの定員増（専用7床・空床7床）や居室の一部個室化を行う。
- 2017年4月1日 新定款に基づき、評議員7名による評議員会を設立。



車椅子になっても
諦めない。



高尾山って車椅子で登れるんですか？

東京都心から電車で気軽に行ける人気の観光地・高尾山。実はここ、バリアフリー設備が充実し、ケーブルカーにも車椅子のまま乗車できるなど、車椅子ユーザーにやさしい工夫が随所にちりばめられています。

高尾山の魅力のひとつが、ケーブルカーに車椅子のまま2台まで乗車できるという点。さらに、ケーブルカーを降りた先から山頂までは、階段を使わずに行けるルートが用意されています。山頂に向かう途中にはバリアフリースイレも複数設置され、安心して挑戦できる環境が整っています。

「山はバリアが多い」というイメージを良い意味で裏切ってくれる、うれしい配慮です。

とはいえ、忘れてはいけないのが「山は山」という現実。道自体が舗装されているわけではなく、階段がない＝車椅子がスムーズに進める道とは限らないのです。

- ・木の根がむき出しのボコボコ道
- ・雨上がりでぬかるむ箇所
- ・斜面が続く場所

車椅子の介助者は、「これ本当に通れるの？」「押せるの？！」と思うような場面に何度も遭遇します。必要なのは、登山のスキルでも介護のスキルでもなく、“シンプルなパワー”。自然と向き合う、まっすぐな体力勝負の瞬間が訪れます。



Challenge

車椅子で行く、高尾山。



← 高尾山薬王院 除災開運守



09:00 麦久保園 出発
10:45 ケーブルカー 高尾山駅
12:00 高尾山山頂
13:00 ケーブルカー 高尾山駅
14:00 栄茶屋 昼食
15:30 麦久保園 到着

支える側の達成感も、頂上で爆発する。

そんな大変さがあるからこそ、山頂に到着した瞬間の達成感はひとしお。満面の笑みを浮かべるご利用者の姿は、何よりのご褒美。

そして正直に言えば——達成感、ご利用者より職員のほうが強かったかもしれません。汗だくで押し上げ、声をかけ合い、励まし合いながら一緒に登った高尾山。そこには、ただの外出支援以上のドラマがありました。



山の思い出がつかないだ、もう一度の絶景。

ある日、御利用者の方が「昔はよく山に登っていた」と話してくださいました。ちょうど最近登山を始めた広報担当が、登った山の写真をお見せしながらお話しすると、川の名前や橋の場所まで鮮明に覚えておられ、懐かしい思い出をたくさん語ってくださいました。山頂の景色の写真を見られた際、「もう車椅子になっちゃったから、こんな景色はもう見られないと思うと寂しいね」とこぼされた一言が、胸に残りました。「もう一度、この景色を楽しんでいただきたい」。そう思い、各部署の皆さんに協力をお願いし、調整を重ねて企画を実現することができました。

きっかけをくださった御利用者の方に、心から感謝しています。ちなみに山頂について瞬間雨が降ってきたので、景色を見ることは叶わず…いつかまた一緒にリベンジしましょう！



12/24

クリスマス会

オードブルセット

【内容】

- ・シーフードドリア
- ・チキンのトマト煮込み
- ・コーンポタージュ
- ・ショコラケーキ



12/24にクリスマス会を開催しました。職員と利用者様で歌やレクリエーションを楽しみ、会場は笑顔と拍手に包まれました。ささやかなプレゼントに「楽しかったよ」とのお声もいただき、心温まるひとときとなりました。



ハロウィン



ハロウィンパーティーを開催しました。
職員による仮装や催し物が披露され、
会場は笑顔と笑い声に包まれました。
また、皆さんで季節の歌を合唱し、心を
ひとつにする温かな時間となりました。
手拍子や口ずさむ姿も多く見られ、
終始和やかな雰囲気でした。
ご利用者様からは「楽しかった」「また参
加したい」との声も聞かれ、
思い出に残る一日となりました。

マス焼き

マス焼きを行いました。
炭火でじっくり焼き上げた香ばしいマスが並ぶと、
皆さん自然と笑顔に。
「美味しいね!」「炭焼きで魚を食べるのは久しぶり!」と
いった声があちこちから聞かれました。
焼きたてならではの風味を楽しみながら、
会話も弾むひとときとなりました。
季節を感じる行事として、
心もお腹も満たされる時間になりました。



新人編集長

爆誕？

今回の「ひなたぼっこ」から広報を担当になりました清水です。前任の林が高い高いハードルを置き土産にしていたのですが、楽しみながら、担当していきたいと思います。今までは、機能訓練指導員として、リハビリをメインで担当していました。実は麦久保園のインスタグラムにも数多く登場していましたので、一度は見たことがあると思います。広報の仕事は初めてですが、精一杯頑張っていきたいと思います。

運動でココロもカラダも元気に！

麦久保園のリハビリでは、個別訓練・集団訓練を行っています。身体を動かすことで筋力やバランス力が保たれ、転倒や体力低下の予防につながります。みんなと一緒に運動する時間は、会話や笑顔が生まれ、気持ちの安定や認知機能の維持にも効果的です。ココロとカラダの両面から、毎日をいきいきと過ごす支えになります。



→趣味のロードレースに出場していた時の一枚。昔、実業団チームに所属していたことも...。
現在は、0歳児の子育て奮闘中です！

悲報、わい氏、

広報担当から外れます。

令和5年6月からインスタグラムを開設して以降、施設内の様子の撮影や広報誌「ひなたぼっこ」の作成、インスタグラムの更新を担当してきた広報担当の林ですが、12月いっぱいをもって広報担当から外れることとなりました(え〜)。

今回のひなたぼっこが最後の仕事となりますので、せっくなので麦久保園でどのような仕事をしていたのか、どんな人間なのか今更ですが自己紹介させていただければと思います。

生まれてから6歳までは麦久保園の最寄り駅のお隣の福生駅で過ごしており縁もゆかりもある感じだったのですが、そこからしばらくはあきる野市をサポートしていました。ご縁があり麦久保園の採用担当として従事することになりました。広報の業務はメインの業務ではないので片手間でチマチマやっておりまして、写真を撮ることは好きだったので、動画編集は初めてだったのでやりながら少しずつ

覚えていきました。うちの事務局長は人使いが荒いですね。元々自分自身でもインスタグラムを更新しており、自分の好きなものを仕事にできたのは嬉しかったです。業務上で得た技術を自分のインスタグラムにも活かせたのでよかったです。

前職では介護士・生活相談員をしていましたので、出来る範囲で相談員業務をお手伝いしつつ、幅広く業務に携わらせていただきました。事務側に回りましたが、結局介護好きなんですよ。

今年の夏から登山に目覚めまして、左写真の同僚に色々教わりながらいくつかの山に挑戦しました。今まであまり達成感を感じるような体験をしてこなかったせいか、頂上に到着した時の達成感が妙に刺さりハマってしまいました。最近では危ない山を登るために鍛錬を積み重ねています。長野県にある戸隠山の「蟻の塔渡り」というエリアがすごくお勧めです！

好きなことで誰かの夢を叶える

高尾山ハイクの企画をさせていただきました(広報誌内高尾山の記事をご参照ください)。「自身の好きなこと」をどのようにして【介護】に活かせるかいつも考えていました。演奏の趣味を活かせる音楽療法だったり、踊りの趣味を活かせる季節のイベントだったり、ご利用者の生活に彩りを添えるためのアイデアは意外と自分の身の回りに潜んでいます。今回僕にとってのソレが登山でした。登山が好きなご利用者の「もう一度山の景色を見たい」という願いを僕の趣味を活かして叶えることができてよかったです。何よりその願いを打ち明けてくださり、企画のきっかけをくださったご利用者に感謝しています。



↓送別会をしていただきました嬉しい〜



↓熊に会えました！(ﾟoﾟ) 最悪。



↓みんなで行った「高尾山」



良いお年を♪



HAYASHI





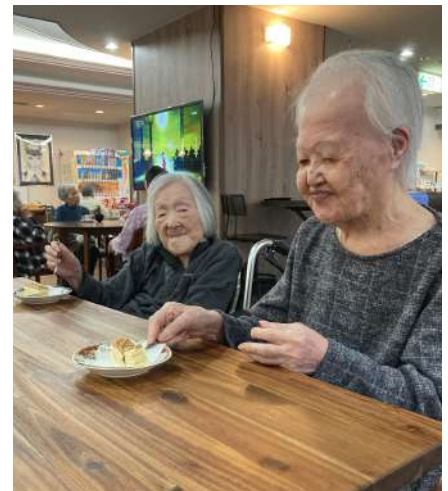
玄関 エントランス



喫茶 多目的ホール

1F 改修工事 終わりました！

このたび、1階フロアの改修工事が無事に完了いたしました。
ご利用者様、ご家族様、職員がより快適に利用できるよう、
床や照明、設備の一部を新しくしています。
明るく開放感のある空間へと生まれ変わり、
日常生活はもちろん、レクリエーションや交流の時間も、
より心地よくお楽しみいただける環境となりました。
工事期間中は、ご利用者様やご家族の皆さまにご理解とご協力をいただき、
心より感謝申し上げます。



麦久保園の 祭り

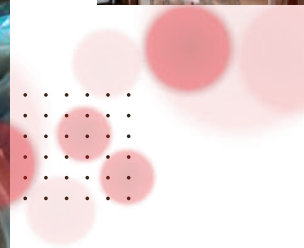
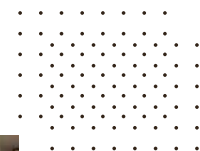


施設内で「小さな夏祭り」と「小さな秋祭り」を開催しました。
夏祭りでは、涼やかな飾り付けや音楽に包まれ、笑顔と笑い声があふれるひとときとなりました。秋祭りでは、季節を感じる装飾や催しを楽しみながら、ゆったりとした時間を過ごしていただきました。
季節の移ろいを感じ、皆さままで同じ時間を共有できることを大切にしています。これからも、心に残る行事を通して、日々の暮らしに彩りを添えてまいります。



笑いヨガ

「笑い」でココロもカラダも元気に



冷たい空気が身にしみる冬、インフルエンザなど感染症の流行もあり、人が集まることに不安を感じる声も聞かれる時期でした。そんな中、麦久保園と草花園の合同企画として、折立町内会にて「笑いヨガ」を開催しました。

当日は地域の皆さま15名以上にご参加いただき、笑いヨガの講師をお招きして、心と体をやさしくほぐす時間を共有しました。

はじめは少し恥ずかしそうにされていた参加者の皆さんも、次第に笑顔が増え、深い呼吸と笑いの動きに身を任せながら、思い思いに自分を解放。会場には自然と笑い声が広がり、寒さを忘れるほどの温かい空間となりました。

プログラム終了後には、お汁粉を提供。笑って、体を動かした後の一杯に「心もお腹も温まった」「久しぶりにたくさん笑った」といった声が聞かれ、参加者同士の会話も弾みました。

笑いヨガは、「笑うこと」を体操として行う健康プログラムです。手拍子や声を出しながら体を動かすことで、心も体もポカポカに！笑うことで血のめぐりがよくなり、筋力やスタミナの維持にもつながります。

また、みんなで笑い合うことで、気分も明るく、交流の輪も広がります。「気分がのらない日でも、笑ってみると元気が出る！」そんな体と心をつくるのが笑いヨガです。

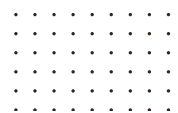


CHECK IT OUT



LyJ Laughter Yoga Japan

NPO法人ラフターヨガジャパン



お知らせ



メルタスfamilyとは？
施設とご家族の情報共有を
円滑に行うためのアプリです。
今後は、メッセージ機能や
請求書や領収書等の送付がより
円滑になります。
同封されている設定方法をご確認の
上、登録をお願いいたします。

広報誌郵送終了のお知らせ

郵送料の値上げに伴い、今回発行分を最
後に、ご家族様・代理人様への広報誌冊
子のご郵送を終了させていただきます。
今後の広報誌については、来園時にお持
ち帰りいただくか、ホームページでご覧
いただけます。

何卒ご理解を賜りますよう

お願い申し上げます。

玄関ホール脇の本棚に置いてあります→





特別養護老人ホーム 麦久保園

@fukushinkai_tokyo

Instagram絶賛更新中！

麦久保園の日々の様子を発信していきます。

※ご入所時に個人情報取り扱いに同意をいただいた方のみの掲載です。



〒197-0802
東京都あきる野市草花2219
<https://www.mugikubo.jp/>

042-550-2201(代 表)
042-550-0806(相談員)
042-550-2273(採 用)