



発行 株式会社はっぴーライフ

【住所】武蔵野市吉祥寺東町1-17-18三角ビルB1

【電話】0422-28-5051 【FAX】0422-28-5052

株式会社はっぴーライフ  
本社サポート部

<http://hl-tokyo.com>



## 当麻ヘルパー 引退試合



12/6 横浜・大さん橋ホールにて開催された【The Battle of Muaythai 10～The 10th anniversary tournament】で引退試合を行いました。結果は、惜しくも判定負けとなってしまいました。皆様からの沢山の応援メッセージ、ありがとうございました！  
今後はキックボクサー闘魔→介護ヘルパー当麻として宜しくお願い致します！

## 11月のイベントご案内

### 羽根つき&カルタ大会

●新年も懐かしい遊びで楽しく迎えましょう!!

吉祥寺事業所／1月4日(月) 小金井事業所／1月7日(木)



### 温かスーぷづくり

●寒い季節にピッタリ温まるスープ作りを行います!!

吉祥寺事業所／1月21日(木) 小金井事業所／1月14日(木)

☆その他、お汁粉づくりや、風・コマ作りも行います!!お楽しみに☆

## 今日の カトちゃんPE

いつも大変お世話になっております!はっぴーライフの加藤です!今回は、新しく加わりました【笑いヨガ】について、ご紹介致します。【笑いヨガ】とは、笑いヨガの呼吸法を組み合わせ合わせたエクササイズです。笑うことで多くの酸素を自然に体に取り入れることで、心身にすっきりし元気になることができます。誰でもすぐにでき、冗談、ユーモア、コメディに頼らない「ただ笑うだけ」の画期的なエクササイズです。



イエーイ!

## 利用者様の声

1様より

『私の誕生日〜本当にビックリしたわ!  
ありがとう!』と誕生日会大変喜んで  
頂きました!

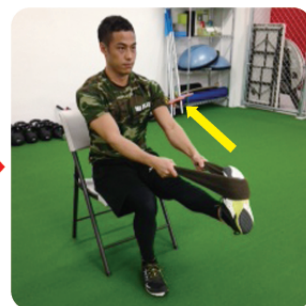


## 今月の健康体操

柔軟性の向上、血行促進のための運動をご紹介します!!



1 イスに座り、足の指先の下あたりにタオルを引っ掛けて、両手に持ちます。



2 胸をはり、息を吐きながらゆっくり自分の方に引き寄せます。(左右行います)

ご自宅でも、簡単に行えるメニューとなっております!是非お試しください!!



### 小濱道博

小濱介護経営事務所 代表  
NKK一般社団法人日本介護経営研究協会 専務理事  
C-SR一般社団法人介護経営研究会 専務理事  
一般社団法人介護事業振興会 理事  
C-MAS介護事業経営研究会 顧問 ほか

## 小濱道博先生コラム

12月4日に公表された厚労省資料で、順調に急成長していた小規模デイサービスが事業所数において10月分が9月分を下回って減少に転じたことは、業界に大きな衝撃をもたらしました。今年の4月以降は、訪問介護、居宅介護支援事業所なども大きく事業所数の伸び率を落とし込んでいます。また、今年1月から11月の介護事業の倒産件数も66件となり、そのうち52件が訪問介護と通所介護が占めている現実があります。これは事業所数の急増によって事業所間の競争が激化したことと職員数が拡大に追いつかない事に起因します。その状況で4月の介護報酬のマイナス改定が行われ、介護事業への開業意欲や継続意欲が減少したことが重なった結果と言えます。しかし、悲観することはありません。高齢者人口は確実に急拡大していて介護市場は右肩上がり成長を続けています。この中で、事業所数が減少傾向にあることは、既存の事業者にとっては、新規利用者の獲得や職員の雇用において大きなチャンスが到来しています。この機会に、サービスの質や労働条件を拡充して、自費サービスを含めた規模の拡大を実現すべき時です。職員の資格取得も奨励しましょう。それが次に繋がります。



# 活動レポート

## ◀運動会

はっぴ～運動会の開催です！盛り上がって行いました！特にパン食い競争は、笑顔多く溢れました♡

## 井の頭公園▶

皆様と井の頭動物園にお出かけしてきました！日本最年長の象のはな子さんのパワフルさに、ビックリです！『30年ぶりに来たよ』『楽しかったわ～』など沢山のお言葉頂きました！！



## AYAKOの独り言

2015年、たくさんの出会いがありました。一つ一つの出来事を大切にすることで、たくさん得られること、経験出来ることがあると思います。改めて一期一会を大切に、2016年も過ごしていきたいと思います！！



## 今月の黒ちゃん

2015年は、お花見ドライブ、そば作りなど色々な思い出ができました。『楽しい時間はあっという間に経つよ』と話して下さっていましたが、本当にその様に思う1年間でした。2016年も皆様と楽しい1年にしたいです！！



吉祥寺事業所も、新小金井事業所も入浴は温泉を使用しています！

## 吉祥寺事業所

☎ 0422-28-5061 FAX 0422-28-5062

おやつ作りでは、今が旬の栗を使ったモンブランを作りました！ほっこり甘～い味に、皆様の笑顔がこぼれました！



人気のはっぴ～ミュージックでは、クリスマスに向けて猛練習です！楽器を使い賑やかに行っています♪

| 曜日 | メインプログラム           | お勧めPoint          | 平均介護度 | 空き状況 |
|----|--------------------|-------------------|-------|------|
| 月  | 笑いヨガ、書道、お灸、ゲーム     | 書道では、写経なども行っています！ | 要介護2  | 1名   |
| 火  | 赤とんぼ(手芸)、麻雀        | 人気の麻雀、皆様白熱しています！  | 要介護1  | 2名   |
| 水  | クラフト               | 季節感のある手芸です！       | 要介護1  | 3名   |
| 木  | 笑いヨガ、はっぴ～ミュージック、麻雀 | 皆様笑いで、元気注入です！     | 要介護1  | 3名   |
| 金  | 笑いヨガ、シアターカラオケ      | リクエストも随時受け付けています！ | 要介護2  | 2名   |
| 土  | 音楽療法               | 皆様の元気な歌声が聞こえます♪   | 要介護2  | 1名   |

## 新小金井事業所

☎ 042-386-6881 FAX 042-386-6882

| 曜日 | メインプログラム         | お勧めPoint                | 平均介護度 | 空き状況 |
|----|------------------|-------------------------|-------|------|
| 月  | 書道、クラフト          | 書道が久しぶりの方も楽しんで行っています！   | 要介護1  | 2名   |
| 火  | 書道教室             | 行書体、楷書体ともに挑戦しています！！     | 要介護1  | 応相談  |
| 水  | クラフト、はっぴ～ミュージック  | 元気で賑やかな歌声が響いています♪       | 要介護1  | 1名   |
| 木  | クラフト、カラオケ、おやつづくり | リクエストに応じながら、作品を作っています！！ | 要介護2  | 2名   |
| 金  | クラフト、はっぴ～ミュージック  | 協力し合って、チームワークよく作品づくりです☆ | 要介護1  | 2名   |
| 土  | 音楽療法、脳トレ         | 様々な歌に挑戦しています！           | 要介護1  | 応相談  |



来年の干支、猿の置物作りを行いました！とっても可愛らしく出来ています。来年も素敵な1年になる予感です☆

看護師による機能体操は、毎日行っています！お一人お一人に合わせて、体力づくりに励んでいます！！



見学、お問合せは各事業所までお問合せ下さい。

吉祥寺事業所 ☎0422-28-5061 新小金井事業所 ☎042-386-6881