

いぶきだより



令和7年
9月号

総合在宅支援センター いぶき
東京都府中市日新町 5-53-1
TEL:042-369-8900



8/8(水)ボランティアさんによる
ケーナ演奏がありました
様々な楽器で演奏して下さい
皆でいろいろな歌を歌いました！

【サンポーニャ】
南米アンデス地方の
葦を束ねて作られた
伝統的な管楽器です



8/23(土)のイベント食は
夏祭り御膳BBQでした！
焼きたてのお肉でお腹いっぱい
になりました



9月の行事予定: 8(月)いぶきお楽しみ会・12(金):フラワーアレンジメント
・16(火):イベント食・16(火)22(月):料理クラブ・17(水)ケーナ演奏
※いぶきだよりは ご利用者の方々に折っていただいています

いぶきだより



令和7年
8月号

総合在宅支援センター いぶき
東京都府中市日新町 5-53-1
TEL:042-369-8900

7/14(月)の料理クラブは

卵サンド！

卵を割り

パンに切れ目を入れ

卵焼き頑張って巻きました！！

7/15(火)の料理クラブは

レアチーズケーキ

生クリームを泡立て

きれいに飾りつけ

どちらも美味しくいただきました！

8月の行事予定：・8/8(金)：ケーナ演奏・11(月)12(火)：料理クラブ
・23(土)：イベント食

※「いぶきだより」は ご利用者の方々に折っていただいています

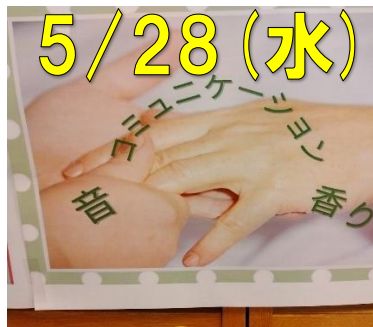
いぶきだより



令和7年
7月号

総合在宅支援センター いぶき
東京都府中市日新町 5-53-1
TEL:042-369-8900

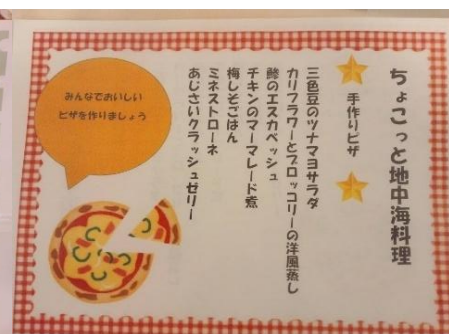
5/28(水) ハンドマッサージが開催されました



音楽に合わせて歌い心地よい香りの中
お互いマッサージで身も心も満たされました



6/10(火)の料理クラブは抹茶マフィンでした



6/25(水) 午前: イベント食・手作りピザ

午後: ハンドマッサージ



お互いマッサージしながら
歌唱を楽しみました

7月の行事予定: ・7/10(水): ケーナ演奏、14(月): 料理クラブ
・28(月): フラワーアレンジメント

※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています

いぶきだより

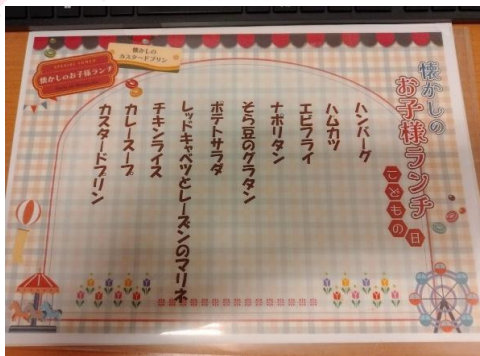
令和7年
6月号

総合在宅支援センター いぶき
東京都府中市日新町 5-53-1
TEL:042-369-8900

5月GW明け ツツジが
綺麗に咲きました！



5/13 (火) イベント食 "懐かしのお子様ランチ"



5/12 (月) 料理クラブでハンバーガーを作りました！



5/13・20(火)に外出ツアーで野津田公園へバラを見に行きました



日々のいぶきの
活動が見れる
Instagramは
こちらから →



過去のいぶきだよりが
載っているホームページは
こちらから →



6月の行事予定: ・6/10 (火):料理クラブ ・11(水):ケーナ演奏
・23 (月):料理クラブ ・25 (水):イベント食 (ピザ) & アロマ

※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています

いぶきだより



令和7年
5月号

総合在宅支援センター いぶき
東京都府中市日新町 5-53-1
TEL:042-369-8900

いぶきでお花見！

4/7(月)から、いぶきの桜も満開になりテラスに出て花見を楽しまれる方で賑わいました！おやつに抹茶を用意してお茶会も行われました！綺麗な桜に職員も喜んでいきます！



月に一度のフラワーアレンジメント



【2月】

- ・ユキヤナギ
- ・水仙(黄色)
- ・スナップドラゴン(金魚草)
- ・スターチス

【3月】

- ・スイートピー
- ・チューリップ
- ・カーネーション
- ・タマシダ

【4月】

- ・カーネーション(2種)
- ・リアトリス
- ・ゴッドセフィアーナ

4月の外出ツアー

4/16(水)に府中市内でいちご摘み取り体験に行ってきました！いちごの大きさを競いながら美味しくいただきました



日々のいぶきの活動が見れる
Instagramは
こちらから →



過去のいぶきだよりが
載っているホームページは
こちらから →



5月の行事予定:5/12(月):料理クラブ・13(火):イベント食・外出ツアー・16(金):ケーナ演奏
・17(土):フラワーアレンジメント・20(火):外出ツアー・27(火):料理クラブ・28(水)ハンドマッサージ
※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています

いぶきだより

令和7年
4月号

総合在宅支援センター いぶき
東京都府中市日新町 5-53-1
TEL:042-369-8900

イベント食 "ひな祭り御膳" が催されました

3/3(月)ひな祭りの日の
イベント食は"ひな祭り御膳"
彩り鮮やかな献立で量も多く
皆さまお腹いっぱい大変満足
との声を頂きました！



河津桜が満開です！

3月中旬いぶきの向かいにある
歩道の河津桜が満開になりました
歩行訓練しながら見に行かれた
ご利用者もいました
4月には いぶきテラスの桜も
満開になります



↑ 去年の桜

外食ツアーに行ってきました

3/17(月)に総勢29名で
和食レストランに行ってきました
お寿司・天ぷら・そば等
いろんなメニューを堪能され
大満足のツアーでした！



ケーナ演奏が再開しました

3/19(水)に5年ぶりに
ケーナ演奏が再開されました
素敵な音色に合わせ皆が
一緒に歌いとても楽しい
時間を過ごしました

* ケーナ：南米発祥の縦笛



4月の行事予定: 4/12(土): イベント食 ・15(火): 料理クラブ ・16(水): 外出ツアー
・17(木): ケーナ演奏 ・23(水): フラワーアレンジメント

※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています

いぶきだより



令和7年
3月号

総合在宅支援センター いぶき
東京都府中市日新町 5-53-1
TEL:042-369-8900

チョコレート型パズル購入しました



12ピースをケースにピッタリ戻せますか？
解答は2339通いあります
まだ成功した ご利用者様は殆どいません
ぜひ挑戦してみてください



注)美味しそうですが食べられません！

いぶきの職員の名前と顔は一致しますか？

いぶきの全職員(リハ・介護・運転手
・クリニック・厨房)の顔写真と名前が
記載された”一覧表”が入り口近くに
掲示されています
手すりもあるので自主リハしながら
確認してみてください

ここです！



1/27と2/24に”料理クラブ”が開催されました

1/27:田舎まんじゅう

2/24:フォンダンショコラタルト

皆さんの頑張りで美味しく出来上がりました！



日々のいぶきの
活動が見れる
Instagramは
こちらから →



過去のいぶきだよりが
載っているホームページは
こちらから →



3~4月の行事予定:3/17(月):外出ツアー・19(水):キーボード演奏・24(月)料理クラブ
・31(月):フラワーアレンジメント・4/5(土):イベント食

※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています

いぶきだより



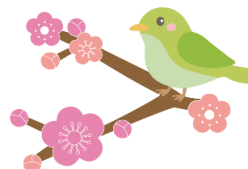
令和7年
2月号

総合在宅支援センター いぶき
東京都府中市日新町 5-53-1
TEL:042-369-8900

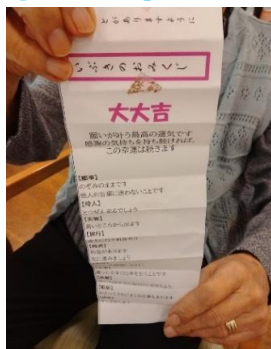
1/6(月)~8(水)お茶会が開催されました



職員が抹茶を点てました
ウグイスの練り切りと一緒に
新年最初のイベントを
楽しみました



おみくじ引いてもらいました



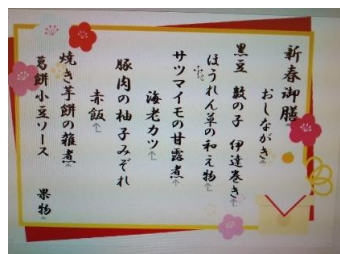
なんと！職員手作りの
“いぶきのおみくじ”
運試しで引いていただき
ご利用者様からは
とても好評でした
左の写真のご利用者様は、
“大大吉”!! とても喜ばれていました



1/15(水)のイベント食は“新春御膳”でした



いぶきで“おせち料理”が食べられて
お正月気分を堪能できましたと
喜びの声を聞かせていただきました



日々のいぶきの
活動が見られる
Instagramは
こちらから →



過去のいぶきだよりが
載っているホームページは
こちらから →



2~3月の行事予定: 2/21(金): フラワーアレンジメント・24(月): 料理クラブ・3/3(月) イベント食
※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています

いぶきだより



令和7年
1月号

総合在宅支援センター いぶき
東京都府中市日新町 5-53-1
TEL:042-369-8900

新年あけましておめでとうございます 今年もよろしくお願いします

12/12(木) フラワーアレンジメントが開催されました



12月の花は ・アナスタシア

・赤小菊

・千両

・松



1月のフラワーアレンジメントは

1/21(火)です

ご参加お待ちしております

12/25(水) クリスマス会 大いに盛り上がりしました



サンタ・トナカイと一緒に体操

職員のトーンチャイムによる演奏

おやつのパンケーキは、好きな具材をトッピング！



12/28(土) 紅白歌合戦 皆さん熱唱されていました

ご利用者・スタッフ 紅・白に分かれて競いました

とっておきの一曲を歌って下さいました

大熱戦の末、白組の勝利でした！



1月の行事予定: 1/20(月): 料理クラブ・1/21(火): フラワーアレンジメント

※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています

いぶきだより

令和6年
12月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

ハンドマッサージのボランティアさんが来てくれました！



アロマの良い香りに包まれながら、オレンジのオイルでお互いにマッサージをしました。くんと香りを嗅ぎながら、にこにご笑顔があふれていました。ボランティアの方がピアノを弾いてくださり、みんなで「りんごの唄」や「ふるさと」などを歌いました。



年末年始の営業のお知らせ



いぶきは12月31日(火)～1月3日(金)はお休みとなります。
振替利用を承ります。人数に限りがございますので、ご希望の方は
お早めに職員までお知らせください。

※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています。



いぶきだより

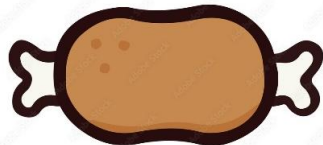
令和6年
11月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

外出ツアーが復活します！

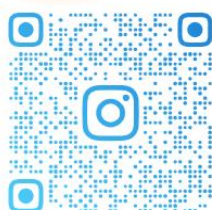


コロナ禍で中止していた、外食を伴う外出ツアーを再開することになりました。
11月は27日(水)に実施します。水曜日ご利用の方にお知らせを配布しています。
来年もいろいろな企画を実施予定ですので、ぜひご参加ください。
行ってみたい場所、食べたいものなどありましたら職員まで教えてください。



クリスマス会のお知らせ

12月25日(水)はイベント食とクリスマス会を実施します。
水曜日はご利用日ではない方でも、臨時利用することができます。いつもは午前半日で帰るという方でも、時間延長することもできます。参加ご希望の方、詳しく知りたい方は職員までお声かけください。



IBUKI.DAYCARE

Instagramはじめました！
←こちらのQRコードを読み込んでください。

※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています。

いぶきだより

令和6年
10月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

第2府中保育園の子どもたちが敬老のお祝いに来てくれました！



子どもたちと一緒に歌を歌ったり、ゲームをして楽しい時間を過ごしました。
感極まって涙を流すご利用者もいらっしゃいました。
いぶきのエントランスは「となりのトトロ仕様」でお出迎えしました。



Instagramはじめました！
←こちらのQRコードを読み込んでください。



※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています。

いぶきだより

令和6年
9月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

スポーツゲーム「卓球バレー」で盛り上がりました！



2チームに分かれて球を打ち合い、相手コートに落ちれば得点が入ります。ラケットの代わりに、クリアファイルを使用しています。バレーのように、味方同士で3回までパスをまわすこともできます。攻撃をする方、鉄壁の守りに徹する方、チーム内でも役割が自然とできていて、とても盛り上がりました。

料理クラブではいぶき自慢のレシピ「ラグビーカレーパン」を作りました！



Instagram始めました！日々の様子を投稿しています

※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています。

いぶきだより

令和6年
8月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

近くの遊歩道に咲いている紫陽花を見に行きました！



いぶきから徒歩1分以内にある遊歩道は紫陽花や河津桜が咲いていて、お散歩スポットになっています。紫陽花は土の酸度や肥料によって色が赤系や青系に変わるそうです。

いぶきには全自動麻雀卓があります！



麻雀は頭と指先を使うので、楽しみながらリハビリが出来るゲームのひとつです。若いころからバリバリやっていた方から、ルールがあまり分からない方までみんなで楽しく麻雀を打っています。「やってみたいんだけどやり方が分からない」という方ぜひ職員までお声掛けください。

※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています。

いぶきだより

令和6年
7月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

大人気のフラワーアレンジメントの様子です☆



料理クラブで「モンブランティラミス」を作りました！



※いぶきだよりはご利用者の方々に折っていただいています。

いぶきだより

令和6年
6月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

いぶきでは午前と午後に全体体操を実施しています！



映像や音楽を使ったり、職員がそれぞれオリジナルの体操をおこなっています。
身体を使う体操の他に、お食事前の口腔体操や、転倒予防体操、認知症予防体操などもおこなっています。

いぶきのフロアには色々な物が飾られています！



テラス側の窓には
たくさんの紫陽花が
飾られています。
葉っぱの傘を
さしたカエルもいま
す。



いぶきだより

令和6年
5月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900 FAX:042-369-8917

みんな大好きいぶき料理クラブです！



**桜あんねじりパイをみんなで作りました。
パイを切ってねじる工程が一番難しかったです。
焼きたてサクサクのパイをおやつの時間に食べました。**

今年もテラスの桜が咲きました！



**テラスでお花見やお茶会、レクリエーションを
をして、桜を楽しみました。**

いぶきだより

令和6年
4月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

近くの河津桜を見に行ってきました！



**お天気の良い日に、散歩を兼ねてお花見に行きました。
青空の下、河津桜のピンク色がとてもきれいでした。**



いぶきだより

令和6年
3月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

豆まきをしました！



鬼..?
いいえ、いぶきの
相談員です。
なにかお困りの事
がありましたら
ご相談ください。

2月3日は節分、みなさまは豆まきをしましたか？

いぶきではお昼にイベント食「豆まき御膳」を食べました。午後からはテラスに出て

鬼のお面をつけた職員に豆をぶつけて鬼退治。

「鬼は～そと！福は～うち！！」

みなさまの元にも福が届きますように★★★

いぶきだより

令和6年
2月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

ふくわらいをしました！

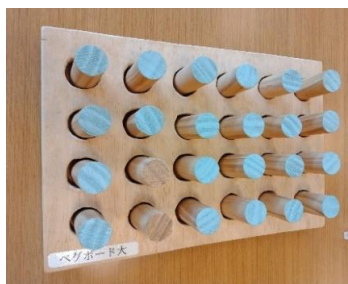


ふくわらい



いぶきでは15時30分～16時までの時間は「いこいの時間」と呼んでいます。帰りの送迎車が出発するまでの間、みんなで集まってトランプやしりとりなどのゲームをして過ごします。（その間にリハビリや自主トレをする方もいます）先日はふくわらいをしました。職員手作りのふくわらいです。お正月と言えば・・・たこあげ、羽子板、かるたといやコマ回し、そしてふくわらい！「懐かしい～」とみなさま笑顔、完成した顔を見てまた笑顔でした。

ペグボードをご存じですか？



指先と脳を使うリハビリの一環としていぶきに複数置いてあります。こちら職員手作りで、基本的には、ひっくり返すことで指先をつかいます。太さによって難しさが異なります。お箸を持つ・ボタンの付け外しなど、日常生活動作の練習になります。その他に脳トレを兼ねたゲームをすることもできます。興味がある方は職員までお気軽にお声掛けください。

いぶきだより

令和6年
1月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

クリスマス会を行いました！



リハビリ課による「箱の中身はなんだろう？」と、介護課による「演奏会」を楽しんでいただき
その後はおやつのケーキ「フッシュド/エル」のデコレーションをみんなで行いました。
いちごのサンタさんを添えて、自分たちで作ったケーキをおやつの時間に食べました。



2024年 年間行事予定

1月・・・新春お茶会

3月・・・お彼岸ぼたもち

4月・・・お花見お茶会

8月・・・かき氷まつい

9月・・・敬老会・お彼岸おはぎ

11月・・・焼き芋大会

12月・・・ゆず茶ゆず湯週間・クリスマス会



いぶきだより

令和5年
12月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

いぶきにはリハビリや自主トレーニングで使用する器具が揃っています！



筋力を鍛えるためのマシンや自転車、段差を歩く練習の為の階段や平行棒などがあります。個別リハビリ以外の時間でも、多くの方が自主トレーニングとして使用しています。

いぶきでは避難訓練を実施しています！



「調理場で火災が起きた」という想定のもと、ご利用者様全員に防災頭巾をかぶっていただき玄関外まで避難しました。皆様スムーズに行動して、短い時間で避難が完了しました。もしもの事態に備えておくことの大切さを実感しています。ご協力いただきました皆様、ありがとうございました。

いぶきだより

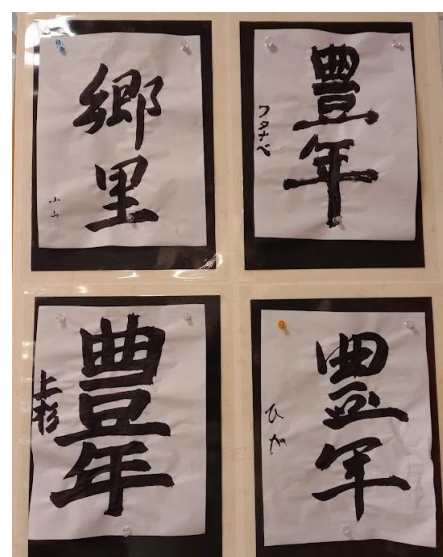
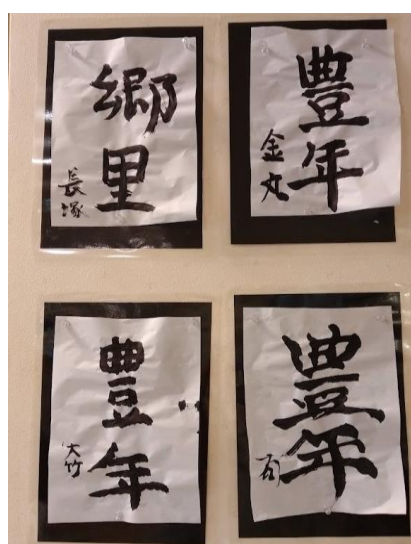
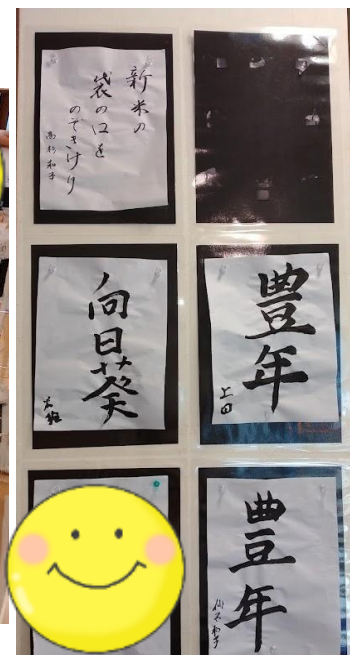
令和5年
11月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

レクリエーションの時間に、書道を実施しています！



書道は火曜日と水曜日の午後に実施しています。以前はボランティアの書道の先生に来ていただいていたましたが、今はお手本を見ながら皆さまスラスラと書かれています。

筆や半紙、墨などは全て用意しておりますので、必要な物は特にありません。どなたでも参加できますので、興味がある方はぜひ職員までお声掛けください。



いぶきだより

令和5年
10月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

以前来られた津軽三味線サークルの方々がまた来てくださいました！



令和5年3月21日(火)に一度来てくださり、大好評だった津軽三味線演奏会を9月23日(土)に再度開催しました。普段なかなか聴く機会がない津軽三味線の音色に、ご利用者も職員も思わず聴き入ってしまいました。音楽は良いですね。みなさまは楽器を演奏していたことはありますか？

いぶきではフラワーアレンジメントを実施しています！



毎月1回、ボランティアでお花の先生が来てくださいます。ご自分でお花を活けてお持ち帰りいただけます。みなさまのご参加をお待ちしています。



四谷郵便局・分梅郵便局・国立郵便局にいぶきのチラシをおかせていただいています。お知り合いの方など、いぶきに关心をお持ちの方がいらっしゃいましたら、ぜひ職員までお知らせください。

いぶきだより

令和5年
9月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

いぶきのテラス側の窓にはいつもきれいなお花が咲いています。



桜や梅、紫陽花など、季節ごとにお花はかわります。

今はひまわりがたくさん咲いています。

紙を切ったりちぎったり、折ったり貼ったり職員と一緒にみんなで作っています。

指先をつかうので、楽しくリハビリができます。

ボランティアさんが来て二胡の演奏会をおこないました！



「夏の思い出」や「カントリーロード」など、多くの方が知っている曲を中心に10曲を演奏してくださいました。ラストは「知床旅情」と「ふるさと」をみんなで一緒に歌いました。

アンコールにも快く応えてくださり、とても楽しいひとときでした。

9月には以前来ていただき好評だった津軽三味線のボランティアさんが来てくださる予定です。

どうぞお楽しみに！

いぶきだより

令和5年
8月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

今月の料理クラブは豆腐入りサーターアンダギーを作りました！



外はサクサク
中はふわふわ
とってもおいしく
できました！



< 材料(15個分) >

- ・木綿豆腐 150g
- ・砂糖 70g
- ・ホットケーキミックス 240g
- ・揚げ油 適量

< 作り方 >

- ①豆腐と砂糖を泡だて器でこまかくなるまで混ぜる
- ②ホットケーキミックスを入れ、ヘラで粉っぽさがなくなるまでさっくり混ぜる
- ③150℃の揚げ油を準備する
- ④手に油をなじませて丸めて、きつね色になるまで揚げる

< ポイント >

- ※揚げる時は何度も返さない事。自動で回転してくれることもあります
- ※揚げたら、キッチンペーパーで包むと油を吸い取ってくれます



作り方を知りたい！
という声にお応えして
レシピを公表します！

いぶきだより

令和5年
7月号

東京都府中市日新町5-53-1

TEL:042-369-8900

FAX:042-369-8917

『紫陽花を見ながら新茶を飲む会』を実施しました！



新茶の良い香りに包まれながら、紫陽花観賞を行いました。
いつもはお茶をあまり飲まない方からも「おかわり〜！」の
声が多くきかれました。
いぶきのテラスでは桜、薔薇、紫陽花、もみじなど
四季折々の花々が楽しめます。



料理クラブでしゅうまいを作りました！



できたてアツアツ！ペロリ完食です！