宮沢の太陽のご案内

住み慣れた地域、自宅で生活したいというそれぞれの方の思いをかなえていただけるように、３つのこだわりをもって、笑顔あふれるサービスを提供します

トレーニングマシン

シャワーキャリー付きリフト浴

①安心安全へのこだわり

看護師常駐、お風呂、厨房調理、土日祝営業などにより、安全な環境のなかで安心して毎日をお過ごしいただけます

②機能訓練へのこだわり

専門職と協同して、個別に身体機能向上へのアドバイスをいたします。専門的なプログラムにより、生活機能の維持向上を目指します

③社会参加へのこだわり

手芸、工芸、パン作り、お花見会やお散歩に自由に参加し、文化活動を楽しむことができます

管理者　清水 裕子

みなさまの笑顔に励まされながら、笑顔を絶やさぬように楽しくハッピーな毎日をお過ごしいただけるよう頑張ります！

デイサービス
宮沢の太陽
TEL ０４２-５１３-７３４９

安心安全へのこだわり

デイサービスには看護師が常駐しています。さらに訪問看護も併設なので医療ニーズへしっかりと対応でき、安心してお過ごしいただけます

何か変わったことがないかを看護師が毎日確認いたします。緊急時には救急搬送等を迅速に対応できる体制を整えています。床擦れの手当てなどの医療処置も主治医の指示により対応可能です。ぜひご相談ください

※主治医の指示による医療処置の開始にあたっては、主治医との連携や指示書の発行が必要です。主治医からご利用者様に文章料等が発生する場合もございますので、あらかじめご了承ください。ご不明な点はなんなりとご相談くださいませ

日本光電のAED常設

消防隊員のもと消防訓練

お風呂は家庭的な浴槽とシャワーキャリー付きリフト浴をプライバシーに配慮して、どちらも個室でご利用いただけます。身も心もさっぱりと、清潔ですっきりした毎日を過ごしましょう

要支援の方の入浴もおまかせください

レスパイトケアの観点から土日祝も営業しております！

業務用プラズマクラスター

昼　食　の　ご　案　内

厨房を併設しているので、できたての温かい料理がバイキング形式でお楽しみいただけます
栄養にも配慮しておりますので、お好みの料理をお好きなだけお召し上がりいただけます

宮沢の太陽 1月献立表

日	月	火	水	木	金	土
			1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
			宮沢の太陽 休　業　日			
1月5日	**1月6日**	**1月7日**	**1月8日**	**1月9日**	**1月10日**	**1月11日**
チキンのバーベキュー風 車ふの煮物 アスパラのハムサラダ みそ汁 ごはん	ゆかりご飯 玉子寄せ ほうれん草と鶏肉のソテー インゲンのピーナッツ和え みそ汁	年明けうどん イカ野菜カツ きゅうりのねぎみそ和え フルーツ（洋なし缶） ミニおにぎり	黄金カレイの生姜煮 キャベツのオイスター炒め 大根のゆず和え みそ汁 ごはん	カツ煮 ほうれん草のしらす和え つけもの トロピカルフルーツ みそ汁・ごはん	豚肉のおかか焼き 焼き春巻 キャベツのマヨ和え みそ汁 みそ汁・ごはん	和風煮込みハンバーグ 白菜と昆布の煮物 ポテトサラダ すまし汁 ごはん
1月12日	**1月13日**	**1月14日**	**1月15日**	**1月16日**	**1月17日**	**1月18日**
天ぷら盛り合わせ **信田煮** **お浸し** **豚汁** ごはん	お赤飯 シルバーの山椒焼き チンゲン菜の煮浸し 冷奴又は温奴 かき玉汁 成人の日	ホキの煮付け 小松菜のベーコンソテー さつま芋サラダ すまし汁 ごはん	いなり寿司 豆腐ハンバーグ 豚肉とじゃが芋のバターじょうゆゆめ 白菜の小海老和え みそ汁	味噌ラーメン 焼ギョーザ ほうれん草のピーナッツ和え フルーツ（黄桃缶） ミニチャーハン	鶏肉のしょうが蒸し 大根の中華炒め 小松菜のお浸し すまし汁 ごはん	目玉焼きのせチキンライス ハッシュドポテト ブロッコリーのツナマヨ和え フルーツ（キウイフルーツ） オニオンスープ
1月19日	**1月20日**	**1月21日**	**1月22日**	**1月23日**	**1月24日**	**1月25日**
ポークカレー コロッケ 福神漬 アスパラサラダ フルーツ（洋なし缶）	豚肉のオイスター炒め 山芋の磯辺揚げ カリフラワーサラダ すまし汁 ごはん	鶏肉とかぶの豆乳みそ煮 いなり餃子 菜の花のわさびマヨ和え すまし汁 ごはん	ちくわの玉子とじ煮 白菜のソテー つけもの 杏仁フルーツ みそ汁・ごはん	もち麦ご飯 肉じゃがコロッケ 水餃子のスープ煮 インゲンのしらす和え すまし汁	豚肉つけそうめん 里芋の煮物 小松菜のなめ茸和え フルーツ（バナナ） ミニおにぎり	豚肉と筍のピリ辛炒め さつま芋のバター醤油煮 塩昆布豆腐 すまし汁 ごはん
1月26日	**1月27日**	**1月28日**	**1月29日**	**1月30日**	**1月31日**	
そぼろチャーハン チヂミ ブロッコリーとパプリカのサラダ 春雨スープ フルーツ	菜めし おでん ミニメンチカツ トマトときゅうりのサラダ フルーツ（白桃缶）	イナダのバターコンソメ蒸し 卯の花 花野菜サラダ みそ汁 ごはん	福岡名物！かしわ飯 ミニうどん ごぼ天 小松菜のたらこ和え いちごゼリー	サーモンフライ 切干大根煮 白菜のハム和え オニオンスープ ごはん	キーマ風カレー 福神漬 チキンナゲット ほうれん草のベーコンサラダ フルーツ（パイン缶）	

いつまでもどこまでもお元気で！
お昼のデザートには、整腸作用、美肌、安眠などいろいろと身体に良い乳酸飲料をお出しさせていただきます♡

きざみ食など対応可能です！

温かいうちにお召し上がりください

健康のため乳酸飲料がつきます

リハビリ機器のご案内

トレーニングマシン各種４台と平行棒を設置しています。曜日により専門職のアドバイスを受けることができます！

ダイエットにも効果的です

レッグプレス

太ももとお尻の筋肉を鍛えます

下半身にはたくさんの筋肉があるので、基礎代謝量が向上します

上半身をシェイプアップします

チェストプレス

大胸筋(だいきょうきん)、三角筋、上腕三頭筋を鍛えます

無理なく背中を伸ばしながら、上半身をシェイプアップします

歩くときのふらつきを改善します

ヒップアブダクション

両足を開いたり閉じたりして、足の外側を鍛えます

歩行や直立時のふらつきを減らします

歩幅を広げ、歩行が安定します

レッグエクステンション

太ももの筋肉を鍛えます

歩幅を広げ、階段の上り下りがスムーズになります

社会参加へのこだわり

他の方と様々な活動を通して、笑いのある時間を過ごすことができます。もちろん、お体を休めたりご自身の趣味などご自由にお過ごしいただいても大丈夫です

ベーカリーFLARE
こんがり美味しくパン作り

フラワーアレンジメント♡
季節のお花を活けて、ご自宅へ!!

脳トレ
いろいろな教材で頭脳を刺激します

太陽新聞のご案内

太陽新聞は「宮沢の太陽」のホットな出来事をみなさまへ分かりやすくお知らせする月刊新聞です。（ホームページにも掲載しています）

お　過　ご　し　方

９：００～	到着(ご自宅までお迎えに伺います) お茶　健康チェック　入浴・個別活動が始まります
１０：３０	宮沢会　お知らせや宮沢体操などの運動
１１：３０	誤嚥予防の口腔体操
１２：００	お昼ごはん
１３：００	ハッピー体操 個別・日中活動(パン作り 工作 脳トレ等)
１５：００	ティータイム
１５：２０	レクリエーションとカラオケ体操により親睦を深める
１６：３０～	出発(ご自宅までお送りいたします)

※ご自身のペースでゆっくりとお過ごしいただくことも可能です

みなさまに楽しいひと時をお過ごしいただきたいと願っています。楽しく快適な宮沢の太陽をスタッフ・ご利用者様のみんなで作っていきましょう(^^)

スタッフのご紹介

宮沢の太陽のスタッフです♪
おもてなしの心で笑顔あふれるサービスをご提供いたします

社会福祉士・精神保健福祉士
介護支援専門員試験合格
認知症ライフパートナー
管理者 清水 裕子

自慢のスタッフとともに
張り切ってまいります！

いつも笑顔で
頑張ります！

介護福祉士
管理者補佐福田 けい子

宮沢の太陽で楽しく1日を過ごしましょう！！

介護福祉士
アセッサー
生活相談員 岸野 賢一

明るく元気に楽しくをモットーに頑張ります！

介護福祉士アセッサー
段位制度レベル２②
生活相談員 高橋 恵

みなさんにとって笑いある楽しい場所でありますように･･･張り切ります！

介護福祉士
認知症ライフパートナー
段位制度レベル２②
生活相談員 松本 保美

楽しい一日を皆さまと笑顔で過ごしましょう

初任者研修取得
平賀 昌子

小さいけど力持ち！
笑顔で楽しく過ごしましょう♪

初任者研修取得
秘書技能検定２級
太田 映子

みなさまと毎日楽しく過ごしたいと思います

初任者研修取得
碁石 艶子

みんなで楽しく歌いましょう♪♪

認知症サポーター
石川 静子

W e l c o m e

右の写真はチームワーク研修の様子です。その他さまざまな研修・勉強会を行い、サービス向上に努めてまいります！！！

元客室乗務員による実技指導

それぞれの個性を輝かせて参りましょう！

初任者研修取得
心理学検定特１級
野崎 健治

元気で楽しく過ごしましょう♪

看護師
小橋 奈保子

おお！きれい娘です。いつも笑顔で頑張ります！

看護師 養護教諭一級
大木 玲子

安全運転を心がけます！

運転手 望月 進次

わたしも安全運転に努めます！

初任者研修取得
運転手 井上 佳男

一緒に楽しい時間を過ごすことが大好きです！小さな幸せを積み重ねていきたいと思います。

所長　看護師
井上 孝子

しっかりと事務業務に励みます！

事務
井上 頌男

笑顔溢れる経験豊かなベテランスタッフが多く在籍し、みなさまがリラックスして過ごせる空間造りを目指しています

安心安全で楽しく、思い出造りのできる場所をモットーにスタッフ一同心よりお待ちしております

事　業　所　概　要

事業所名	宮沢の太陽
事業所番号	１３７４０００９９８
営業日	月～日（１２／２９～１／４を除く）
営業時間	８：３０～１７：３０
サービス提供時間	９：００～１７：１５
サービス提供地域	東京都昭島市　立川市上砂町・西砂町・一番町
利用定員	２８名
加算	中重度者ケア体制加算　サービス提供体制強化加算Ⅱ 入浴介助加算　処遇改善加算Ⅰ　特定処遇改善加算Ⅱ
指定の年月日	２００９/０１/０１
運営会社	株式会社たまこうき

お問合せ、見学、ご相談はこちらまで
東京都昭島市宮沢町４９７－３　TEL０４２-５１３-７３４９