

# ナイスケアだより

第157号  
令和7年6月発行

7月1日に新宿区内藤町にナイスケア四谷事業所(居宅介護支援事業所)を開設することとなりました。指定申請が通り事業スタートの準備をしております。経験豊富なベテランケアマネジャーと理学療法士の資格を持つ新人ケアマネジャー3名体制で事業所を行う予定です。

現在新宿区と北区王子で居宅介護支援事業所を運営しています。各事業所とも地域住民、行政、サービス事業所と連携を図り地域貢献できる事業所を目指してまいりました。ケアマネジャーの数も高田馬場6名、王子事業所3名、新たに四谷事業所も加わることで人数が増えてきました。他にも資格を持っている職員がケアマネジャーの仕事を希望しており今後も増員予定です。

全国的にはホームヘルパーと同時にケアマネジャーの不足も問題になっています。各地域で要介護状態になっても良質な介護を受け、今迄の生活が継続できるように介護事業者としては介護、ケアマネジメントの担い手を育成し増やしていかなければなりません。私自身としてもその役割は果たさなければならぬと強く思っています。

ナイスケア四谷事業所が末永く地域で皆様に愛される事業所を目指し、職員と協力し努力して参りますのでご支援をよろしくお願いいたします。



有限会社ナイスケア 代表取締役 塩川 隆史

## ～家庭菜園～

暖かくなってきたので、毎年恒例の家庭菜園を始めました。

ミニトマト、キュウリ、ナスなどの苗を近くのホームセンタで購入し、プランターに植えました。ミニトマトは、初心者でも手軽に育てられるので、おすすめです。因みに、ミニトマトには、ビタミン C、βカロテン、リコピン、食物繊維など、様々な栄養素が豊富に含まれています。特に、大玉トマトよりも栄養価が高く、ビタミン C、βカロテン、リコピンなどの抗酸化物質も多く含むと言われています。また、ミニトマトは低カロリーで食物繊維も豊富なので、ダイエットや健康維持にも役立ちます。



毎朝、ミニトマト、キュウリ、ナスなどの成長が見られるのが、楽しみです。皆さんも、プランターで手軽に出来ますので、挑戦してみてはいかがでしょうか。

比留間 正宏