



WANAの鐘

WANAとは、We Are Not Aloneの頭文字であって、「私達は1人ぼっちではない」という意味です。WANAの鐘は地域との連帯とお年寄りの「仲間の輪」を示しています。

# WANAニュース

WE ARE NOT ALONE

令和8年1月1日 第127号  
発行所 社会福祉法人 清和会  
発行人 林 節子  
編集 清和会広報部  
船橋市飯山満町2-681  
☎047(467)6111(代)  
ホームページ: http://wana.or.jp/

新年を迎えるこの機会に、私が常日頃から考えている大事な「健康寿命を伸ばそう」について、述べたいと思います。2022(令和4)年の日本人の平均寿命は男性81.05歳、女性87.09歳であり、健康寿命は男性72.57歳、女性75.45歳となっております。健康寿命とは「健康上の理由で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことですが、平均すれば男性は72.57歳から81.05歳の間は、不健康な期間(看護・介護等が必要な期間)であり、女性は75.45

最近、AGE(終末糖化産物)という言葉が盛んに使われています。AGEとは、糖質とタンパク質が結びついてできる物質(同時に加熱するとできるこんがり焦げた褐色の部分)で、私たちが高齢者の最大の敵と言っても過言ではありません。

AGEについて研究の結果、血管を老化させる動脈硬化の原因はAGEであることが分かってきます。「ヒトは血管から老いる」と昔から言われておりましたが、血管には私たちが生きているために必要な栄養素や酸素を全身に運ぶ大切な役割があります。その血管の老化が進み、働きが低下することは全身の老化に直結します。当然、心臓病や脳卒中などの日本人の死因の上位を占める病気を引き起こすこととなります。

体内のAGEは、なぜ増えるのか。AGEは、健康寿命を伸ばす方法として、完全栄養食品とされている卵を取り上げてみます。卵は高齢者の栄養不足を補う「最適の食材」と言われております。かつて卵は、コレステロールが高いため食し過ぎなもので、最近コレステロールの影響がそれほど大きくないことが分かっています。現在では毎日食べる量に比べて、健康的な食べ物に挙げられることが多くなっています。

神経伝達物質の原になる「コリン」や余分なコレステロールの分解や排泄を促す「レチン」が含まれており、脳の活性化や動脈硬化の予防も役立ちます。皮膚や髪の毛の再生に役立つビタミンB2も豊富です。卵も調理をするとAGEが増えますが、ゆで卵やポーチドエッグ、スラッパカサなど、AGEもそれほど増えませんが、これ以外もサバ、いわしなどの青魚、大豆製品、ホウレンソウ、ブロッコリー、トマトなど、体に良い食べ物はたくさんあります。これらをバランスよく食べるのが、これからの高齢者にとって、健康な生活を送るための大切なポイントです。

AGEは、健康寿命を伸ばす方法として、完全栄養食品とされている卵を取り上げてみます。卵は高齢者の栄養不足を補う「最適の食材」と言われております。かつて卵は、コレステロールが高いため食し過ぎなもので、最近コレステロールの影響がそれほど大きくないことが分かっています。現在では毎日食べる量に比べて、健康的な食べ物に挙げられることが多くなっています。

AGEは、健康寿命を伸ばす方法として、完全栄養食品とされている卵を取り上げてみます。卵は高齢者の栄養不足を補う「最適の食材」と言われております。かつて卵は、コレステロールが高いため食し過ぎなもので、最近コレステロールの影響がそれほど大きくないことが分かっています。現在では毎日食べる量に比べて、健康的な食べ物に挙げられることが多くなっています。

AGEは、健康寿命を伸ばす方法として、完全栄養食品とされている卵を取り上げてみます。卵は高齢者の栄養不足を補う「最適の食材」と言われております。かつて卵は、コレステロールが高いため食し過ぎなもので、最近コレステロールの影響がそれほど大きくないことが分かっています。現在では毎日食べる量に比べて、健康的な食べ物に挙げられることが多くなっています。

## 年頭挨拶



## 健康寿命を伸ばそう

社会福祉法人 清和会 理事長 林 節子

## 船橋中央ライオンズクラブ様より 寄付金の贈呈



野中真紀会長

林節子理事長

## 初 杵



松戸徹市長と林武仁施設長の初杵

令和7年12月16日に特別養護老人ホームワールドナッシングホーム中庭で、恒例の清和会もちつき会を開催しました。来賓や、地域の方々にもたくさんお越しいただきました。初杵は林武仁施設長が行い、その後市長始めご来賓の方々とご利用者の皆さんが順番に餅をつき、普段とは違った雰囲気を楽しまれました。自衛隊野友会の皆さま、ボランティアでお越しいただきました。

(事務次長 垣内祐起)

## 新年のご挨拶

社会福祉法人清和会後援会 会長 松山 典夫



謹んで新年のお慶びを申し上げます。

皆様ご健で穏やかな新年をお迎えのことと存じます。

旧年中も、清和会後援会の活動に過大なご協力を頂戴いたしました。誠にありがとうございます。

昨年、社会福祉法人清和会は、創立40周年を迎えられました。法人40年の沿革は、記念誌では控え

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

皆様ご健で穏やかな新年をお迎えのことと存じます。

旧年中も、清和会後援会の活動に過大なご協力を頂戴いたしました。誠にありがとうございます。

昨年、社会福祉法人清和会は、創立40周年を迎えられました。法人40年の沿革は、記念誌では控え

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

皆様ご健で穏やかな新年をお迎えのことと存じます。

旧年中も、清和会後援会の活動に過大なご協力を頂戴いたしました。誠にありがとうございます。

昨年、社会福祉法人清和会は、創立40周年を迎えられました。法人40年の沿革は、記念誌では控え

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

皆様ご健で穏やかな新年をお迎えのことと存じます。



4月 外出会(ケアハウス)



4月 たけのご掘り(ケアハウス)



2月 清房院 節分会



8月 飯山満中学校合唱慰問(第2ワールド・ケアハウス)



5月 シニア・アンサンブル演奏会(ワールド)



5月 不三幼稚園の慰問(ワールド)



9月 飯山満南小4年生交流会(ケアハウス)



8月 合同花火大会(第2ワールド・ケアハウス)



8月 納涼夏祭り(第2ワールド)



9月 敬老会(ケアハウス)



9月 敬老会(第2ワールド)



9月 敬老会(ワールド)

## 直下型地震を想定した地域防災訓練を実施

ワールドナーシングホーム 事務長 藏原康太郎

令和7年10月15日(水)、第21回地域防災訓練を実施しました。今年の訓練は、近年の夏の猛暑を避けるため、例年9月に実施していた訓練を10月に時期をずらして実施しました。

### 地域防災連絡会議

訓練に先立って、8月20日(水)ワールドナーシングホーム「あかとんぼ」において地域防災連絡会議を開催しました。会議において訓練の流れや要領の認識の統一を図るとともに、それぞれの団体が実施する担当の徹底を図りました。この会議によって、スムーズな訓練の実施に繋げることが出来ました。



### 訓練本番

前日まで弱い雨が降り、当日も雨が危ぶまれていたが、訓練の時間には雨が明けて、また気温も少し前までは残暑も厳しかったが、この日は少し肌寒さも残る感じがあり、訓練日和な天気の中、訓練を開始しました。訓練の初めに、林節子理事長から「万一の災害に備え、行政と地域、住民同士と、地域が一体となって災害に備える必要があります。」との訓示を頂きました。



この後、震度7を超える大地震が発生したという想定の中、訓練を開始しました。訓練では、「情報収集、共有・伝達」「初期消火」を法人職員により行われ、近隣の住民、施設の方々の増援を受けて、「避難誘導」「負傷者の応急処置、搬送」の行動を行い、実動訓練の状況を終了しました。訓練では参加した一人一人の皆さんが実際の災害対応を行っているかのような大きな声、俊敏・確実な動作が行

われ、参加者に実際の災害対応の要領をイメージアップさせることができて、一定の成果が得られました。

この後、後半の訓練に入った。はじめは東警察署による詐欺被害の防犯講習と芝山消防署による特殊車両の紹介、119番の通報体験、三角巾の使用法が行われました。ユーモアを交え、笑いながらも講習や体験の内容が他人事ではなく身近な内容であり、参加者の皆さんも身を引締め真剣に取り組む姿が見られました。講習の後は、訓練場所をグラウンドに移動して、引き続き芝山消防署の指導による水消火器体験を行いました。

訓練の最後に、法人の給食職員と民生委員等の方々と共に「炊出し訓練」で調理したカレーライスを訓練参加者みんなで美味しく、計画した全部の訓練を終了しました。

### 振り返り

訓練参加した方々からは、「地域の防災意識の高さを改めて感じた。」「地域全体として、災害に備える必要性を感じた。」「の声があり、この訓練の長年の蓄積が地域に根付いている現状が見て取れました。そして、さらに参加者の皆さんからは、「訓練を継続してください。」「来年もこの訓練に参加したい。」「との声があり、この声を反映できるよう来年に繋げていきたいです。ただ、地域の皆さんも高齢化が進んだり、地域に無関心な一面も感じられ、以前に比べ地域の皆さんの参加者が減少していると感じます。これらの課題を考慮して、少しでも地域にとって実りがあり、少しでも多くの地域の方々が集まれる方法を考えていきたいです。





創立40周年記念事業

# WANA ドリームフェスタ2025

## 認知症講演会&市船演奏会に総勢200名超



船橋市長を始め、ご来賓の皆様

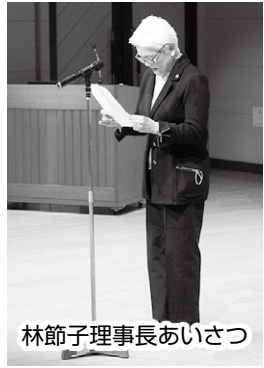


司会進行 林茂樹ケアハウス園長

令和7年10月7日(火)、きららホールを会場に、船橋市の後援を得て、「認知症」講演会と市船吹奏楽部「演奏会」を開催した。一般参加者160名と出演者・市船吹奏楽部50名で総勢200名を超え、驚嘆と感動の声が一斉にあがる大イベントとなる。

午後2時30分、林茂樹ケアハウス園長の司会のもと、林節子理事長の主催者挨拶に続き、公務多忙の中、松戸徹船橋市長から、当法人40周年について、格別のお祝いの言葉をいただく。

司会者から、第一部「認知症を理解する」を演題とする、小松尚也先生(千葉病院院長)が紹介され、約60分の講演が始まった。概



林節子理事長あいさつ



船橋市長あいさつ

要は、巨大スクリーンを使い、分かりやすいもので、好評であった。特に、専門医で多くの患者を診ておられる小松尚也先生の「認知症には聞き上手になること」の言葉に、多くの共感があった。



小松尚也先生に御礼の花束

午後4時10分、市船・近藤義行校長先生のご挨拶の後、顧問高橋健一先生・指揮によるクラシックの演奏が始まった。続いて、甲子園で有名な「市船ソウル」の軽快なリズム応援曲が会場をひとつにする。途中、男子部員だけのコミカルな寸劇があり、意外なバラエティのある演出に、あちこちで笑いが起こる。

そして、法人職員であれば誰もが感動する歌が流れる。それは、当法人の基本理念で、毎朝礼で唱和している、伊藤薫・作詞作曲の「WE ARE NOT ALONE」(私達は一人ぼっちではない)であった。市船吹奏楽部のアレンジで、どこまでも優しい旋律に部員総立ちのソプラノ合唱、歌詞の「どんなに長い夜も、やがて必ず明ける...」が心打つ。そして、ご来賓の皆様、ご協力・ご支援をいただきました多くの関係者の皆様に、厚く御礼申し上げます。

法人創立40周年事業  
実行委員会 中田俊二



市船ソウルの演奏



素晴らしいと参加者の声



指揮する高橋健一先生



フェスタ2025実行委員会メンバーとイベントスタッフ



閉会のあいさつ(林秀樹実行委員長)

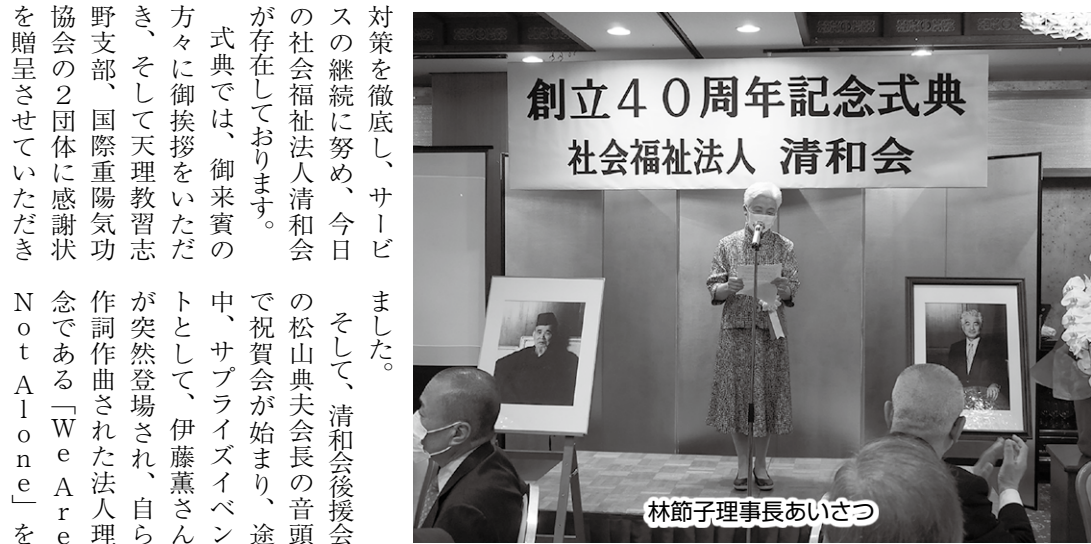
市船吹奏楽部の素晴らしい演奏に、感動と絶賛の嵐

# 清和会創立40周年記念式典及び祝賀会の開催 - 地域と共に歩んだ福祉への道 -

令和7年6月4日(水)、18時30分から東魁楼において船橋市長松戸徹様、元内閣総理大臣衆議院議員野田佳彦様はじめ多くの御来賓の皆様のご臨席をたまわり、清和会創立40周年記念式典が行われました。

40年前、老人福祉のあり方について、日本全体の大きな転換期と変革の嵐の中で、最も対応が立ち遅れていると言われていた認知症高齢者を主対象とし、昭和60年4月に特別養護老人ホームワールドナッシングホームが開設されました。

以来「私たちは一人ぼっちではない。共に助け合って生きる」を法人の理念として、入居者の方々や職員の皆様の健康と安全を最優先に考えながら、感染



林節子理事長あいさつ

対策を徹底し、サービスの継続に努め、今日の社会福祉法人清和会が存在しております。式典では、御来賓の方々に御挨拶をいただき、そして天理教習志野支部、国際重陽氣功協会の2団体に感謝状を贈呈させていただきました。

対策を徹底し、サービスの継続に努め、今日の社会福祉法人清和会が存在しております。式典では、御来賓の方々に御挨拶をいただき、そして天理教習志野支部、国際重陽氣功協会の2団体に感謝状を贈呈させていただきました。

## 衆議院議員 小林 鷹之様 からのビデオメッセージ(要旨)

衆議院議員の小林鷹之です。社会福祉法人清和会様の40周年、誠にありがとうございます。

We Are Not Alone 私たちは一人ではない、共に支えあって生きていく、この共生社会の考え方は、今こそ社会に広く普及しておりますけれども、40年前といえは、決して介護の現場、認知症に対する考え方は今とは違っていたものだったんだろうと思います。40年間いろんなことがあったと思いますが、多くの関係者の皆さんが力を合わせて今の林節子理事長を含め、多くの職員の方が今日、この40周年の記念式典を迎えられることを心から喜びと、そして敬意を表したいと思います。2年前に議員立法という形で認知症の基本法を制定されました。法律を作るだけではなく、そこに込められた思いを、あるいは精神を社会の隅々まで普及をさせて、私たち一人一人の行動変容を促していく、そこでやり続けなければならないと思っています。

また、この介護の現場を支えてくださっている私たちの生活のインフラを支えてくださっている多くの職員の皆様には、これからこの現場の課題を教えていただいて、それに応えられるよう、しっかりと制度設計含めて頑張りたいと思います。

改めて林節子理事長を始め、社会福祉法人清和会の皆様の今後益々のご活躍、そして40周年のその先、50周年、さらにその先に向けてこの清和会が発展されることを祈念をして、お祝いのメッセージにいたします。おめでとうございます。



医療法人同和会 林清人 副理事長 閉会の辞

サプライズ! 伊藤薫さんの歌唱

松山典夫 後援会会長乾杯の音頭

林武仁法本部長 閉会の辞



40周年記念誌(表紙)

PLATINUM 刻印の記念品(ボールペン)

(編集委員 中田俊二)

令和6年11月、法人本部の林秀樹事務局長を委員長として計6名の職員から成る編集委員会を立ち上げ、最初に、過去40年間の資料、写真等の収集、整理・校正の編集作業を行いました。完成までは、月2〜3回の会議を重ね、いろいろ頓挫もありながら、令和7年4月に、法人創立40周年を記念した「WANAの鐘」(114ページ・700冊)がようやく完成し、発行。

特に、第1ページは初代理事長・林清氏の昭和60年4月、特別養護老人ホームワールドナッシングホーム開設挨拶文「福祉の心を施設にとすること意見が一致。2代理事長 林静誠氏、3代理事長 林節子氏までの、3代40年に亘る当法人の歩みは、まさに「地域と連携する福祉活動」に貫かれたものであり、このことが編集の基本方針となりました。

結果として、「WANAの鐘」法人の40年は、10回以上の校正を経て、完成しましたが、事前に船橋市長を始め、多くの方々の原稿を一読した時、如何に当法人が温かいご理解とご協力により支えられ、今後も、大きな期待が寄せられていることに気づきました。

更に、完成した冊子では、歴代理事長が実践した地域福祉への情熱を今一度、振り返ることができます。また、各職員から現場の声を沢山、掲載したことにより、法人が次の50周年に向けて、引き続き地域と連携する福祉活動を展開していく覚悟の再確認ができ、大変、意義深い「WANAの鐘」の発刊事業となったと思います。

地域福祉への情熱を

## 40周年記念誌 「WANAの鐘」の発刊