より豊かで、より穏やかな毎日を。ニチイホーム、アイリスガーデンがつなぐ「自分らしい暮らし」

季刊誌

えがお

冬号

2021 Winter Vol.53

資料請求ハガキ付き

特集

《新規オープン》ニチイホーム 野方

お客様の笑顔はもちろん、スタッフの笑顔も輝く生きがいのあるホームへ。

- 新人スタッフが協力してつくったオンラインコンサート
- リハビリに力を注ぐニチイホーム石神井台の個性を活かしたリフォームが完成
- ニチイホーム碑文谷 秋の文化展

ニチイホーム

季刊誌 えがお 冬号
2021 Winter Vol. 53

1 晴れた日にはちょっとお散歩

2 《特集》
新規ホームオープン　ニチイホーム 野方
現地内覧開催中、75 番目となるニチイホームの取り組みをホーム長に聞く

5 information |
ホームの個性を活かしたリフォームで
暮らしをより豊かに
リハビリに力を注ぐニチイホーム 石神井台の共用施設がいっそう充実

5 information |
お客様の声から生まれた秋の文化展が好評
コロナ禍で、お客様に寄り添ったニチイホーム 碑文谷の試み

6 スタッフ便り　11ホーム 合同企画
11 ホームの新人スタッフが協力してつくったオンラインコンサート

8 えがお日記
12 美味しく食べて、毎日健康
14 ホーム紹介
15 資料請求はがき
17 冬の静かな景色を思い描く、大人も楽しめる塗り絵

◎冬号は、新型コロナウイルス感染のリスクを考慮し、お客様への撮影・取材は行っておりません。
弊社スタッフの撮影も、ソーシャルディスタンシングを遵守して行っております。

晴れた日には
ちょっとお散歩

公園の南端にある「遊具広場」。小さな滑り台が付いた複合遊具が２機あります。気持ちの良い芝生が広がる中にきれいな花壇もあり、気候の良い季節には、ピクニックにもおすすめです。

家族連れでくつろぐのもスポーツで汗を流すのも楽しい。横浜市旭区の今川公園。

横浜市旭区では広大な「こども自然公園」が有名ですが、「今川公園」も約８ヘクタールの広さを誇る、自然豊かでスポーツ施設も充実した人気の公園です。

入口すぐにある「草地広場」は貸切りの日以外は誰でもボール遊びなどが楽しめるスペースで、春だとお花見をする家族連れも見られます。さらに公園内の坂道を歩いていくと、南の端には「子どもの広場」や、お弁当を広げるには最適な「遊具広場」。途中には錦鯉の泳ぐ池やお散歩コースなどもあり、楽しみ方は様々です。

暖かくなったら、ぜひ一度足を運んでみてはいかがでしょうか。

相鉄線「二俣川駅」北口から
徒歩約20分

今川公園

神奈川県横浜市旭区今川町 96-2

◎近隣のニチイホーム

ニチイホーム 上星川
神奈川県横浜市
保土ヶ谷区東川島町 3-6

ニチイホーム 東戸塚
神奈川県横浜市
南区六ツ川４丁目 1171

「子どもの広場」にある斜面を利用したロング滑り台。高低差と長さがあり、滑ると迫力があるとか。この上には２台のブランコ、２台のバネ遊具、砂場があります。

特集

新規ホーム
オープン

自分らしい
健やかな暮らしを
「野方」で始める。

完成予想図
［土地建物の権利形態］事業主体非所有

介護付きホーム（介護付有料老人ホーム）

ニチイホーム野方

2021年3月オープン（予定）

下町情緒あふれる街で、安心が支える自分らしい暮らし。

お喋りも弾む、温かな足湯

冷えの解消や疲労回復などの効果も期待される足湯。ろ過・滅菌能力が高く、清潔さを保ちます。

ご夫婦で入居できる広めのお部屋も

1階と3階に、ミニキッチンとシャワールームが付いたお部屋を用意しています。ご夫婦でご自宅にいるようにくつろげる快適な空間です。

リハビリや地域交流を行うスペース

エントランスホールを入ってすぐの共同スペースは、リハビリだけでなく、地域活動や福祉活動、生涯学習など多目的に活用いただけます。

外気浴や菜園も楽しめる屋上テラス

お花や野菜を自らの手で育てる楽しみ。そして土と太陽が心と体に元気をくれます。

※写真はイメージです。

ニチイホーム 野方

所在地　東京都中野区野方 5-11-10　アクセス　西武新宿線「野方」駅南口より徒歩 5 分（約400m）
総室数　46室（定員48名／居室Ⅰ 44室・居室Ⅱ〈夫婦入居可能部屋〉2室）

ニチイホーム
野方

私たちの想い

笑顔が輝く、生きがいのあるホームへ

ホーム長
朝枝 謙（あさえだ けん）

お客様も働くスタッフも「心が動く」日々を。

昨年10月まで、ニチイホーム練馬高野台のホーム長を務めていました。今はニチイホーム野方のオープンに向けて、運営方針の策定や、異動スタッフとの面談、新規の採用面接などの準備を行っています。

入社して約10年となりますが、8年間介護スタッフとして4つのホームで経験を積みました。様々な人との関わりの中で印象深かったことは、お客様とお話をしている時に「ここでの生活はまるで家のようで幸せよ。」と仰っていただいたことです。何気ない一言でしたが、よりいっそうお客様に喜んでいただけることを考えて仕事に取り組むようになりました。

これからニチイホーム野方で暮らすお客様はもちろん、ともに働くスタッフにも「心が動く」日々を過ごしてほしい。そしてお客様やスタッフの笑顔を見ることが、私にとっては一番の喜びであり目標でもあります。

安心で自分らしい毎日をチームケアで支える。

今、新型コロナの影響でどうしても室内に籠もりがちになります。ニチイホーム野方ではお客様の体調などに万全の注意を払いつつ、外出や外気浴をできる限り行うとともに、趣味のサークル活動も盛んにしたいと考えています。

また、作業療法士を中心に、楽しく体を動かせるようなアクティビティにも力を入れようと思っています。お客様の介護度や好みなどに合わせてプログラムを複数用意し、その中からお客様が選んで自発的に参加できる仕組みづくりです。作業療法士と介護スタッフが情報を共有して、日常的な生活リハビリにも活かしていきたいと思っています。

さらに、ニチイホームとしては初の試みですが、お客様の生活リズムに合ったより良いケアを提供するために、睡眠センサーの導入を予定しています。

お客様の安心と自分らしい生活をサポートするためには、質の高いスタッフとチームケアは欠かせません。ホームの根幹は「人」であることを常に忘れず、お客様に対する言葉遣いや立ち振る舞いはもとより、スタッフ一人ひとりが何事にも自主性をもって取り組み、自身で気づき、成長することが重要だと考えています。

清潔な環境の中で、どんな時でも明るいスタッフが対応してくれる、お客様にとって「わが家」であり、生きがいを見いだせるホームを目指していきます。

●このページでご紹介しているホームについての詳しい情報は、14ページをご覧ください。

ニチイホーム
野方
内覧会の
ご案内

予約制の内覧会を開催しています。

新しいホームをぜひご覧下さい。

ホームの中をご覧いただきながら、お客様のご相談内容や
ご希望に合わせて、ホームでの生活や介護体制について
ご紹介させていただきます。

◎内覧会の内容や制限などは、変更になる可能性があります。予めご了承ください。

※イメージ

要予約制（先着順）

開催時間　AM / PM（各1組 2名様まで）

AM 10:00～11:00
PM 13:00～16:00

ご予約・お問い合わせ　ご希望の日時をご連絡ください。

0120-555-800
受付時間（年中無休）　9:00～18:00
※お掛け間違いのないようご注意下さい。

WEBでの
ご予約は
こちらから

ご内覧されるお客様へお願い

ご内覧ご希望の方は、密の状態を避けるため、事前のご予約が必要となります。

ご来訪時には、検温※、うがい・手洗い、およびマスクの着用をお願いいたします。

※37.0度以上の発熱や体調不良が見られた時は、その日のご内覧をお断りさせていただく場合がございます。2021年1月 現在

16時～18時は歩行者のみ通行可能

ニチイホーム野方

所在地　東京都中野区野方5-11-10

電車	西武新宿線「野方」駅南口より徒歩 5 分（約 400m）
バス	JR 中央線・総武線、東京メトロ東西線「中野」駅北口→関東バス「中野駅」バス停 10 番のりばより「野方駅（中 01・宿 05）行きにて「野方駅」下車徒歩 4 分（約 300m）
車	環七通り・新青梅街道「丸山陸橋」交差点より約 800m 環七通り・早稲田通り「大和陸橋」交差点より約 1.2km

ご利用料金

居室Ⅰ（個室）　18.03㎡～22.08㎡				居室Ⅱ（夫婦入居可能部屋）　33.48㎡			
入居金プラン		月払いプラン		入居金プラン		月払いプラン	
入居金（非課税）	940万円	入居金（非課税）	0円	入居金（非課税）	1,880万円	入居金（非課税）	0円
月額利用料	226,000円 家賃　：110,000円（非課税） 管理費：50,000円（非課税） 食費　：66,000円 （うち消費税等 6,000円）	月額利用料	421,000円 家賃　：305,000円（非課税） 管理費：50,000円（非課税） 食費　：66,000円 （うち消費税等 6,000円）	月額利用料	361,000円 家賃　：220,000円（非課税） 管理費：75,000円（非課税） 食費　：66,000円 （うち消費税等 6,000円）	月額利用料	752,000円 家賃　：611,000円（非課税） 管理費：75,000円（非課税） 食費　：66,000円 （うち消費税等 6,000円）

入居金について　○基準年齢（75歳以上）の想定居住期間（5年）に基づいた入居金です。○入居金は、想定居住期間の前払家賃相当額（入居金の70%）と、想定居住期間を超えて契約が継続する場合に備えてお客様より受領する額（入居金の30%）の合計額で、返還制度があります。但し、このうち入居金の30%の額については、返還の対象とはなりません。入居日の翌日から3ヵ月以内に解約又は契約の終了があった場合は、入居金の全額から居住日数に応じた日割家賃を差し引いた額を返還いたします。尚、ご入居時年齢が75歳未満の方については、入居金と想定居住期間が異なりますので、別途ご提示させていただきます。○月払いプランの場合、ご契約時に保証金50万円（居室Ⅱは75万円）をお預かりいたしますが、原則契約が終了いたしますと全額返還いたします。支払い債務がある場合は保証金からその対当額を差し引かせていただくことがあります。
月額利用料について　○家賃は専用居室、共用施設の利用料 ○管理費は施設維持管理費・修繕費、電気・ガス・水道・下水及び環境衛生費等 ○食費は食材費・厨房管理費等
月額利用料以外に別途かかる費用について　○個人に関わる費用（医療費、日用品費、嗜好品購入費、理美容費、おむつ代等）や、施設におけるレクリエーション費、介護保険給付の規定以上のサービス費用は別途必要となります。○月額利用料のほかに要支援・要介護に認定された方は、介護保険サービス費（介護費）の自己負担分を別途ご負担いただきます。また、介護認定未申請・申請中の方、自立の方は生活サポート費38,500円（うち消費税等3,500円）が加算されます。生活サポート費は、介護保険給付対象外の方にご負担いただく介護・生活サービス等の人件費です。○居室Ⅱをお二人でご利用の場合、食費66,000円（うち消費税等6,000円）を追加でご負担いただきます。○適切な介護サービス提供のため、一定の期間を設け、医師の判断、入居者様及び身元引受人の同意のもと、居室を変更していただくことがあります。それに伴い、居室の利用権も移行されます。転室の際に、構造もしくは仕様の変更、1名当たりの居室面積が変わることがありますが、入居金（前払金）及び月額利用料の変更はございません。○医療機関への入院による治療が必要となった場合、ご相談の上、ご退去いただくことがございます。

掲載の情報は、2021年1月時点のものです。施設概要、サービス内容はオープンまでに変更になる場合があります。最新情報は、弊社ホームページよりご覧いただけます。

●このページでご紹介しているホームについての詳しい情報は、14ページをご覧ください。

Information 1

ニチイホーム 石神井台

ホームの個性を活かした リフォームで暮らしをより豊かに

2006年のオープン以来、理学療法士によるリハビリに力を入れている「ニチイホーム石神井台」で、昨年の9月から1月にかけて館内の大幅なリフォームを行いました。

エントランスをはじめ共用施設を一新し、より快適な空間を創出。さらにホームの特長をより活かすために、居室2つ分の広さを持つ機能訓練室が新たに設けられています。実際に使用されたお客様からは「新しくきれいな場所で体を動かせて気持ちがいい」「人目が気にならずリラックスできる」など喜びの声が寄せられています。

お一人おひとりとしっかりコミュニケーションがとれる空間で、今後もよりいっそう「その方らしさ」を引き出すようなリハビリを提供してまいります。

認知症のお客様や視力の弱い方が認識しやすい、明るいグリーンの扉が印象的な機能訓練室。

ヘリンボーン柄の木目調床材を採用したリビング&ダイニング。落ち着いた雰囲気の中でお食事やアクティビティが楽しめます。

親しみやすいナチュラルなイメージでまとめたエントランス。

●ニチイホーム 石神井台についての詳しい情報は、14ページをご覧ください。

Information 2

ニチイホーム 碑文谷

お客様の声から生まれた 秋の文化展が好評

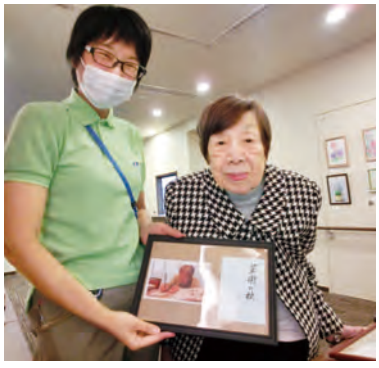
昨年11月、ニチイホーム碑文谷のエントランスを展示会場にした秋の文化展を行いました。

このイベントは、あるご家族様の「自分の個展を開く予定だがコロナが心配で母を連れていけないことが残念」といったお話が開催のきっかけです。

何かご家族様の想いに寄り添える方法はないか、またホームで暮らすお客様のご様子も一緒に伝えられるようなものはできないか、スタッフ全員で話し合いを重ねた末に実現したものです。

展示会場には、お話をいただいたご家族様の作品のほか、ホーム内のアクティビティで作った手作りのアクセサリーや絵、書道などお客様の作品が並び、見ごたえのある華やかな文化展となりました。

ご面会に来られたご家族様からは「ホームでの暮らしを楽しんでいる様子が伝わってくる」とお声をいただき、参加されたお客様からも「展示会に行ったような気分」と大好評でした。



お客様やご家族様の作品がきれいに並べられた展示会場。エントランスの一角にあるので、つい何度も見てしまうという方も。

スタッフ便り

11ホーム合同企画

2020年入社

新人スタッフによるオンラインコンサート

昨年10月に新人スタッフが協力し実現させたオンラインコンサート。12月の第2回に向けて知恵を絞り奮闘する様子をご紹介します。

“外出もままならない今だからこそ、お客様のために私たちができること”

介護と同じチーム連携だとわかり、不安が楽しみに変わりました。

ニチイホーム 江古田の杜

菅野 春綺（かんの はるき） ●企画統括

福島市出身で震災時には避難先のボランティアも経験。コロナ収束後に大好きな祖父母に会いに行くのが今の夢。

10月のオンラインコンサートを発案したのが私の配属先である江古田の杜のホーム長で、「企画の統括をやってみないか?」と声をかけていただいたのが始まりです。

同期とは本来なら新人研修などを経て親しくなるものですが、コロナ禍で全員集まっての研修は中止になり、お互い会うのも喋るのも初めて。打ち合わせもオンラインのため、企画の進行は大変でした。

10月のコンサートでは私が司会進行役を務め、4曲を演奏。当日は緊張しましたが、お客様が楽しまれている様子を聞き、ホッとしました。今度のコンサートはさらにバージョンアップして、前回以上に喜んでいただけるものにしたいです。何より、新しい試みに携われたことをうれしく思います。

エンターテイナーのようにお客様に喜んでいただけるサービスを。

ニチイホーム 練馬高野台

関根 舞（せきね まい） ●アルトサックス

介護の勉強と、趣味の語学学習に取り組んでいる。将来は外国人に日本の介護技術を伝える教育者になるのが夢。

高校時代に3年間、吹奏楽部でアルトサックスを担当していたので「何か楽器ができる人」と聞いてすぐに手をあげました。

あと2人がキーボードとギターという珍しい編成ですが、10月の時はオンラインだと音量の強弱が楽器によって変わってしまい、私の音が目立つなどバランスが難しいことがわかりました。12月はできる限り吹く力を調節して抑えるつもりです。

10月のコンサートでは「お客様が演奏に合わせて歌っていたよ」などの話が聞けたことが本当にうれしく、やって良かったと思いました。同期とも仲良くなり、仕事のモチベーションも上がりました。自分のホームでも、お客様を前にライブ演奏する予定です。

ニチイホームの合同企画とは

ニチイホームでは毎年、エリア合同で様々なアクティビティを行っています。
10月、12月に11ホーム合同で行った、新人スタッフによる「オンラインコンサート」は、コロナ禍だからこそ生まれた企画です。

第2回 オンラインコンサート開催に向けて

10月11日に開催された第1回は、お客様には好評でしたが初めての試みだけに課題も残りました。お客様にもっと喜んでいただけるプログラムをお届けしようと、第2回目のコンサートに向けて全員で準備を進めていました。

顔を合わせてのミーティング

新人スタッフが顔を合わせて行うミーティングは、取材を行った1日のみ。後は、オンラインやメールを使ってミーティングを行います。最初は口数も少なくぎこちなかったスタッフも、今回はプログラムの段取りなどについて活発に意見交換を行っていました。

面白い案がたくさん集まりワクワクします！

飾りつけの用意やオリジナルビンゴ作り

今回はクリスマスの時期ということで、お客様といっしょにホーム内の飾りつけを行いました。さらに、3×3マスのオリジナルビンゴの見本もできあがり、準備万端。

テンポよく楽しめる手作りビンゴ

当日もこれで安心です！

音合わせと配信チェック

限られた時間の中で、メンバー揃っての音合わせと配信サウンドの確認。

準備を進めいざ本番へ

12月27日、ニチイホーム王子での演奏を生配信しました。バラエティ豊かな内容に各ホームのお客様からは笑みがこぼれ、クリスマス気分を楽しまれたご様子でした。

上 演奏会場となったニチイホーム 王子。感染対策をしてご観覧いただきました。

左 オンライン配信を見るホームのご様子

新人たちの成長を感じたオンラインコンサート

今年はコロナ禍により、集まって行う新人研修が中止になり、この企画が同期の絆をつくるきっかけになりました。それと同時に、自ら考える力やチーム連携など、今後に繋がる良い体験になったと思います。

ニチイホーム江古田の杜
ホーム長
眞庭 潤

えがお日記

2020.10～2020.12

アクティビティを始めとしたお客様の「えがお」のスナップを通して、
ニチイホームの暮らしをご紹介します。

東京

ニチイホーム 八幡山

ホームのテラスや傍らにある広場でのお散歩、ホームのお庭で日光浴をしながらのティータイムなど、季節感を感じていただくためのアクティビティを行いました。久しぶりの理美容も「いい気分転換」と皆様ご満足の様子。

神奈川

こんな感じで
どうかしら?

ニチイホーム たまプラーザ

毎年恒例のクリスマスイルミネーション見学ツアーに代えて、今年はクリスマスリースを製作していただきました。同じオーナメントを使ってもお一人おひとり個性が光ります。できあがった作品は中庭にイルミネーションとともに飾りました。

メダル獲得で
にっこり

ニチイホーム 仲町台

恒例の秋のスポーツ大会を開催。グループ分けで密にならないようにする、鉢巻きや玉なども都度消毒するなど、コロナ対策は入念に行いつつ、「玉入れ」と「的当てゲーム」2つの競技を楽しみました。

ちょっと
一休み♪

ニチイホーム 鷺沼

コロナ禍でも皆で楽しもうと「喫茶鷺沼」をオープン！アクリルパーティションで感染予防に努めながらの喫茶ですが、それでも「普段よりおやつが美味しい気がする」という声も。スタッフも交えての楽しい時間でした。

ホームページでも、お客様の笑顔あふれるお写真を掲載しております。詳しくは ニチイホーム写真館 検索

ニチイホーム 東戸塚

秋と言えば、食欲の秋。アクティビティのひとつとして、炭火で焼いた焼き芋を、外気浴も兼ねて日当たりの良い6階バルコニーでお召し上がりいただきました。どこか懐かしくて、心あたたまるひとコマです。

ニチイホーム 栗平

お習字、運動会、焼き芋。秋は楽しみがたくさん。運動会は作業療法士が司会進行を務め、紅白に分かれてリハビリも兼ねた熱戦を繰り広げました。焼き芋は、蜜がでるほど甘い種子島産の安納芋が美味でした。

埼玉

ニチイホーム 草加

世界で一つのハーバリウムボールペン作りを行いました。上部の透明な部分にドライフラワーなどを浮かべる細かい手作業ですが、完成した時の喜びはひとしお。賑やかな行事が続く秋の、静かで特別な時間です。

ニチイホーム 北浦和

サルとカニに扮したスタッフめがけて玉入れを競う運動会。お客様自身に花を植えていただき、水やりもお願いするガーデニングは今では日課に。スタッフを交えて行う将棋は常に真剣勝負と、コロナに負けない実りの秋でした。

ホームページでも、お客様の笑顔あふれるお写真を掲載しております。詳しくは ニチイホーム写真館 検索

Food & health

美味しく食べて、毎日健康

今回の旬　小松菜

江戸時代に、現在の東京都江戸川区小松川付近で栽培が始まったことからその名がついたと言われている小松菜。一年を通して手に入るものの、旬は12月から3月までの冬。栄養価も冬の方が高く、やわらかで、味も甘みが増します。今回は“栄養の宝庫”とされる小松菜の効能をご紹介します。

貧血を防止する鉄分

鉄分は血を作るのに必要な栄養素です。ほうれん草には鉄分が多いというイメージがありますが、実は小松菜には及びません。また、小松菜には体内で鉄の吸収を妨げる成分は含まれていません。

骨を丈夫に保つカルシウム

小松菜に含まれるカルシウム含有量は100ｇ中170mgで、野菜の中ではトップクラス。牛乳より豊富です。しかもカルシウムの吸収や骨への沈着を助けるビタミンＫも含まれているので、骨や歯のためには欠かせない食材です。

風邪の予防や美容効果も

β-カロテンが体内で不足するビタミンＡに変換され、皮膚や粘膜の健康を保持。さらにビタミンCがコラーゲン生成を促進し、免疫機能を高めてくれます。風邪予防になるだけでなく、美肌・美容にも効果が期待できます。

One Point!

小松菜は生でも食べられますが、カルシウム、鉄分、ビタミンCは水に溶けやすいので洗うのは手早く。ゆでる必要はありません。たとえばおひたしなら、ゆでる代わりにレンジ加熱でもOKです。

監修:
管理栄養士 小柴典子
株式会社ニチイケアパレス
人事部 教育研修課所属。
管理栄養士として社内向けに行っている研修を担当。

旬の小松菜を使った

簡単レシピをご紹介

◇◇◇◇◇◇◇

最近ではフルーツと組み合わせたスムージーでも人気の、小松菜。栄養豊富で使いやすい野菜ですが、
家庭では食べ方が同じになりがち。そこで、旬の小松菜を使ったお手軽料理をニチイホームの料理長たちがご提案します。

Recipe 1

キンパ
（韓国風のりまき）

ニチイホーム 鷺沼・料理長 深山 絵里子

材料（1人前）

	ごはん	…	1合
	ごま油	…	大さじ1
	いりゴマ	…	大さじ1
1.	牛肉	…	50g
1.	焼肉のタレ	…	大さじ1
1.	コチュジャン	…	小さじ1
2.	人参	…	1/6本
2.	ごま油	…	適宜
2.	塩	…	少々
3.	小松菜	…	1/4把
3.	鶏がらスープの素	…	小さじ1/2
3.	ごま油	…	小さじ1/3
3.	コチュジャン	…	少々
4.	卵	…	1個
4.	砂糖	…	小さじ1
4.	みりん	…	小さじ1
4.	塩	…	少々
	たくあん	…	お好みで
	焼き海苔	…	1枚
	いりゴマ	…	大さじ1

作り方

1. 牛肉は細かく切りごま油で炒めて焼肉のタレとコチュジャンをあわせたもので味付けをする。
2. 人参は細切りしてごま油で炒めて塩で味付けをする。
3. 小松菜は下茹でし、キッチンペーパーで絞るように水気を切り、鶏がらスープの素、ごま油、コチュジャンで和える。
4. 砂糖、みりん、塩を加えた卵液で卵焼きをつくり、棒状にカットしておく。（お好みでたくわんも細切りにしておく。）
5. 温かい御飯にごま油、ごまを入れて切るように混ぜる。
6. 巻き簾の上にのりをのせて御飯を手前から3/4程度まで均一にのせて真ん中に1〜4の具をのせて一気に巻く。
7. 巻いた後、ラップでぴったり包んで、のりが馴染むまで15分程度おいておく。
8. のりが馴染んだら切り分けて皿に盛り、仕上げにいりゴマ、糸唐辛子などを飾って完成。

Recipe 2

ごま油香る小松菜と
さつま揚げの煮物

ニチイホーム 中馬込・料理長 矢尾板 美佐

材料（1人前）

	大根	…	150g
	さつま揚げ	…	100g
	小松菜	…	100g
	片栗粉	…	小さじ1
	ごま油	…	大さじ1
①	かつおだし	…	10g
①	酒	…	小さじ2
①	みりん	…	小さじ2
	おろし生姜	…	少々
	万能ねぎ	…	3g
	水	…	100cc

作り方

1. 大根は輪切りにし、隠し包丁をいれ味をしみやすくしておく。（約15分程下茹でをする）
2. 鍋に①の調味料とおろし生姜・水を入れ、大根・さつま揚げ・小松菜の茎をいれて5分煮る。
3. 小松菜の葉は下茹でをし最後に入れ1〜2分煮る。水溶き片栗粉でとろみをつける。
4. お皿に盛り、万能ネギ・ごま油をかけて完成。

Recipe 3

小松菜のポタージュ

ニチイホーム 都立家政・料理長 梶山 純

材料（1人前）

①	小松菜	…	100g
①	バター	…	10g
①	にんにく	…	少々
	牛乳	…	100cc
	生クリーム	…	10cc
	コンソメ	…	5g
	塩、コショウ	…	少々
	クルトン	…	少々

作り方

1. フライパンを熱しバターを入れにんにく、小松菜を炒める。
2. ①の加熱終了後、牛乳を加え柔らかくなるまで煮込む。その際コンソメ、塩、コショウにて味を調整する。
3. 小松菜が柔らかくなったらすべてをミキサーにかけ、裏ごしを行う。
4. 盛り付け後、生クリームをお好みでかけ、クルトンを乗せて完成。

冬号でとりあげたホームの紹介です。

※2021年1月現在の情報です。

2~4 ページ

あたたかで活気に満ちた野方の街のように、お客様が自分らしく楽しく暮らせるホームへ。

介護付きホーム（介護付有料老人ホーム）

ニチイホーム 野方

新規オープン
リハビリ対応型
ご夫婦部屋あり

西武新宿線「野方駅」から徒歩5分。75番目のニチイホームは、駅前の賑やかな商店街を抜けた先の落ち着いた住宅街にあります。建物も完成し、行き届いた館内設備もご覧いただけます。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

完成予想図
［土地建物の権利形態］
事業主体非所有

居室（夫婦入居可能部屋）

ラウンジ

※写真はイメージです。

所在地
東京都中野区野方 5-11-10

総室数
46室（定員48名／居室Ⅰ44室・
居室Ⅱ〈夫婦入居可能部屋〉2室）

アクセス
西武新宿線「野方」駅南口より
徒歩5分（約400m）

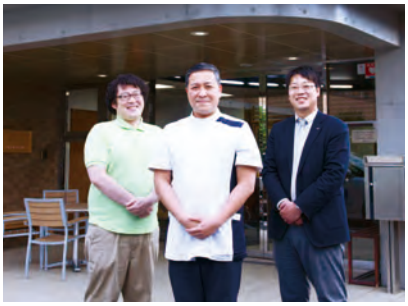
5 ページ

リハビリに力を注ぐホームの個性を活かして、大幅にリフォームした館内を見に来てください。

介護付きホーム（介護付有料老人ホーム）

ニチイホーム 石神井台

リハビリ対応型



石神井公園などが近く、四季が感じられる周辺環境にも恵まれたホームです。今年1月に完成した館内リフォームにより、機能訓練室もさらに充実。リハビリを軸に、お客様が「したいこと」の実現を目標にサポートを提供しています。

［土地建物の権利形態］
事業主体非所有

居室

リビング & ダイニング

所在地
東京都練馬区石神井台 5-28-19

総室数
48室（定員48名 全室個室）

アクセス
西武池袋線「大泉学園」駅および
西武新宿線「武蔵関」駅よりバス利用
「西武車庫前」下車徒歩2分（約130m）

資料請求・
内覧のご予約

電話

フリーダイヤル
0120-555-800
受付時間（年中無休）9:00～18:00
※お掛け間違いのないようご注意下さい。

ホームページ

www.nichii-home.jp
もしくは、ニチイホーム を検索

やま折り

やま折り

料金受取人払郵便

神田局
承認
9013

差出有効期間
2021年
6月30日まで
（切手を貼らずにお出しください）

101-8795

303

（受取人）
東京都千代田区神田駿河台2-5-12
NMF駿河台ビル6階

株式会社ニチイケアパレス
「資料請求・内覧希望」係行

やま折り

やま折り

お名前

ご住所 〒

「えがお」2021年 冬号

①

②

③

→郵便用切り取り線

←郵便用切り取り線

→FAX用切り取り線

ニチイホーム、アイリスガーデンに関するご質問などありましたらお聞かせください。
皆様からのご意見お待ちしております。※ご記入は任意です。

のりしろ ①

郵送される方

おもて面、うら面をご記入の上、
郵便用切り取り線で切り、折り線で折り、
のりしろで貼りあわせてください。

送信方向

FAXされる方 **03-3291-8966**

下記内容をご記入の上、
こちら面のみ、お送りください。

［おかけ間違いの
ないようご注意下さい。］

のりしろ ③

のりしろ ②

資料請求

■ 資料をご希望されるホームに チェック ☑ をお付けください。

ニチイホーム

東京都

●23区
- □ 中馬込
- □ 下丸子
- □ 矢口
- □ 多摩川緑地
- □ 久が原
- □ 自由が丘
- □ 碑文谷
- □ 南品川
- □ 大森
- □ 不動前
- □ 成城
- □ 千歳船橋
- □ 八幡山
- □ 用賀
- □ 渋谷本町
- □ 杉並堀ノ内
- □ 中野南台
- □ 江古田の杜
- □ 鷺ノ宮
- □ 野方 (2021年3月オープン予定)
- □ 都立家政
- □ 目白
- □ 練馬高野台
- □ 石神井台
- □ 南大泉
- □ 板橋徳丸
- □ 王子
- □ 西葛西
- □ 江戸川
- □ 住吉
- □ 勝どき
- □ 墨田

●多摩地区
- □ 三鷹
- □ 三鷹Ⅱ番館
- □ 西武柳沢
- □ 東府中
- □ 稲城
- □ 国立
- □ 西国分寺
- □ 立川
- □ 立川柴崎
- □ 高幡不動
- □ 昭島 昭和の森

神奈川県

●川崎市
- □ 柿生
- □ 王禅寺
- □ 新百合ケ丘
- □ 栗平
- □ はるひ野
- □ はるひ野Ⅱ番館
- □ 読売ランド前
- □ 登戸
- □ たまプラーザ
- □ 鷺沼
- □ 鷺沼南
- □ 元住吉

●横浜市
- □ 仲町台
- □ 仲町台Ⅱ番館
- □ センター北
- □ 青葉台
- □ 東戸塚
- □ 上星川
- □ 菊名

●海老名市
- □ 海老名

埼玉県
- □ 大宮
- □ 大宮公園
- □ さいたま新都心
- □ 与野本町
- □ 北浦和
- □ 東浦和
- □ 草加
- □ 朝霞
- □ 川口

千葉県
- □ 柏の葉
- □ 東船橋

静岡県
- □ 修善寺

アイリスガーデン

東京都
- □ 昭島
- □ 昭島 昭和の森
- □ 用賀

千葉県
- □ 松戸稔台

埼玉県
- □ 北浦和
- □ さいたま新都心

■ 最寄りのホームがご不明の場合は、ご希望エリア内の資料を送付させていただきます。

ご希望されるホームに ☑(チェック) をお付けください。	□ 介護付有料老人ホーム「ニチイホーム」 □ サービス付き高齢者向け住宅「アイリスガーデン」
ご希望のエリア	沿線　　線　　駅
	地区　　市・区

見学希望

■ 内覧もご希望の方は
ホーム名をご記入ください。 ニチイホーム ＿＿＿＿＿＿ アイリスガーデン ＿＿＿＿＿＿

■ 入居を検討されているお客様について、当てはまるものに○をお付けください。
より詳しいご案内をさせていただきます。（ご記入は任意です）

介護度	○ 自立　○ 要支援 ① ②　○ 要介護 ① ② ③ ④ ⑤　○ 申請中／区分変更中
入居希望時期	○ すぐに　○ (　　) ヶ月以内　○ 将来的に検討

■ アンケート（ご記入は任意です）

今号の「えがお」でよかったページに チェック ☑ をお願い致します（複数回答可）。また本誌へのご意見・ご感想などお聞かせください。

- □ 表紙
- □ ちょっとお散歩
- □ 《特集》新規ホームオープン（ニチイホーム 野方）
- □ information ホームの個性を活かしたリフォーム
- □ information お客様の声から生まれた秋の文化展
- □ スタッフ便り（11ホーム 合同企画）
- □ えがお日記
- □ 美味しく食べて、毎日健康
- □ 大人も楽しめる塗り絵

ご意見・ご感想 記入欄

◎今後「えがお」の送付停止をご希望のお客様は チェック ☑ をお願い致します。　□ 発送ストップを希望する。

■ 以下、必ずご記入下さい。

フリガナ
お名前

TEL　　（　　）

E-mail

ご住所 〒□□□-□□□□

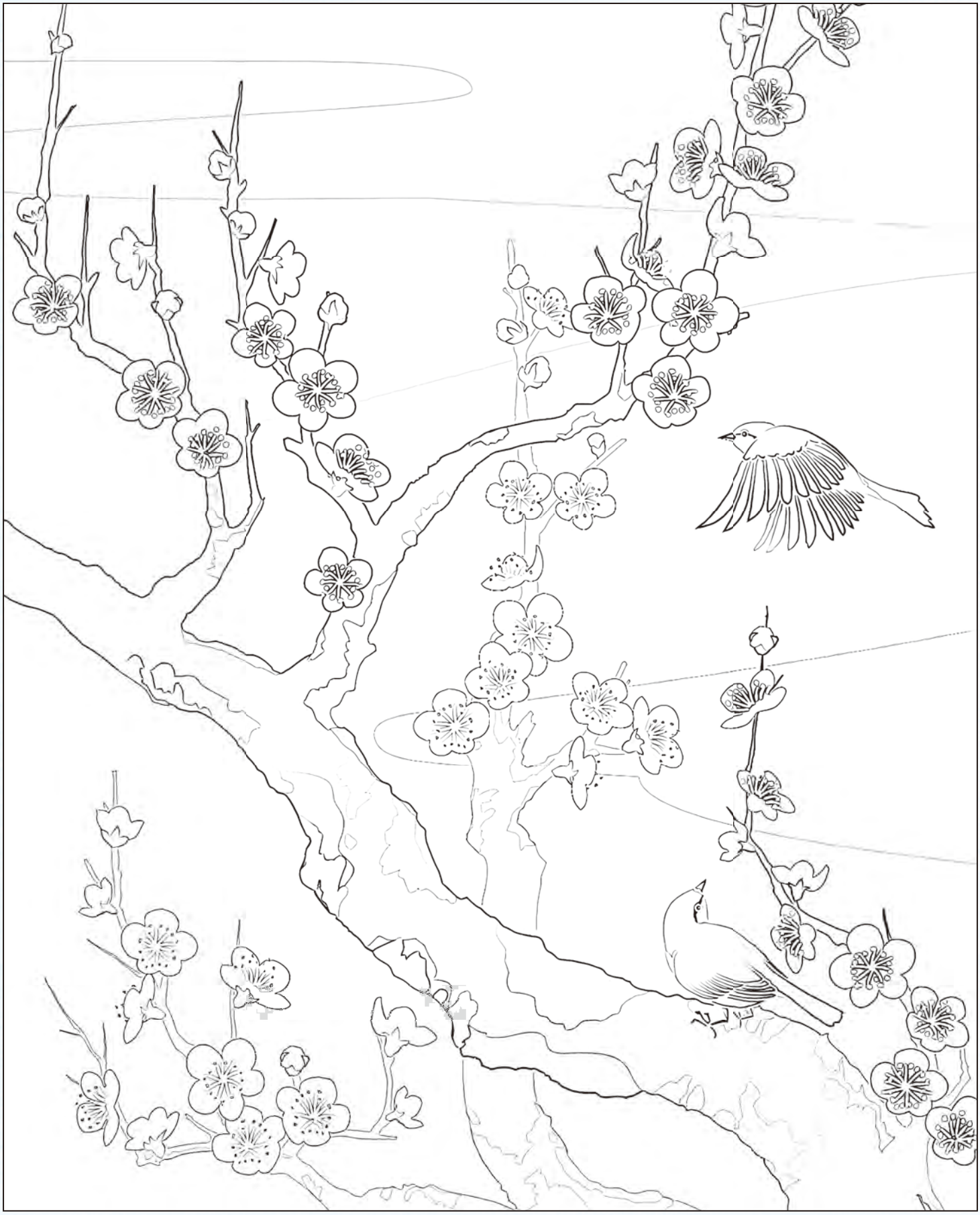
《個人情報の利用目的》 株式会社ニチイケアパレスは、資料請求・内覧希望用紙から得たお客様の個人情報を、資料送付・ご案内の連絡以外に使用致しません。

← FAX用切り取り線
→ 郵便用切り取り線
← 郵便用切り取り線

冬の静かな景色を思い描く
大人も楽しめる

塗り絵

色鉛筆で
自由に彩色!



すべてのお客様の笑顔と幸せのために

お一人おひとりの思いを受け止め、応えることで
私たちはお客様の笑顔と幸せの実現をめざします。

介護付きホーム
（介護付有料老人ホーム）

ニチイホーム

東京都

《 23区内 》
中馬込
下丸子
矢口
多摩川緑地
久が原
自由が丘
碑文谷
南品川
大森
不動前
成城
千歳船橋
八幡山
用賀
渋谷本町

杉並堀ノ内
中野南台
江古田の杜
鷺ノ宮
野方
2021年3月オープン(予定)
都立家政
目白
練馬高野台
石神井台
南大泉
板橋徳丸
王子
西葛西
江戸川
住吉

勝どき
墨田
《 多摩地区 》
三鷹
三鷹Ⅱ番館
西武柳沢
東府中
稲城
国立
西国分寺
立川
立川柴崎
高幡不動
昭島 昭和の森

神奈川県

《 川崎市 》
柿生
王禅寺
新百合ケ丘
栗平
はるひ野
はるひ野Ⅱ番館
読売ランド前
登戸
たまプラーザ
鷺沼
鷺沼南
元住吉

《 横浜市 》
仲町台
仲町台Ⅱ番館
センター北
青葉台
東戸塚
上星川
菊名
《 海老名市 》
海老名

埼玉県

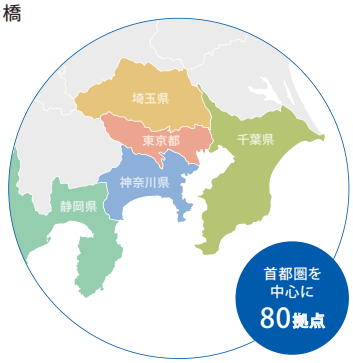
大宮
大宮公園
さいたま新都心
与野本町
北浦和
東浦和
草加
朝霞
川口

千葉県

柏の葉
東船橋

静岡県

修善寺



サービス付き高齢者向け住宅

アイリスガーデン

東京都

昭島
昭島 昭和の森
用賀

埼玉県

北浦和
さいたま新都心

千葉県

松戸稔台

お問い合わせ・資料請求

フリーダイヤル
0120-555-800
受付時間（年中無休）9:00～18:00
※お掛け間違いのないようご注意下さい。

ホームページ

www.nichii-home.jp
ニチイホーム で検索

やさしさを、私たちの強さにしたい。
ニチイ

株式会社 ニチイケアパレス　〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台2-5-12 NMF駿河台ビル6階