

A^{Andante}

アンダンテ



～ゆっくりと歩くはやさで～ みずほ苑 広報誌



 社会福祉法人 美咲会

私たちは

「ご利用者にとって、安心して過ごせる場であること」
「地域の方々にとって安心して頼れる施設であること」
「働く職員にとって豊かな人生を築ける職場であること」

を目指しています



No.58

令和3年7月1日発行



特別養護老人ホーム だより



■気分をリフレッシュ■ 大きな規模の行事ができない代わりに、中庭への散歩や、車椅子や麻痺のある方でも楽しめる魚釣りゲームのレクリエーションで皆さまに楽しんでいただきました。紙に書いた魚ですが、「大漁、大漁」や「こんなに大きな魚が釣れた」など皆さん夢中になって参加されていました。



～暮らし with コロナ～

✿Stay safe make together✿

コロナ感染症はまだ油断できない状況にある中で外出はできませんが、陽気のよい日には換気を兼ねてフロアや居室の窓を開けて涼やかな風を取り込み、初夏を感じていただいています。時折、「いい風が入ってくるね」などの声も聞かれます。

早くコロナが終息し、お出かけや散歩、何より元気なお姿でご家族とお会いしていただけるようになることを願い、引き続き感染症対策に努めてまいります。



あったかごはん

◆◆◆ にぎり寿司 ◆◆◆

握り寿司は、毎回大好評のメニューとなっております。今回もまぐろ、サーモン、穴子、蒸しエビの握り寿司とかんぴょう巻きと厚焼き卵を提供し、ご利用者の皆様から「おいしいよ」

のお言葉と、笑顔をたくさんいただきました。



ちょっとお伺いします!



高橋 英子 様
特別養護老人ホーム
東 2 階



Q ご出身はどちらですか？

A 埼玉県 深谷市です！

Q 好きな食べ物は何かですか？

A うなぎとピザが特に大好きです。



デイサービスセンター だより

■デイの畑■

きゅうり、いんげん、里芋、じゃがいも、さつまいもの苗を植えました。折り紙で野菜を折り、手作りの立札も作りました。



■チューリップとカーネーション■

裁縫の会の活動では、チューリップとカーネーション作りを行いました！！カーネーションは母の日にプレゼントしています。



✿ 雨にも負けず、風にも負けず！

雪にも夏の暑さにも、コロナにも負けず。日々元気に過ごしている今日この頃。デイサービスで育てている野菜も愛情をたっぷり与えられ、すくすくと成長しています。収穫が待ち遠しいです。

7月・8月には夏を感じて楽しんで頂けるように、ミニ夏祭りや七夕、みずほオリンピックを予定しています。今年の夏も暑さに負けず、涼を感じて過ごして頂けるように工夫して行きたいと思えます。

■しだれ桜（壁画制作）■

桜が綺麗に咲き誇る中、デイサービスセンターでもしだれ桜を飾り、お花見を行いました。



ちよっとお伺いします！



- Q** ご出身はどちらですか？
- A** 静岡県竜洋町の出身です。川や海が近く、子供の頃は有志で地引網漁をしていました。
- Q** デイサービスはいかがですか？
- A** ご飯が美味しくいつも全部食べています。野球が好きで体操だけでは物足りなく感じます。
- Q** これからも宜しくお願いします。
- A** 遊ぶのは何でも好き！これからはのんびり遊んで暮らしたいと思えます。



牧野 豊 様
 デイサービス

新型コロナウイルス 感染症対策 実施中

美咲会では下記の取り組みを実施しています



マスクの着用
勤務中はマスクあるいはフェイスシールドを着用します



健康管理
毎日自費での検温「体調チェック」および介護職は出勤後の「検温」を行っています



手洗い・手指消毒の徹底
全職員が入館時および退館時手洗い・手指消毒を行っています



館内消毒
定期的に消毒薬にて、多くの方が触れる共有部の消毒を行っています



換気とオゾン噴出の実施
定期的な換気およびオゾン噴出し館内除菌を実施しております



個人の衛生
介護職は出勤後に清潔な衣類に着替えております

居宅介護支援事業所 だより



夏の脳梗塞に注意!

高齢者が気をつけたい夏の病気といえば、熱中症や夏風邪、夏バテがあります。それに加え、脳卒中も夏の病気に含まれていきます。脳卒中には、血管が詰まるタイプの「脳梗塞」と血管が破れるタイプの「脳出血」「くも膜下出血」があります。これらのうち、「脳梗塞」は夏に発症率が高くなります。

脳梗塞が夏に多くなる理由の一つに、大量の汗をかくために、体が脱水状態になりやすいことが挙げられます。脱水が起きると血液中の水分が不足して粘度を増し、血栓と呼ばれる血の塊ができやすくなります。また、夏は体の熱を放出しようと末梢血管が拡張して、体は血圧低下状態になっています。これが健康な人なら、血流が悪くならないよう調節機能が働くので問題はありません。しかし、体の調節機能が低下している高齢者の場合は、血流が遅くなることにより

て、血栓ができやすくなり血管の詰まりにつながります。エアコンがきいた室内にいても、冷房により空気が乾燥し体から水分が奪われていくため、気づかないうちに脱水状態になっていることもあります。

夏の脳梗塞対策は、水分補給が第一です。のどの渇きを感じる前に水分を取りましょう。高齢者はのどの渇きを感じにくくなっているため、時間を決めて定期的に水分補給をしてください。特に睡眠中と起床後は注意が必要です。睡眠中は汗を多くかきます。就寝前と起床後に、コップ一杯ほどの水分を取るようにしましょう。

◆◆◆ お問い合わせ先 ◆◆◆

居宅介護支援事業所
(在宅介護支援センターみずほ苑)

049-258-9488 (直通)

地域包括支援センター みずほ苑みよし だより



認知症サポーター養成講座を開催しました

5月25日、竹間沢公民館で認知症サポーター養成講座を開催しました。

今年もコロナウイルス等の感染症対策として検温や手指消毒、マスク着用を徹底した上で座席間隔を開けて行いました。

当日は6名の方が参加して下さいました。

認知症の症状や、本人や家族の気持ちを説明しました。その後、認知症の方が困っている時にどのように接したら良いか、良い例と悪い例のビデオを観てもらいました。

認知症サポーターは何か特別な事をする人ではない、温かい目で見守り、理解者である事を示す事が大切だと説明すると、参加者の方々は真剣な表情で強く頷いてらっしゃいました。

認知症になっても地域で



安心して暮らす為に、認知症サポーターを増やす事が必要です。

今後も認知症サポーター養成講座は定期的開催予定です。

◆◆◆ お問い合わせ先 ◆◆◆

地域包括支援センター
みずほ苑みよし

049-293-7341 (直通)



グループホーム だより



■畑始めました
畑を借りて、夏野菜とさつ
ま芋を植えました。時間を
見つけては草むしりに励ん
でいます。



季節のお花に心が和みます

情勢を見ながら、散歩やお花見に出掛けて
います。桜や水仙、藤など、美しい色や香りを
感じながら「春だね～」と目を細めて嬉しそう
にご覧になっていました。心地よい風に吹かれ
ながらのウォーキング、心と体のデトック
スになりました！

献立でも、山菜の天ぷらや筍、ふきの煮物な
ど、ご利用者の皆様と食べたい物を取り入れ
て楽しみました♪



■節句の料理
桃の節句、端午の節句に
ごはんとおやつを作り
ました。柏餅はお店の様
に綺麗に出来ました♪



■伝統食
毎年恒例の、らっきょう、新生姜の
甘酢漬け、紫蘇シユース、梅干し、
と保存食を作りました！1月に仕
込んだ味噌も完成しました。



グループホーム
我が家の食卓



- *桜の塩漬け入り 鯛めし
- *菜の花の白味噌汁
- *鶏肉と筍の彩り 煮物

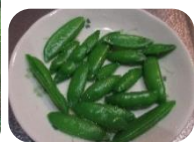
菜の花、筍、鯛、新人参…など春を感じる食材を詰め
込みました。桜の香りが新しい季節の訪れを感じさ
せ、うきうきした気持ちにさせてくれました♪

夏の行事予定

- ・お花見（菖蒲・紫陽花）
- ・七夕
- ・学童とのオンライン交流
- ・夕涼み会
- ・ぶどう狩り
- ・縁日
- ・スイカ割り など



小規模多機能ホーム だより



■畑の様子■

▲今年はキャベツに挑戦しました。
スナップエンドウと苺も豊作です。

ね。」と、好評でした。

■枝垂れ桜の壁画制作■

▶菜の花畑に一本の枝垂れ

桜が咲きました。「ここで

花見が出来るとは思わな

かったわ。香りがしてきそ



■鯉のぼり壁画制作■
鯉の滝登りです。鱗は色付
けた画用紙を切り取り、丸
みを持たせて、一枚ずつ貼
り付けました。
皆様手先が
器用です。



♡活動しやすい夏が来ます♡

衣も薄くなり、動きやすい季節となりました。小規模多機能ホームでは、少人数での散歩を始めました。

雑草が伸びるのが早いので、草取りも毎週手伝って頂いています。室内では、頭と指先を使うレク・体を動かすレクを日替わりで行っています。



ご利用者様のこえ

・好きな食べ物は？

卵、納豆、秋刀魚の塩焼き。

・苑で楽しい事は？

お風呂、おしゃべり、たまにはゲームも、全部楽しみ。

・一言お願いします！

「皆さん優しいから大好き。」



川村 昭子 様

・東京板橋の出身

夏の行事予定

- ・菖蒲、紫陽花の花見
- ・梅ジュース作り
- ・七夕クッキング
- ・関沢みずほ苑夏祭り
- ・盆踊り会 等



地域包括支援センター だより

高齢者あんしん相談センターみずほ苑



フレイルチェックを受けてみましょう！

「昨年一年間、老人会もなく、外出を控えていたら体力も気力も落ちてしまった」という相談が多く寄せられています。長引くコロナ禍での生活が、高齢者の体力や気力の低下を引き起こしていることを実感する毎日です。

高齢者あんしん相談センターみずほ苑では、コロナ禍における地域の困りごとを発見し、具体的な取り組みにつなげていけるよう各関係機関と協力しながら日々活動しています。

その中でも、高齢者のフレイルを予防することは昨年に引き続き、大事なテーマです。富士見市では、健康増進センター主催のフレイル予防教室において、「フレイルチェック」を受けられます。筋肉量を調べる指輪つかテストや、握力、滑舌等を調べる簡易テストの

実施やフレイルについて学べる良い機会です。気候も過ごしやすくなる秋の季節、ぜひ、ご近所の方にも声をかけあい、お出かけください。

*フレイル予防教室

① 10月19日 西交流センター

② 11月10日 針ヶ谷コミュニティセンター

③ 12月21日 みずほ合コミュニティセンター

各教室には当相談センター職員も参加します。個別に相談が必要な方は、その後連絡を取り合い対応させていただきます。

お問い合わせ先

地域包括支援センター
(高齢者あんしん相談センター)



049-256-7423 (直通)

えんのひととき



みずほ苑「オンライン面会」の様子

特別養護老人ホーム、グループホームでは、オンライン面会を開催しております。(要予約) Zoom (ズーム) のアプリを使って、自宅にいたまま面会ができます。

面会時間に限りはありますが、ご利用者との時間を少しでも共有していただければと思います。ご予約方法をご確認いただき、ぜひご利用ください。

広報誌アンダンテ アーカイブス

archives

今ご覧いただいている
「広報誌アンダンテ」の過去の
記事がみずほ苑ホームページで
いつでも閲覧できます！

みずほ苑の数々のひとときをもう一度。

アクセスはパソコン・携帯から「みずほ苑」を検索

みずほ苑

検索

携帯電話からはこちらが便利！

◆ トップページより→施設一覧→みずほ苑をクリック (タッチ)。
下にスクロールするとアーカイブスが見えてきます。



こちらのQRコードでもアクセスできます。

お気軽にご覧ください



みなさまと
 ともに。 **職員紹介**

地域包括支援センター管理者 吉田 みずほ さん

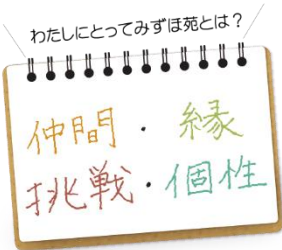


Mizuho Yoshida

今年度より富士見市地域包括支援センターで管理者として活躍中。

地域包括支援センターは「高齢者のなんでも相談窓口」です。地域の方、関係機関の方々に、気軽に相談いただける関係作りを心掛けていきたいと思っております。

今年度より富士見市の地域包括支援センターで管理者を務めております吉田と申します。大学卒業後、デイサービスセンターみずほ苑に入職し、引越したことになった際、みずほ苑より声をかけて頂きました。10年近く経っていたにもかかわらず、以前いた職員さん方が多く働いており、変わらないみずほ苑の姿がありました。介護の仕事は離職率も高く、数年で職員がガラッと変わってしまう職場もあります。その中で、何年も同じ職員さんがいるということは、安心感、信頼感を皆さんに与えることができると思います。また、そこに新しい職員さんも加わり、一人一人のスキルアップ、個性豊かな職場になっています。まだまだ、私の個性は見つかりませんが、誰かに笑顔になってもらえることが日々自分の喜びです。



ショートステイ

定員：1日12名



一泊からご利用できます。
 ご予約は2カ月前から受け付けています。

デイサービス

定員：1日35名



送迎いたします。
 日替わりのアクティビティで楽しく元気に。

特別養護老人ホーム

定員：西館50名
 東館36名



寝たきりや重度の認知症など
 常時介護が必要な方が入居できます。

地域包括支援センター

地域密着の相談窓口



地域での生活が続けられる
 よう様々なご相談をお受けします。
 三芳町第2地区を担当しています。



みずほ苑

居宅介護支援事業所

介護の「何でも相談窓口」



ケアプランの作成もいたします。
 お気軽にお電話下さい。お伺いいたします。

m 社会福祉法人 美咲会



関沢みずほ苑

グループホーム

定員：18名



認知症対応型の
 共同生活住居です。

地域包括支援センター

地域密着の相談窓口



地域での生活が続けられるよう様々なご相談
 をお受けします。富士見市第4圏域を担当。

小規模多機能ホーム

定員：通い15名/日
 泊り5名/日



「通い」を中心に「訪問」
 「宿泊」もできます。

編集後記

暑い日が続いています。水分補給
 をして熱中症を予防しましょう。
 元気に夏を乗りきりたいですね。(H)

