

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

2022

No.62

令和4年7月1日発行



特別養護老人ホーム だより



コロナの影響により外出活動ができないため、施設内でトランプゲームや将棋を行っています。



✿ 外が気持ち良い季節になりました！

天気の良い日は中庭へ散歩に行ったり、ベランダから景色を眺めたりしながら、外の空気に触れ季節を感じています。5月にはデイサービスのご利用者が作った大きい鯉のぼりと一緒に写真を撮りました。



あったかごはん

◆◆◆ 三輪そうめん ◆◆◆

郷土料理の日に奈良県の「三輪そうめん」を提供しました。そうめんの上に錦糸卵、エビ、椎茸の含煮、細くきざんだしその葉をきれいにトッピング。暑い日にもツルツルと食べやすくご利用者の皆様にも喜んでいただきました。



ちょっとお伺いします！



寺井律子様

東3階



Q みずほ苑の生活で一番楽しいことは何ですか

A お風呂が大好きで、入浴している時が一番楽しいです。温泉にも行ってみたいです。

Q みずほ苑の食事はいかがですか

A お肉もお魚も美味しく頂いてます。甘いものが大好きで、特におやつの時間を楽しみにしています。



デイサービスセンター だより

■中庭散策■

皆さんと作った大きな鯉のぼりを中庭に飾り、写真撮影を行いました。大きな鯉のぼりに喜びもひとしおです♪



■木工クラブ■

今年度は木材を使用して、デイサービスに“あったらいいな”と思う物を作っています！第一弾は『作品が飾れるカレンダー』作りです。男性ご利用者大活躍中です♪



暑い夏がやってきました！

暑いあつ〜い夏がやってきました。今年も『デイの畑』では様々な野菜を育てています。水分をしっかり補給し、暑さに負けず、愛情たっぷり育てています♪

畑以外にも様々な活動を行っています。木工クラブでは男性ご利用者を中心に物を作る楽しさを味わってもらいたいと思っています。

7月は七夕、水遊び。8月は夏祭り。9月は敬老会を予定しております。



■デイの畑■

令和4年度はさつまいも・大根等を育てていこうと思っています。ジャガイモの収穫も行いました！



ちょっとお伺いします！



Q ご出身はどちらですか？

A 疎開先の長野県で生まれ、2・3歳の頃に豊島区要町にきました。地元の小中高校に通いました。

Q デイサービスはいかがですか？

A レクリエーションは脳活が好きで良く参加しています。本が好きなので、持参して読んだりしています。

Q これからも宜しくお願いします。

A 昔から本が好きだが、以前と好みが変わったりしているので、新しく好きな作家を探してみたい。



内藤 清様
デイサービス

行事予定

- ・ 菖蒲、紫陽花の花見
- ・ 七夕
- ・ 納涼祭 など

居宅介護支援事業所 だより



夏の健康管理

～梅雨から夏にかけて気をつけたいこと～

高温多湿の梅雨から猛暑の夏がやってきます。この時期に体が暑さについていけず体調を崩す方もいます。今回は高齢の方が気をつけたいポイントをお伝えしたいと思います。

① 脱水・熱中症

体が脱水状態になると血管が詰まりやすくなり脳梗塞のリスクが高まります。こまめな水分補給が重要です。目安は1日1.5リットルです。

*危険信号

- ・わきの下が乾いている
- ・唇や口腔内が乾燥している
- ・腕の皮膚を持ち上げて放したときにシワができません

このような症状がある場合には経口補水液の摂取や医療機関を受診しましょう。「かくれ脱水」という熱中症の前の段階から注意が必要です。だるい、疲れやすいと感じたら脱水の可能性があります。

② カビ・ダニに注意

この時期に「夏型過敏性肺炎」の患者さんが増えるそうです。カビ・ダニが原因で起こるものです。また皮膚炎にかかる方も多いです。除湿をして湿度は50%ぐらいが理想です。下着をこまめに交換したり、布団のシーツを洗濯して体の清潔を保ちましょう。

③ 蒸れ・かぶれ

オムツを利用されている方は、オムツを汗をかき、蒸れが原因でオムツかぶれを起こすことがあります。着替えや入浴の際に皮膚の状態を観察して皮膚トラブルを予防しましょう。

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24日、竹間沢公民館にて、認知症サポーター養成講座を開催しました。当日は9名の方が参加して下さいました。

認知症の症状や本人・家族の気持ちを説明後に、認知症の方がゴミ出しで困っている映像を視聴した上で「自分だったらどう声掛けをするか」について話して頂きました。参加者の中には、「地域で実際に違う曜日にゴミを出す方がいる」、「正しい曜日を優しい声で伝える」など様々な意見が出ました。



認知症になっても地域で安心して暮らす為に、優しく声を掛け合えると良いですね。今後も認知症サポーター養成講座は定期開催していく予定です。

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



■桜の花見■
コロナ感染対策を考え車内から桜のお花見をしました。「もう桜の咲く季節になったんだね」と話され春を感じました。苑内にも桜の枝を購入し、桜を満喫しました。



❁ 梅雨明けも間近、夏はすぐそこまで！

春になり、ドライブでの桜のお花見や菖蒲湯、柏餅作りなどで季節を感じております。今年の柏餅は「昔は家でよく小豆を炊いていたよ」の一言から、中身のあんこも手作りしてみました。焦げないように順番に鍋をかき混ぜて大成功。お餅も柔らかくとても食べやすい柏餅が出来ました。

外食気分を少しでも味わえるようにと、ご利用者のリクエストに応え、「宅配ピザ」を注文したり「セレクトランチ」として3種類のメニューから選べる日を作ったり、バイキングに来ているかのような「おやつバイキング」を実施したりと、苑内行事を充実させています。

■家庭菜園■



3階のベランダに家庭菜園のスペースを作りました。夏野菜であるトマトやナスの苗や、向日葵の種を蒔きました。どんな野菜に育つか待ち遠しいです。

■保存食作り■

毎年恒例の保存食作りにも取り組んでいます。梅干しや梅シユース、新生姜の甘酢漬けやらっきよう漬けなどを作っています。「昔よく作っていた」と下ごしらえもあつという間に終わりました。完成を待ちわびています。



グループホーム

我が家の食卓



《春のおひるごはん》

- ・しらす丼
- ・春キャベツの漬物
- ・牛肉の贅沢汁
- ・オレンジ

しらすや春キャベツ、汁物には芹を入れ、旬の食材をふんだんに使用しました。見た目や味、香りも楽しめる献立となりました♪

夏の行事予定

- ・花見（菖蒲、あじさい）
- ・七夕
- ・学童との交流（オンライン）
- ・夕涼み会
- ・ぶどう狩り
- ・縁日
- ・関沢みずほ苑夏まつり など



小規模多機能ホーム だより



■イチゴの収穫&試食■ ▲小さくてかわいいイチゴが採れました。少しですが、みんなで食べました。甘くてちょっとすっぱくて、笑顔になりました。



ご利用者のお誕生会を開催しています!!

5月は3名のご利用者が誕生日を迎えました。それぞれ85歳、91歳、95歳になりました。ケーキが苦手な方には手作りおはぎでお祝いしました。

誕生会は毎年の恒例になっています。来年もまたお元気で誕生日が迎えられるよう、楽しく笑顔で過ごして行きたいと思っています。



■5月の壁画完成■
▶毎月季節を感じられる壁画を作成しています。5月は菖蒲にしました。4月から制作を始め、皆様と職員で協力し完成となりました。5月には菖蒲湯にも入り、体からも季節を感じることが出来ました。



■紙芝居しました■
◀昔懐かしい紙芝居、職員の渾身の演技で盛り上がりました。皆様紙芝居に聴き入り、笑い声も聞こえ、楽しいひと時を過ごすことができました。

ご利用者様のこえ

Q:好きな食べ物は?

A:お寿司

Q:苑で楽しい事は?

A:他の利用者さんに会って、話したり笑ったりすることです。

Q:一言お願いします!

A:冗談言って、みんなを笑わせることが好きです!



坂田 亮 様
小規模多機能ホーム



夏の行事予定

- ・菖蒲、紫陽花の花見
- ・梅、シソジュース
- ・七夕クッキング
- ・関沢みずほ苑夏まつり
- ・盆踊り
- ・学童との交流(オンライン)

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



介護者教室を開催しました

5月9日（月）、関沢みずほ苑にて介護者教室を開催しました。「介護の基本安全・安楽・負担なく」というテーマで、小規模多機能ホームみずほ苑の松田ホーム長に講師を依頼しました。はじめに、人の自然な動きの理解やボディメカニクスを知る事で介助する側とされる側双方の負担軽減につながるということや、声掛けの重要性等の講義がありました。その後、参加者の皆様に実際に介護用ベッドや車いすを使用した介助を体験してもらいました。起居動作や移乗動作のちょっとしたコツや、家庭にあるゴミ袋を利用することでベッド上での移動が簡単にできる方法など教わり、参加者からは「一つ一つ丁寧に教わり、大変参考

になった」等の感想をいただきました。

地域包括支援センターではこのような介護者教室を年2回開催しています。今後も地域の皆様が気軽に参加でき、日常生活に役立つ介護の豆知識を学べる機会を提供できればと思います。ご案内は回覧板や地域の掲示板にて掲示させていただきます。

皆様の参加をお待ちしております。



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)



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



えんのひととき



■ベランダでの日光浴■

梅雨入り前のさわやかな五月晴れの日一枚。特別養護老人ホームのご利用者とベランダで、ガーデニングや日光浴を楽しみました。

三芳町は雑木林が多く、自然豊かな景色が魅力の一つです。夏にはホテルが鑑賞できるスポットや、ひまわり畑も見ることができます。感染状況にもよりますが、今年は感染対策を講じながら、外出や納涼祭などを企画しています。開催が楽しみです。

みなさんと
ともに。

職員紹介

経営企画室 人事・労務担当 長島 江梨子 さん



Eriko Nagashima

令和3年入職。
経営企画室 人事・労務担当
として活躍中。

平成25年に新卒でみずほ苑に事務員として入職しました。

一度他業種を経験するため転職しましたが、ご縁があり令和3年1月からみずほ苑で労務を担当しております。

たった数年の間に、制度や設備などがとてもレベルアップしていて驚く半面、変わらない職員の皆さんの温かさに安心したのを覚えています。

今まで労務の経験はなく、はじめは分からないことばかりでしたが、周りの方々に支えられながら少しずつできることが増えてきました。労務の仕事は給与計算業務をはじめとして、正しく処理されて当たり前ですが、そんな中でもたまにいただける職員の皆さんからの「ありがとう」の一言にとってもやりがいを感じています。

令和6年には新規特養の

オープンも控えています。

より一層職員の皆さんが安心して活躍できる環境をつくるために、様々な

ことに取り組んでいきたいと思っています。

「わたしにとってみずほ苑とは？」

笑顔と思ひやりのある職場

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。



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

一年も半分が過ぎました。今年の目標「体を柔らかくする」ために寝る前にストレッチをしています。みなさんは今年の目標を達成できそうですか？（Ｔ）