

アンダンテ

andante

ゆっくりと歩くはやすで



2024
Winter



福祉まつりに参加しました。
秋晴れの空の下、たくさんの展示を見ました。

No.72

P2 みずほ苑

P4 関沢みずほ苑

P6 ハレサク

Misakikai
social welfare corporation



2024年8月に
新規施設ハレサク
OPENしました！

MISSION
ミッション



だれもが活躍できる
社会をつくる



- 特別養護老人ホーム
- ショートステイ
- デイサービスセンター
- 居宅介護支援事業所
- 地域包括支援センター



特別養護老人ホーム
ショートステイ

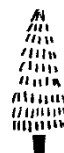


秋まつり・十五夜行事を行いました

暑い季節が終わり、ようやく涼しい秋が訪れました。

みずほ苑では恒例の「秋まつり」が開催されました。楽器トロンボーンを生演奏、職員による組太鼓、ソーラン節が披露され、楽しい時間を過ごしました。

十五夜行事では、十五夜にちなんだ壁飾りをフロアの皆で作成しました。ミニゲーム大会も併せて行い、白熱しました。



胃腸に
優しい食事を

居宅介護支援事業所

年末年始は、食べすぎやお酒の飲みすぎによって体調を崩しやすくなります。

胃もたれや胸やけ、下痢などを引き起こす前に、胃腸にお休みを与えてあげましょう。

△胃の働き▽

食べ物を吸収しやすいよう、胃酸を用いて分解する。

△腸の働き▽

栄養分を全て取り除いた残りカスで便を作り、蠕動運動により肛門へ移動させる。

胃は食べ物を消化・分解する際に、酸性度の高い「胃酸」を分泌して消化を促す一方、自らを胃粘液で守っています。不摂生な食事やストレス等が続くと、このバランスが崩れ、胃酸の刺激で胃粘膜が荒れて、胃の不調につながります。

△胃を休める食事ポイント▽

◎胃の負担を減らしましょう

脂が多い食事は避け、野菜類はよく加熱・細かく刻む・すりおろす等、消化しやすいように工夫しましょう。

◎胃腸を刺激しないようにしましょう

塩味・酸味・辛味の強い食べ物、カフェインを含む飲み物や炭酸飲料は、刺激が強いので控えましょう。



デイサービスセンター



記事のタイトルを入力

★運動会★

紅白の対抗戦でおこないました。聖火リレーや足で玉入れ、応援合戦をおこない白熱した戦いの末、白チームが優勝！

★干支だるま作り★

毎年恒例の干支だるま作り、来年は巳年。素敵な干支だるまが出来上がりそうです。

★福祉まつりアート展★

絵手紙を出展し、アート賞を受賞し表彰されました！

行事予定

- ・ 初詣
- ・ 新年会
- ・ 節分



介護者
交流会を
開催しました

地域包括支援センター

(みずほ苑みよし)

10月22日(火)に藤久保公民館で、介護者交流会を開催しました。今回のテーマは、「一人で悩まない。自分の思いを伝えよう」。

対象は、在宅で介護されているご家族や支援されている方、介護に興味のある方です。

同じ悩みをもつ仲間同士が集い、ご自分の思いをお話ししたり、他の人の話を聴くことで、気持ちの整理やこころの負担の軽減につなげていくことを目的にしています。

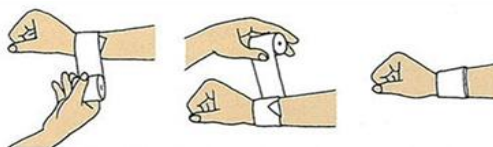
毎回交流会の前の冒頭20分は包括職員から、ミニ講義をしています。

今回は「自宅でできる包帯の巻き方講座」でした。

正しい包帯の巻き方のコツは、下図(中)のように、少し端を折り曲げるとズレにくいということです。

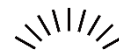
一同「へえ!」と感動体験になったようでした。

介護者交流会は毎年定期的に開催しています。介護に悩んでいる方、興味がある方、介護に使える知識を知りたい方、お気軽にご参加ください。





- グループホーム
- 小規模多機能ホーム
- 地域包括支援センター



グループホーム



敬老会

敬老会を行いました。昼食は皆で乾杯をした後にお寿司を食べて歓談。ご長寿の祝い年の皆様には、うちわで作った写真入りメッセージをプレゼントしてみんなでお祝いをしました。

コスモスの花見 ※1

コスモス街道へ花見に行きました。ピンクや白、紫と綺麗なコスモスを見ながら楽しそうに散策されていました。

外食ツアー ※2

メニューから好きなものを選びました。「外で食べるのも良いね」と充実したひと時を過ごしました。

干し柿作り ※3

皆で皮を剥いて紐で括り付けた柿を、10日間ほど天日干しました。完成した干し柿をみんなで美味しく頂きました。



※1



※2



※3



グループホーム 我が家の食卓

～ 秋の味覚メニュー ～

- ・ 鮭の炊き込み御飯
- ・ 南瓜の味噌汁
- ・ 豚肉とカラの炒め物
- ・ 白菜の漬物
- ・ みかん

昼食に季節の食材である鮭やかぼちゃ、みかんなど使い、おやつはりんごのコンポートを作りました。秋らしい彩りを意識し、栄養バランスを考えた内容となっています。



芋ほり・クッキング

今年もはやし園にお邪魔して芋ほりを楽しんできました。掘った芋は、炊飯器でさつま芋ケーキを作り頂きました。「とても美味しい」「自分たちで採った芋は格別ね」といった声が聞かれました。



小規模多機能ホーム

買い物・外食ツアー

しまむらで買物を楽しんだ後に、『むさしの森珈琲』でお茶を楽しみました。買い物よりカフェを楽しみな方など、皆さんから「とても楽しかった、また是非行きましょう」と絶賛の声があがりました。



行事予定

- ・鏡開き
- ・新年会
- ・節分
- ・バレンタインクッキング
- ・ひな祭りクッキング
- ・花見



介護者教室を開催しました。

地域包括支援センター

(高齢者あんしん相談センター)

11月29日に関沢みずほ苑にて介護者教室を開催しました。

高齢者住宅仲介センターウチシルベ相談員の板倉聡美様をお招きして、「もしもの時の施設の選び方」についてお話を頂きました。参加者は20名程。

高齢者向け住まいの探し方をどこに相談してよいのか？ご本人の状況から担当のケアマネジャー、地域包括支援センター、病院相談員、ウチシルベのような施設紹介センターへ相談する方法や施設の種類の、施設による介護サービスの仕組みの違い、施設の費用など説明して頂きました。

参加者の方からはわかりやすかった、特別養護老人ホームと有料老人ホームの違いがわかったなどの感想を頂きました。

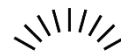
今後も地域の皆さんに介護の方法や介護者の健康などを情報提供していきます。





- 特別養護老人ホーム
- ショートステイ

新規
施設



特別養護老人ホーム
ショートステイ



ハレサクでの
生活が始まっ
ています！



8月に開所したハレサクでは、徐々に入居者が増えて皆様の新たな生活が始まっています。

- ▼9月に開設後初行事となった敬老会を行いました。
- ▲ハレサク駐車場から航空ショーが見られました。
- ▲YouTube を手本にして盆踊りで体を動かしました。
- ▶ベランダから町会のこども神輿に声援を送りました。
- ▶塗り絵など趣味に取り組まれる方も。



● ハレカフェのオープンは春になりました！



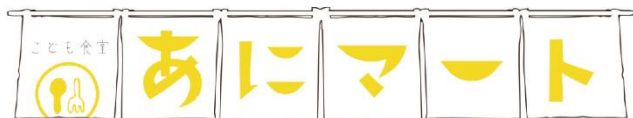
HARE-SAKU
NEWS



ハレサクの敷地内にある『ハレカフェ』は、ドリンク＆軽食を提供するカフェとしての営業を予定していますが、一般の方がご利用できる本格オープンは春（3月）とさせていただくことになりました。

現在は、入居者の面会にご利用いただけるよう場所の開放を実施しています。ゆったりしたカフェの雰囲気の中でご家族と一緒に過ごす時間は、ご入居者様にとっては素敵なひとときとなっています。

みんなで食べよう！こども食堂



こども食堂「あにまーと」は毎月1回、関沢みずほ苑で17:30～開催しています。

11/13(水)のメニューは、「ドライカレー・ハムともやしのナムル・柿と大根のマリネ」。マリネに入っている「柿」はボランティアさんがこども食堂のために取ってきてくれました。子どもたちの「おかわり！」の声がたくさん聞こえていました。

また、今回のこども食堂には「全国子ども食堂支援センター・むすびえ」さんがお越しいただき、当会のこども食堂の取材をしていただきました。

★★★★
手作り

ミサキカイの
あったかごはん



鶏だんご汁



鶏だんごは手作りで一つずつ手で丸めています。やわらかくフワフワとした食感でとても食べやすく鶏肉から出た出汁が染み込んでいるので食べると鶏肉の旨味と野菜の甘味が鶏団子からジュワッと出てきます。

野菜もたっぷりと摂れ栄養満点で冬におすすめの料理です。

広報誌アンダンテ

archives アーカイブス



今ご覧いただいている「広報誌アンダンテ」の過去の記事が美咲会ホームページでも閲覧できます！

施設ごとの日常のひとときをもう一度。

〈 アクセス方法 〉

パソコン・スマートフォンから

スマートフォンから
はこちらが便利！

QR



美咲会

Q 検索

トップページをしばらく下へスクロールしていくと広報誌『Andante』の一覧がご覧いただけます。



MISAKIKAI

TOPICS



10月26日にみずほ苑の中庭で「地域交流イベント 体験型音楽療法&ピアノ演奏会」を開催しました。当日は曇り空の中、地域の方々21名が参加されました。

当苑の音楽療法士である三木和佳子先生による講義とピアノ演奏、体験では「ふるさと」や「もみじ」などを合唱し、皆様音楽療法に触れながら童心に帰り楽しいひとときを過ごしました。

みなさま
とともに。

職員紹介



特別養護老人ホームみずほ苑
東館ユニットリーダー
齋藤 真奈

平成30年に入職し、約7年が経ちました。
特養では西館と東館で勤務し、3年前からユニットリーダーをさせて頂いています。

日々ご利用者と関わる中で、昔の話や戦争の話、趣味の事、人生経験など様々なお話を聞かせていただくことがあります。そういったお話をする時間はとても大切にしており、自分の学びにも繋がる時間だと思っています。ご利用と関わる際は、挨拶や声掛けなどを大切に、少しでもご利用者とお話しできる時間を作るよう心掛けています。

これからも、笑顔を忘れずにご利用者が安心して、楽しくその人らしく過ごして頂けるよう努めていきます。

＼わたしにとってミサキカイとは？／

常に学びがある場



社会福祉法人
美咲会



みずほ苑

〒354-0043
埼玉県入間郡三芳町竹間沢 735-1



関沢みずほ苑

〒354-0025
埼玉県富士見市関沢 3-23-41



ハレサク

〒354-0034
埼玉県富士見市上沢 1-21-38

新規施設

2024年8月
OPEN
しました

MIZUHOEN

SEKIZAWA
MIZUHOEN

Hare-Saku



特別養護老人ホーム



短期入所生活介護事業所



デイサービスセンター



居宅介護支援事業所



地域包括支援センター



049-258-9211



049-258-9434



049-258-9488



049-293-7341



グループホーム



小規模多機能ホーム



地域包括支援センター



049-256-7422



049-256-7423



特別養護老人ホーム



短期入所生活介護事業所



049-265-7739



各施設事業所の詳しい内容は
当会のホームページをご覧ください。
または、お電話でお気軽にお問合せください。

三芳町認知症サポートセンター（愛称：三芳町オレンジサポートセンター）



049-259-2525

編集後記

今年の干支はヘビ年です。ヘビ年は巳（み）と実（み）をかけて「実を結ぶ」年といわれています。皆様にとって希望にあふれた1年になりますように（K）



スマートフォンの場合
右のQRコードからの
アクセスが便利です！

美咲会ホームページ
本サイト



美咲会ホームページ
リクルートサイト



Instagram



YouTube
チャンネル



<https://mizuhoen.com/>

美咲会

検索

最新のお知らせや情報は当法人公式サイトにてご確認くださいませようお願いします。
※QRコードは、(株)デンソーウェーブの登録商標です。※掲載の写真的転載等を禁じます。