

四季のたより

む つ み



発行日 令和4年8月15日
発行所 〒238-0031
横須賀市衣笠栄町4-14
社会福祉法人 阿部睦会
共楽荘
電話 046-851-1904 (代)
ホームページ
<https://kyourakusou.jp/>
E-mail
kyoraku@violin.ocn.ne.jp
編集 「むつみ」編集委員会
発行人 阿部 厚三
印刷所 コージーブラン



心に栄養を



共楽荘特養ホーム
A棟主任

春日 智恵

私が介護職を志し、共楽荘で働かせていただき13年となりました。色々な方との出会いとお別れがありました。

介護職員として最も大切にしている事があります。エンパシーです。「もし自分が相手の立場だったら」と考え、共感できる様に努めることです。時にはご入居者より「優しいだけじゃダメなのよ」とお叱りを受けたこともありました。頼りにならないのだと気分も沈みましたが、お叱りを受けた方が天寿を全うされ遺品整理をしていた時のこと。詩を趣味にされていたノートの片隅に「春日さん。貴方が居てくれると心が穏やかになります有難う」と書かれていました。ご入居者の生活をサポートしている私達ですが、人として成長をさせて下さる様教えて下さっているのだと実感しました。

今後も出会いを大切に皆様の心に栄養を届けられるよう精進してゆきます。

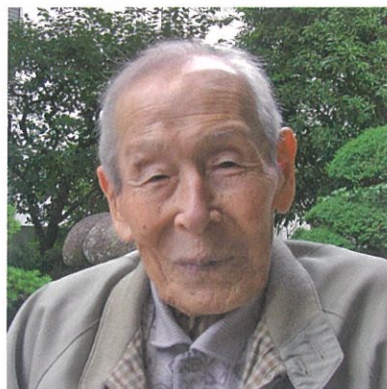


ご入居者の声



特養ホーム

さいとう
齊藤 登 92歳



私は昭和5年に6人兄弟の三男として富山県で生まれました。その後は親の仕事の都合などで小樽、蒲田、藤沢、鎌倉、衣笠と移り住み、現在に至ります。

両親は共に大学教授で、職業柄転勤も多く、時代の波にも揉まれてきましたが、幼少の頃は経済的にも比較的楽に生活することができました。日中戦争が始まると、親の仕事の関係上、世間からの風当たりも厳しくなり、少年期から青年期はとても苦勞しました。現在入居されている皆様も、年齢的に戦争を体験されてきた世代の方々が多く、たくさんの方々の苦勞を乗り越えてきたことと思えます。今まで生きて来れたことに本当に感謝です。

ここへ入居に至るまで、過勞による背骨の骨折で4カ月間入院していました。完治には2年かかるとの診

断で、当時は食事もお粥となり、思うように体を動かすこともできず大変苦勞しました。

共楽荘に入居してからは、徐々に形のあるものを食べることが出来るようになり、今ではトイレや自分の部屋でも、ある程度自由に移動することができるようになりました。

90歳を少し過ぎましたが、自分のことは出来る限り自分でするように心がけ、もう少し頑張っていきたいと思っています。

ここの生活で驚いたのは、夜の長いことです。私は習慣的に昼間寝ることはほとんどなく、夜も5時間位しか眠りません。眠りが浅いことも多く、夜中に目がパチクリしていることもあります。病気ではありませんので、あまり気にしないでくれると助かります。

今の生活には満足していて健康状態も良好です。これからも、昔を思い出しながら記録をつけたり、たまには他のフロアに入居している妻と話をしたり、のんびりと生活ができたらいと思っています。

介護職員さんには、これからもご迷惑をおかけすると思いますが、多少のことは大目に見て下さいますようお願いいたします。

私の現在の健康があるのも、介護してくれている共楽荘職員皆様のおかげです。

また、共楽荘に入居できたこと、本当に感謝しています。ありがとうございました。

養護老人ホーム

やの
矢野 ツギ 86歳



栃木県那須郡小川町で6人家族の次女として生まれました。小川町は、鮎釣で有名な中川が流れています。幼少期は、親戚がヤナ場を作り、鮎をとって商売していたので夏はお手伝いをしていました。冬は、豪雪地帯なので囲炉裏で暖を取って過ごしていました。

中学卒業後、横浜の三菱造船所に就職しました。仕事は、いろんな国の外国人の方に作業に必要な物品（つなぎ・安全靴）を手渡す仕事をしていました。

その後、姉から一緒に住まないかとの提案があり同居するために横須賀に来ました。

共楽荘に入る前は一人で暮らしていました。入浴中にドアが開かなくなり、窓から脱出しようとしたところ、足を滑らし転倒、腰椎圧迫骨折をしました。

その後リハビリを経て帰宅しましたが、一人での生活は不安もあり訪問介護を依頼していました。ヘルパーの方から、老人ホームの施設があることを紹介され、共楽荘養護老人ホームにお世話になっていました。

ここの生活は、一人で暮らしていた時よりも食事や入浴の部分での不安も少なく安心して生活を送れています。施設生活では、日常では味わえないような行事も多く、楽しんで参加させて頂いています。

入居後も転倒し腰椎圧迫骨折を患いましたが、施設で歩行ができなくなるのは嫌なのでリハビリを懸命にし、シルバーカーで歩行できるまで回復しました。退院後も歩行に関しては不安もありましたが、職員の皆様に見守りや声掛けなど親切にして頂き感謝しています。

今後も、体調を崩さず健康に長生きたいです。



介護保険利用法指南

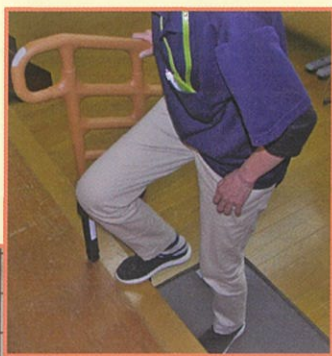
福祉用具のレンタルについて



共楽荘居宅支援センター
青柳 芳子

足腰が弱ったり、膝や腰に痛みがあるとなじりとした段差を移動したり、立ち座りの動作をするのが思いのほか負担になる場合があります。

介護保険のサービスの一つに「福祉用具貸与」があります。これは、介護認定を受けた日常生活に支障がある人が、動作補助のための福祉用具をレンタルすることができサービスです。



今回は、レンタルできる福祉用具の一つである手すりをご紹介します。

写真は玄関上がり框と、布団の横に設置した手すりをケアマネジャーが体験使用した例ですが、手すりがない場合よりも膝や腰の負担を減らして安全に立ち上がりや移動ができるようになります。

その他、日常的に立ち座りが必要になるトイレも、手すりを設置することでスムーズに動作できるようになり、ご本人ができることを増やす効果が期待できます。

福祉用具のレンタル品は手すりの他、杖や歩行器、車椅子などもあります。

ご利用については、お気軽にケアマネジャーまでご相談ください。

電話 046-851-1904(代)



特養ホーム 午後のひと時

言語リハビリ



特養生活相談員
佐藤 洋平

共楽荘特養ホームでは、毎週火曜日の午後二時からB棟一階のリハビリ室で言語リハビリを行っています。各フロアのご入居者に参加を募り、通常12名前後の少人数で行っています。

リハビリという専門的な訓練を想像しがちですが、ここでは他のフロアのご入居者と一緒に歌を唄ったり、発声練習を行ったり、時には雑談やクイズ、ことわざなど、特に難しいことを行うわけではなく、楽しみながら毎日の食事や会話で使う喉の筋肉のトレーニングに繋がれば、と考えて行っています。

毎日施設の中で過ごしていると、外の気候の変化や曜日の感覚などが鈍りがちです。言語リハビリでは、まずカレンダーでその日の確認をすることから始めています。春夏秋冬、少しでもその時の季節を感じて頂けるように、なるべく季節に合った歌を取り入れるよう心掛けています。時にはカラオケで歌われるような歌謡曲を唄うこともあります。美空ひばりさんの「港町十三番地」や、坂本九さんの「見上げてごらん夜の星を」などが人気です。昔の曲はご入居者の方がよく知っていることが多く、私が知らない歌を教えてください。特にお子さんの歌や童謡や唱歌は皆様がよく覚えていらしゃいます。皆と一緒に歌う「故郷」は、自分のお気に入りのレパートリーのひとつです。

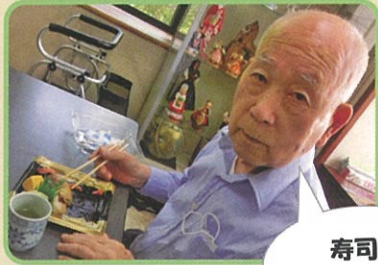


言語リハビリは歌で発語を引き出すことだけが目的ではありません。昔を思い出したり考えたりすることは、脳に対しても良い刺激になりますし、参加者の方に毎週火曜日の習慣として、メリハリを持って活動的に生活していただきたい、という目的もあります。参加されているご入居者に「毎週楽しみにしていますよ。」と声をかけて頂いた時は、嬉しい思いと同時に、「毎週やっていてよかった。」と改めて感じさせていただきました。

ご入居者一人一人とより近い距離で気兼ねなくコミュニケーションをとれるこの場を、私自身も毎週楽しみにしています。日常の中で大きな声を堂々と出せる場というのは意外と多くありません。何より声を出して歌を唄うと少々の悩み事なら忘れてしまうくらい気分がスッキリします。「気軽に和気あいあいと楽しく」をモットーに、これからも皆様のご参加、心よりお待ちしております。



食べ歩き会(R4.5.30)



寿司は
美味しい!!!

あら?あっちの方が
美味しそう...。



あなたのお寿司も
美味しそうよ...。



行事 スケッチ

養護老人ホーム



しょうぶ園散策 (R4.6.7)



撮影時のみマスクを外しています。



行事 スケッチ

特別養護老人ホーム

コンビニでちょっと休憩

ミニドライブ

観音崎～野比海岸方面
(R4.6.15)



綺麗に咲いていました

色とりどりの紫陽花



ドライブしながら
お花を探しました



デイサービス通信



ご利用者の声



しむら けん 志村 賢 様 104歳

平成16年末からデイサービスを利用されて18年目。当時86歳。現在は7月30日で104歳になりました。おめでとうございます。当初は、ご夫婦で利用されました。

志村 賢 様にお話を聞きました。

Q 昔のデイサービスの思い出を教えてください。

志村 妻と一緒に利用して、「しょうぶ園」や「花の国」に他の利用者と共楽荘のマイクروبスで出かけ、花の観賞や皆さんとお茶やお菓子を食べたりしたこと。出かけるのは楽しかった。

Q 現在、デイサービスでの楽しみは何ですか？

志村 午後に行く、麻雀です。デイサービスでの麻雀は、15年ほど前から行っています。昔は、メンバーも多くて2卓出してもらい遊んだことも。メンバーもいろいろ変わって楽しく遊びました。今は、麻雀ができる人が少なくなり3人で行うこともあります。

Q デイサービスでの昼食は、いかがですか？

志村 肉も魚も食べますが、魚が好きで共楽荘の魚料理はとても美味しい。焼き魚、煮魚とも美味しいです。(志村さまは、毎回完食されています。)

料理もそうですが、料理を盛る器がとても美しいと思います。陶器で18年間利用して欠けた器を出されたことがなかったです。とても素晴らしい。

Q デイサービスでのお風呂は、いかがですか？

志村 最初のころは、浴室の洗い場が広くて家庭の風呂より少し大きい檜の浴槽でした。20〜30人の利用者が数名ずつ入っていました。6〜7年前から温泉宿のような大きな浴槽が使えるようになり入浴を楽しんでいます。気泡も出るのも冬は温まります。檜の浴槽も良かったが、大きな岩風呂はもっといいですね。

Q デイサービスへの要望は、ありますか？

志村 自動麻雀卓があれば、手指の調子が悪くなっても麻雀が楽しめると思います。また、トイレにウォッシュレットがあれば助かります。

長く利用され、思い出もたくさんあるようで、ここには書ききれないほどの話が聞けました。初めて利用されたときは挨拶が大事と、来荘されると他の利用者様に挨拶。これは、今でも行われています。病気やけがをしないで、いつまでも元気で利用していただきたいと、職員一同からお願いです。ありがとうございました。



マージャン風景



社会福祉法人 阿部睦会
令和 3 年度

決算報告

事業活動計算書

(自) 令和3年4月1日
(至) 令和4年3月31日

単位：千円

資金収支計算書

(自) 令和3年4月1日
(至) 令和4年3月31日

単位：千円

貸借対照表

令和4年3月31日現在

単位：千円

資産の部		負債の部	
勘定科目	金額	勘定科目	金額
流動資産	2,424,546	流動負債	177,723
固定資産		固定負債	200,948
基本財産	2,935,961		
その他の固定資産	2,018,155	負債の部合計	378,671
		純資産の部	
		基本金	1,250,623
		国庫補助金等特別積立金	1,871,354
		その他の積立金	1,499,303
		次期繰越活動収支差額	2,378,710
		(うち当期活動収支差額)	60,298
		純資産の部合計	6,999,991
資産の部合計	7,378,662	負債及び純資産の部合計	7,378,662

勘定科目	金額
サービス活動収益	2,124,858
サービス活動費用	2,086,323
サービス活動増減差額	38,535
サービス活動外収益	23,280
サービス活動外費用	3,145
サービス活動外増減差額	20,135
経常増減差額	58,670
特別収益	92,618
特別費用	90,990
特別増減差額	1,628
当期活動増減差額	60,298
前期繰越活動増減差額他	2,318,412
次期繰越活動増減差額	2,378,710

勘定科目	金額
事業活動収入	2,147,578
事業活動支出	2,038,697
事業活動資金収支差額	108,881
施設整備等収入	92,490
施設整備等支出	179,268
施設整備等資金収支差額	△86,778
その他の活動収入	91,772
その他の活動支出	27,593
その他の活動資金収支差額	64,179
当期資金収支差額	86,282
前期末支払資金残高	2,262,009
当期末支払資金残高	2,348,291

新任職員紹介

新しい仲間を紹介します。

特養 事務員



① いしわた かよこ
② 三浦市
③ チアダンス

④ 初めての事ばかりなので、皆さまにお世話になると思いますが宜しくお願いします。

特養 ケアワーカー



① すずき あけみ
② 神奈川県
③ スポーツ

④ 元気に笑顔で頑張ります。宜しくお願いします。

居宅 介護支援専門員



① かわもと こういち
② 横須賀市
③ 車の運転・文房具集め

④ お互いに楽しく働けたら嬉しいです。

診療所 看護師



① おくむら まさと
② 神奈川県
③ ウエイトトレーニング

④ 早く戦力になれるよう頑張ります。

〈プロフィール〉 ①氏名 ②出身地 ③趣味 ④入社にあたって一言

編集後記

残暑お見舞い申し上げます
今年はお観測史上最も早い梅雨明けとなり、早くから暑い日が続いています。
夏の疲れが出る頃です。のどの渇きを感じる前に定期的な水分補給と食事ですっかりと栄養をとり、無理をせず健康を意識しながらお過ごしください。
それでは第87号をお届けします。(古敷合)

連合会会長表彰 共楽荘

◆表彰◆ 関東甲信越地区危険物安全協会

祝 おめでとうございます

港南地区 ボランティアセンター
所長 曾我 由美子

— よりご厚志を頂きました

やさしい心 ありがとうございます

行事予定	
霜月(11月)	神無月(10月)
みかん狩り(養護) 17日	創立記念行事 7日
	野外活動(特養) 12日
	ミニ運動会(養護) 18日
	秋のレクリエーション(養護) 21日
長月(9月)	
地域感謝の日 8日	
敬老祝賀会 16日	
秋季仏供養会 22日	



衣笠第一地域包括支援センターだより



発行日 令和4年8月15日

発行所 〒238-0031

横須賀市衣笠栄町 4-14

社会福祉法人 阿部睦会

衣笠第一地域包括支援センター

電話 046-851-1963

ホームページ

<https://kyourakusou.jp>

E-メール

hokatu-1@mutumikai.or.jp

編集 衣笠第一地域包括支援センター

発行 阿部 厚三

好評につき第2弾

衣笠地区 野菜の販売所巡り



衣笠駅前並び JA 農協前
月・水・金 早朝から
並んでいます。



第一弾の反響
早朝よりたくさんの方
立ち寄ってください、感謝
しています。今の時期はな
すとキュウリが袋に入れて
並べてありますが、売切れ
の時はまた来てください。

第一弾の反響
芹沢様より



包括的ケア会議

衣笠第1第2地域
包括センター合同で
意見交換をしました。
コロナ感染予防の為
に大勢での顔合わせ
は出来ませんでした
が、開催に当たり、十
分な換気、消毒、熱の
計測を行い実施する
ことができ、たくさん
の直接の声を聴くこ
とが出来ました。



ペットボトルと細菌増殖について



ペットボトルの飲みかけは危険！！

麦茶、緑茶、スポーツドリンク、ミルクコーヒー、オレンジジュースの中で最も細菌が増えるのはどれでしょう？（細菌は糖質やたんぱく質で増える）

ミルクコーヒー（糖質、たんぱく質が多く含まれている）	麦茶（大麦の種子が原料）	緑茶、スポーツドリンク、オレンジジュース（酸性）
細菌は糖質、たんぱく質を栄養源として増殖	炭水化物を栄養源として増殖	スポーツ飲料やオレンジジュースは強い酸性、緑茶はカテキンで細菌の増殖を抑えている
24時間後：1万倍 48時間後：約30万倍位 	48時間後：10倍以上 	強い酸性やカテキンで増殖は少ない（でも、油断は禁物です！！）

1番増えるのは **ミルクコーヒー** です！！

飲みかけのペットボトルの飲料水の中には、唾液の中の細菌が入って上記のように増殖し食中毒を引き起こす可能性がありますのでご注意ください。

細菌を増やさないために

グラス等の他の容器に移して飲んだり、冷蔵庫に保管し、

早めに飲み切りましょう！！



参照：宇都宮市公式ホームページ

詐欺に気を付けましょう！

あたかも**公的機関**や**実在の組織**のような

電話や**メール**、**郵便**が届くことがあります。

たとえば……市役所、消防署、警察署、通販サイト
クレジットカード会社、フリマサービス運営事業者
携帯電話会社 など

被害にあわないために

★知らない番号の電話に出ない

★事業者の公式ホームページを確認する

★身に覚えのないメールにアクセスしない

★個人情報教えない

慌てずに、相談しましょう！



参照：見守り新鮮情報 420 号

衣笠第一地域包括支援センター

緊急時 24 時間対応

所在地 横須賀市衣笠栄町 4-14 共楽荘内

電話 046(851)1963

担当地域：平作・池上・金谷・阿部倉・衣笠栄町・小矢部 2 丁目、4 丁目