

四季のたより

む つ み



発行日 令和4年2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 コージープラン

出会い・ふれあい・喜び



年頭のご挨拶



社会福祉法人阿部睦会
会長 阿部 厚三

令和4年の新春を皆様とともに健やかに迎えられましたこと、謹んでお慶び申し上げます。

今年は「寅年」、寅は一日をして千里を行くといわれ「こと」に立ち向かう勇猛果敢さは他に類を見ない動物といわれます。

阿部睦会も法人設立から74年、一貫して「高齢者福祉」と「未来を担う子供たちの保育」に取り組んでまいりました。

これからも「地域になくてはならない社会福祉法人」として各種事業を展開し、地域の皆様に貢献してまいりたいと存じます。

特に「築50年を迎える特養の一部改築」は今後5年計画で推し進めてまいります。

既存施設の整備はもちろんのこと、将来起こりうるであろう「大規模災害」に備え「地域の高齢者の防災拠点」として役割を担い、利用者の安心、安全を守る所存です。

これからもよろしくご理解、ご鞭撻の程お願い申し上げます、新年の挨拶といたします。

共楽荘きずなお弁当について

阿部睦会では法人独自の配食サービス「共楽荘きずなお弁当事業」を平成31年4月1日より開始しました。

おかげさまで、地域の方々のご協力をいただきながら配食サービスを通じて「ふれあい」と「見守り」を重視した「安全で美味しく食べやすいお弁当」をお届けしております。

ご利用者の温かいお言葉を糧にスタッフ一同、心を込めたお弁当作りに日々励んでいます。
(古敷谷)



サービス内容

対象者

配食エリアに居住する65歳以上の方で食事の支度をするのが難しいひとり暮らしの高齢者、高齢者のみの世帯、その他施設長が必要と認める高齢者が同居する世帯



配食エリア

衣笠栄町、阿部倉、池上、金谷、平作、小矢部、不入斗、佐野町、汐見台、鶴ヶ丘、望洋台、坂本町、施設長が必要と定めた地域

配食提供日・時間

平日のみ週5日(年末年始、祝日はお休み)
夕方16時頃から随時配食(配達場所交通事情により前後します事ご了承下さい。)

配食方法

訪問による対面配送

新規申込方法

①共楽荘きずなお弁当契約担当(阿部・北原)までご連絡下さい。

②ご自宅へ契約担当者が伺いお申込書のご記入と配送日の確認、口座振替のお手続きをお願いします。

③ご希望曜日に対面にてお届けいたします。(ご不在時がある場合の受け渡し方法はご相談に応じます。)

④配送の変更(お休みや追加など)は当日10時まで承ります。

利用料金(配送料含む)

普通食 648円(税込)

おかずのみ 594円(税込)

ごはん大盛 54円増(税込)

特別食(減塩・きざみ・粥) 54円増(税込)

お支払い方法

月末締め

翌月27日 口座振替



共楽荘施設内保育室

「むつみ保育室」について

共楽荘では、施設内保育施設を平成31年4月から開設し、職員の皆さまが安心してお子さんを任せて、働ける環境を整えています。ここでは、お子さんはもちろん、お孫さんをお預かりし、働いている方も多くいます。

保育目標

★明るく たくましく
★生きる力のある 子ども

むつみ保育室では、これを保育目標に掲げ、働く方々の仕事と子育ての両立を支援するとともに「基本的な生活習慣を身につけ」、「人との関わり方」を育てる保育にあたっています。

受け入れ体制

★対象年齢：生後6か月～就学前

★定 員：10名

★開所時間：午前8時～午後6時

★対 象：職員のお子さん、お孫さん

★利用料金：1時間200円～

1日上限1500円

(一般登録の場合上限1000円)

この2年間でむつみ保育室を巣立った子は10人!! お子さま、お孫さまの近くで働くつてとても安心です。また、保育士の先生方が日々レクリエーションや行事を考えお子さんに寄り添った保育をしています。



(阿部)



みかん狩りに行ってきました! 11月11日(木)



教育実習生とのレクリエーション!

11月19日(金)



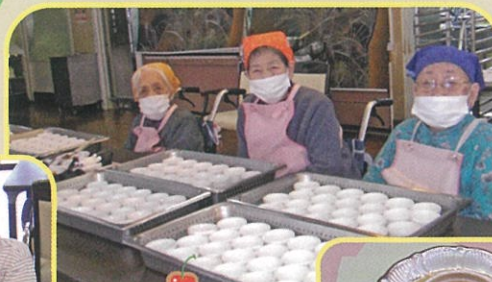
※撮影時だけマスクを外しています。



わかば幼稚園贈呈式
令和3年10月28日



ミニドライブ 10月20日(水)



手作りおやつ 11月26日(金)

まだまだ油断できませんが、施設でも感染防止策を工夫し少しずつ行事や余暇活動を再開しました。久しぶりのドライブや手作りおやつを楽しめました。



デイサービス通信



2021年クリスマス会



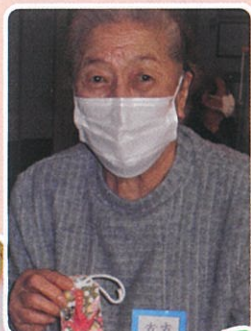
X'masプレゼントは



写真付きX'masカード!!



踊りあい!



2022年お正月



初詣



行事予定

皐月(5月)	卯月(4月)	弥生(3月)
ひな祭り会……………3日	ひな祭り会……………3日	ひな祭り会……………3日
春季仏供養会……………18日	春季仏供養会……………18日	春季仏供養会……………18日
イチゴ狩り(養護)……………25日	イチゴ狩り(養護)……………25日	イチゴ狩り(養護)……………25日
お花見会……………上旬	お花見会……………上旬	お花見会……………上旬
春のレクリエーション(特養)……………上旬	春のレクリエーション(特養)……………上旬	春のレクリエーション(特養)……………上旬
ミニドライブと……………中旬	ミニドライブと……………中旬	ミニドライブと……………中旬
ショッピング(養護)……………中旬	ショッピング(養護)……………中旬	ショッピング(養護)……………中旬
春のレクリエーション(養護)……………中旬	春のレクリエーション(養護)……………中旬	春のレクリエーション(養護)……………中旬
手作りおやつ(養護)……………下旬	手作りおやつ(養護)……………下旬	手作りおやつ(養護)……………下旬
ミニドライブと……………上旬	ミニドライブと……………上旬	ミニドライブと……………上旬
ショッピング(養護)……………上旬	ショッピング(養護)……………上旬	ショッピング(養護)……………上旬
野外活動(特養)……………上旬	野外活動(特養)……………上旬	野外活動(特養)……………上旬
ミニドライブ(特養)……………中旬	ミニドライブ(特養)……………中旬	ミニドライブ(特養)……………中旬

やさしい心 ありがとうございます

令和3年10月～12月 (敬称略)

横山 由紀子(赤十字奉仕団衣笠分団)
退職女性教職員の会(コール三浦)
安藤 俊之(県農協茶葉センター)
湘南学院高等学校
清泉女学院中学高等学校

よりご厚志を頂きました

整備事業完了のご報告

この度、左記のとおり整備事業が完了しましたのでご報告します。

この工事で、新型コロナウイルス感染症対策として十分な換気を行うことができるようになり、ご入居者等の安全性の確保、住環境の充実につながりました。

記

一、事業名

令和3年度共栄荘BCD棟換気設備更新工事(居室のみ)

一、事業費総額

4,895,000円

(全額補助金)

一、施設名称

(福)阿部睦会共栄荘特養ホーム

一、施設所在地

横須賀市衣笠栄町4丁目14番地

一、完了年月日

令和3年12月15日

会長 阿部 厚三 以上



おめでとーございます

誕生

特養ホーム



調理員 鈴木 尚見

長女 みなと ちゃん

令和3年12月13日
(2244g)

新任職員紹介

新しい仲間を紹介します。



①長野 政幸
②大分県
③映画鑑賞

特養 ケアワーカー

④一日も早く仕事に慣れるように頑張りますので、よろしくお願いします。

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

訂正とお詫び

「四季のたより むつみ」84号「敬老祝賀会」において、100歳の林かつ様を99歳と紹介してしまいました。せっかくのお祝いを大変失礼いたしました。

ここに謹んでお詫び申し上げます。

編集後記

コロナ禍での生活も三年目になります。清潔と安全を心がけて安心してご利用いただける施設を提供できるようにと、職員一同決意を新たにしております。穏やかな年となるように願いながら、むつみ85号をお届けいたします。

(佐藤)



衣笠第一地域包括支援センターだより

発行日 令和4年2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



本年もよろしく
お願いいたします



2022年 初日の出

認知症サポーター養成講座を開催しました



三浦学苑高校にて「認知症サポーター養成講座」を12月22日(月)午後開催しました。60名参加の中で、おじいちゃんおばあちゃんと同居されている生徒さんは少なく3名程でした。コロナの影響により、会う回数も減少しており、久しぶりにおじいちゃんおばあちゃんに会って「物忘れが進んだなあ」と感じたという生徒さんもいました。認知症サポーター養成講座を受けて「言葉のかけ方や話し方などを学べた」と多くの生徒さんから感想をいただきました。

事務所改修工事終了

12月中旬より始まった包括支援センター改修工事も無事年内に終了し、1月より職員一同、心機一転業務に励んでおります。事務所には相談スペースを設置し、いつでも地域の方の相談に対応できるようになりました。また隣の事務所との壁がなくなり広くなりました。



事務所入口



相談スペース

皆様お気軽にご相談下さい!

フレイル予防は歩くことが1番！

歩き始めましょう！→1回30分、週に2日以上歩きましょう

座りっぱなしは→筋力が低下し、血流が悪くなり浮腫みや血栓の原因になります。

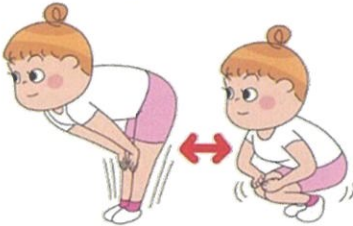
歩くと→筋力が維持できて、足の刺激が全身の血行を良くし、脳細胞が活性化します。

寝起きは軽い脱水が考えられる為に血栓がしやすいのでさけましょう！

①歩く前に軽く、ウォーミングアップをしましょう！

「屈伸運動」

屈伸



「肩甲骨ほぐし運動」

「背中のストレッチ」



②歩く時は歩き姿を意識しましょう！

背中を丸めて、
息を吐きながら両腕を伸ばす

ゆっくり天井を見て、
息を吸いながら両肘を後ろへ引く

太ももを内側に
締めるようにする

つま先を正面に
向けて踵から
着地する



ももを上げ、着地は
足裏全体で



大まかで歩き、
かかとから着地

親指の付け根で
真後ろに地面を蹴る
(土踏まずのところで
外側に蹴らない)

③歩いた後は筋肉をほぐしましょう

虐待 ってなあに??

虐待にはいろいろな種類があります。

1. 身体的虐待

2. 介護放棄(ネグレクト)

3. 心理的虐待

4. 性的虐待

5. 経済的虐待

6. 自己放任(セルフネグレクト)

虐待は、周りの人のささえで防ぐことができます。

★声掛けをしましょう

★見守りをしましょう

いつもと様子が違う
おかしいと思ったら

些細なことでもご相談ください！



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

