

みやま

第120号

令和7年7月1日

発行所 神奈川県三浦市

初声町下宮田1846

社会福祉法人 阿部睦会

美山ホーム

TEL 046-888-3048

E-mail miyama2@h2.dion.ne.jp

URL <https://miyamaho-mu.jp/>

発行人 濱岡 武



みやままつりに関わって

美山ユニット特養ホーム

副主任 土肥

飛鳥

今年の美山まつりは、ご利用者様参加型のイベント構成を企画しました。

午前中はお神輿を担ぎながら各フロアを周り「わっしょい、わっしょい」と、職員の掛け声に合わせて、元氣よく返して下さり、楽しそうな明るい声がフロア中に響き渡りました。

昼食には、お祭り屋台のお好み焼きなどをご提供。お祭りの雰囲気を楽しんでいただきました。

休憩をはさみ、午後はカラオケからスタート。多くの人の前で歌声を披露する方に、周りからは手拍子する姿、声援を送る声が聞かれ大いに盛り上がりしました。

また、職員手づくりのたこ焼き、チョコバナナを手にも多くの笑顔が見られ、盆踊りでは、「東京音頭」「炭坑節」「ドンパ節」の3曲が流れ、職員とご一緒に踊る方、その場にて身振り手振りでリズムを取られる方など一体となって楽しまれている様子がうかがえました。

さいごは職員による「マツケンサンバII」を披露。ご利用者様はマツケンの団扇やマツケンサンバ棒を振って応援し、盛り上げて下さいました。

6月10日は美山ホームの55回目の開園記念日でもあり、大勢で祝うことが出来ました。

今年は「いのち輝く未来社会」をテーマに万博2025（大阪・関西万博）が開催されており、美山ホームでも、一人ひとりが輝ける機会の提供を心がけ、自分らしい暮らしのかたちづくりを職員一丸となり支援して参ります。

特集

美山居宅支援センターの紹介

美山居宅支援センターには介護支援専門員(ケアマネジャー)が2名常駐し、介護が必要になった方やご家族のご相談をお受けしています。

ご自宅で安心して生活を続けられるよう、心身の状態や生活環境に合わせたケアプラン(居宅サービス計画書)を作成し、必要なサービスの調整・手続きを支援しています。介護保険の申請手続きに関するご案内や、地域の医療機関・福祉施設との連携も行い、総合的な支援を目指しています。

「これからの生活に少し不安がある」

「介護について、どこに相談すればいいかわからない」

こういったお声にお応えし、利用者様やご家族の気持ちに寄り添いながら、ひとつひとつ一緒に考えていきます。

(加藤)

チヨット

素敵な出会い

「二人にしておけない状況、今のオバアに一番ふさわしい介護サービスを提案して欲しい」と、長男氏よりご相談をいただいたのは今年の1月6日朝の事です。オバアこと富子さんは独居で、台所と居間が別々の部屋で暮らしていて、歩行力がないと室内移動は困難です。昨年末の厳しい寒さにより日常生活動作の失敗が続き、体中の痛みを訴える母を見た長男氏からの気づきが発端です。通所介護、通所リハ、訪問リハ、福祉用具等の介護保険サービスに加え、市外在住で脊柱管狭窄症を抱える長女氏が家事支援や受診同行等で、89歳に

なる富子さんを支えています。

富子さんの願いは「自分の事が出来ること、息子のご飯を炊くこと」等と伺いました。短期入所で疲れた体を癒し、体力や気力を回復した時期に老健での入居リハビリを行うことを提案すると、長男氏は「それでお願いしたい、家族でできることはする」と了解をいただきました。食欲もよく、体重が増えたことを確認し、老健での一回目リハを1月中旬に実施。馴染みのセラピストが富子さんの回復に尽力して下さいました。次の回復課題は何かを抽出することを目的に短期入所へ2月上旬に戻りました。施設間の移動はご家族が寄り添って下さいました。

『歩行器を使って歩きたい』という富子さんに、訪問リハや福祉用具の

担当者が上肢支持型歩行器を導入して、小さな段差を乗り越えられるか、が次の回復課題として見え、老健での二回目リハの挑戦が2月中旬に始まりました。主治医へ経過報告を行い、元来、腰痛や指先麻痺、両膝関節の固縮等があり、ご本人の努力だけでは乗り越えられない課題もあり、無理をしないように、と助言をいただきました。

3月になって短期入所へ再び戻り、歩行器を利用して現在も奮闘中です。『ジャガイモを植えるよう息子へ言つて』『春になったからカーディガンをもつてきて』と家族との繋がりを語り、『いつもお正月に来る孫にまだ会えてない』とオバア心を魅せます。困っている事の全部を解決できなくても、次は家族の事が気になりだすのはどなたも同じです。季節は冬から春へ、藤の花が咲くある日曜日の昼下がり、孫・曾孫との再会が叶いました。『オバア!!』『会いたかったヨオ!!』

オバアの肩に置かれた孫と曾孫の重なる手。



家族が思えるチヨット素敵な出会いになりますように。又、この再会が家族ができる介護のひとつと考えます。

努力の結果、この出会いを満喫された富子さんですがまだ、やらねばならないことがあります。今年初夏に誕生予定の3人目の曾孫と出会い、手を繋ぐことです。(松崎)

※個人情報掲載につきましてはご本人様・ご家族様にご了承いただいております。

活動報告

ケアマネジャーの仕事って!?

主な業務は介護が必要になっても、住み慣れた地域で暮らして行く事が出来るようお手伝いをさせて頂く事です。ご本人、ご家族など皆様からの相談から始まります。

例えば、家でお風呂に入れないという方には、日頃の暮らしぶりについて伺い、『家で気兼ねなくお風呂に入りたいたならホームヘルパーさんが良いかしら?』それとも気分転換を兼ねてデイサービスに出掛けるのかどうかしら?もしかしたら他に入れない原因があるのであれば、『一緒に考えさせて頂きます。各種介護保険事業所、地域の包括支援センター、行政、病院等と連携して、円滑な暮らしが行えるようご支援してまいります。職員一同、皆様に寄り添い、伴走して行きたいという思いで日々研鑽を積んでおります。(高梨)

美山ホーム 四季折々

春のお出かけ (特養)

……「温かくなってきたし、お買い物に行きたいね」「三浦海岸の河津桜は見頃かしら」「久々に苺狩りとか行ってみたいわね」……。

うらかな春の始まりの中、利用者様の外出希望の声を耳にする機会が増えて参りました。



この度、3月中旬から4月中旬にかけてドライブによるお花見を初めとし、近隣スーパーへのお買い物や、農園で開催されている苺狩りを企画し、多くの利用者様と行ってまいりました。皆様「いい気分転換が出来たわ」「こんなに楽しいのなんて久しぶり！」等、春陽を彷彿とさせる笑顔で次々と感想を述べられていました。



今後皆様様の笑顔の為、今回の様な外出企画に努めてさせて頂きます。
(掛谷)



日帰り旅行 (養護)

5月9日(金)養護入居者様5名と付添い職員2名にて、金沢動物園に行つてまいりました。久々の遠出という事で、車窓からの景色にも皆様笑顔が溢れ、動物園内でも笑顔と笑いが絶えません。園内は広く坂道もありましたが、「運動運動!」と、手を取り合いながら園内散策され、動物だけでなく、周囲の植物にも関心を持たれていました。また、去年の11月に誕生したコアラのポポロに会う事もでき、帰りにはソフトクリームもペロリ。短い時間ではありましたが、楽しんで頂けたかと思えます。

(富塚)



菖蒲湯 (特養)

端午の節句にあわせ、5月の5、6、7日の3日間で「菖蒲湯」を行ないました。浴槽に香り高い菖蒲を浮かべ、季節の風物詩をお楽しみいただきました。入居者の皆さまからは「久しぶりに菖蒲湯に入れていい香りでしたわ」といった言葉が聞かれ、楽しんでいただけただけの様子でした。今後とも皆さまに季節を感じ、楽しんでいただける行事を開催していきたいと思えます。

(石渡)



寿司の日 (全体)

5月16日、寿司の日として握り寿司を提供しました。

今回はマグロをはじめ4種類の寿司といなり寿司を提供しましたが、寿司を握ったのは美山ホームの調理師さん達です。和食のお店で修行してきた調理師さんは、

シャリを正確に20g手にすることができそうです。



お寿司が食べたい、とのリクエストも多くいただいていたので皆様とてもいい笑顔で召し上がっていました。6、8月の期間は食中毒予防目的でお刺身の提供を控えているため、次回は9月の敬老祝賀会を予定しています。

(新倉)



実施行事

4月

4日
お花見・ドライブ
7日
8日

5月

1日
八十八夜
5日
端午の節句・しょうぶ湯
9日
日帰り旅行(養護)

6月

10日
美山ホーム開園55周年記念日
美山まつり

行事予定

7月

7日
七夕
16日
美山(共楽荘)
お盆仏供養会
31日
土用の丑の日

8月

15日
終戦記念日

9月

12日
敬老祝賀式典
美山(共楽荘)
秋季仏供養会

10月

2日
第77回阿部睦会創立記念日
24日
第12回初代施設長命日

祝

資格取得
おめでとう
ございます

介護福祉士 取得

通所ケアワーカー 久家 純子

整備事業完了のご報告

この度、社会福祉法人神奈川県共同募金会様の助成を受け、福祉車両の整備を行いましたので下記のとおりご報告します。

この整備によりこれまで以上に利用者様、入居者様の送迎の利便性が向上し、ソーシャルワーカー等による地域福祉活動が幅広く展開できるようになりました。

受配頂きましたことに厚く感謝申し上げます。

赤い羽根共同募金



記

- | | |
|---------|---------------|
| 一、事業名 | 事業活動用車両整備事業 |
| 一、導入車種 | タントスローパー |
| 一、事業費総額 | 2,100,000円 |
| 一、助成金額 | 1,000,000円 |
| 一、施設名称 | (福)阿部睦会 美山ホーム |
| 一、施設所在地 | 三浦市初声町下宮田1846 |
| 一、完了年月日 | 令和7年6月27日 |

社会福祉法人阿部睦会

会長 阿部 厚三

編集後記

暑くジメジメとした昨今、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

湿度が高いと汗が蒸発しづらく、熱中症のリスクが高まります。

冷房、扇風機を上手く使用し体調管理に気を付けていきましょう。

夏場は日が伸び、生活リズムも変わってきます。

知らぬ間に疲労が溜まり、心身ともに不調をきたすことも多いです。

今一度、ご自身と向き合い、無理の無い生活スタイルを構築する機会ではないでしょうか。

(仲野)

リレーコラム

猫に癒されて(=^・^=)

「アニマルセラピー」一度は聞いたことがあると思います。動物と触れ合う事で、心身の癒しや健康増進に役立てる療法です。動物とのふれあいを通して、ストレス軽減、情緒安定、免疫力向上など、様々な効果が期待できるそうです。特に、猫がゴロゴロと喉を鳴らす音は、心身をリラックスさせるとされています。猫をなでるなど、直接的な接触をすると、人間はオキシトシンと呼ばれる心身に安らぎをもたらすホルモンが分泌され、同時にコルチゾール

と呼ばれるストレスホルモンが軽減します。この2つの働きによって、副交感神経が優位になり、気持ちりがリラックスするのです。

私は、雄猫5匹・雌猫3匹と暮らしており、最年長は19歳(人間に例えると92歳)になります。帰宅すると玄関までお迎えに来てくれますが、その時の鳴き声がほっこりする瞬間です。ゴロゴロと喉を鳴らして甘える姿は、私を待っていたのか、ご飯を待っていたのかと思いが、癒されているのかも

(藤平)