



第115号  
 令和5年11月15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



# 敬老祝賀会

## ご挨拶



社会福祉法人阿部睦会  
 会長 阿部 厚三

令和5年も早9か月が過ぎ秋も深まる季節となりました。今年は例年になく猛暑の厳しい日々が続き体調管理にはことのほかご苦労されたのではないかと察するとともにお見舞い申し上げます。

さて、美山ホームでは9月15日三浦市長はじめ大勢のご来賓をお招きし『敬老祝賀会』を開催いたしました。喜寿、米寿をお迎えのご利用者はもちろん美山ホームで百歳を超えられた4名の方々にお祝いを申し上げるとともに今の日本を築いた功績にあらためて敬意を表したく存じます。

美山ホームでは現在「居宅支援センター」を中心に介護保険を利用した通所型サービスおよび入居型サービスを提供しており、来年は横須賀にある法人本部「共楽荘」の分園として発足した時代から数えて六〇周年を迎えます。これもひとえに地域の皆様のご理解とご協力の賜物とあらためて感謝申し上げますとともに、これからも美山ホームは高齢者福祉に邁進してまいりますのでよろしくお願い致します。

最後に、今年こそはコロナウイルスも収束し平和な日々が訪れることを願いますがあいさつに代えさせていただきます。



美山ホーム  
四季折々

敬老祝賀会

令和5年9月15日 晴天に恵まれ「令和5年度敬老祝賀式典」が開催されました。

実に4年振りにご家族とご来賓の皆様も一同に集い喜寿・米寿そして百歳以上のご利用者に対し「敬老」の祝意をいただき、終始和やかな皆様

の笑顔が印象的でした。  
コロナウイルスが5類になり、規制も徐々に緩和される時期ではありましたが、しっかりと感染対策を行い無事に開催できたのも、皆様のご理解やご協力の賜物と感謝しております。



マスクを取って記念撮影



当日、式典に参加されなかったご利用者も昼食時には一緒にお祝い膳を召し上がっていただき、阿部睦会会長と施設長からのお祝いのご挨拶を受けたくさんの笑顔を見ることができました。長生きして良かったと少しでも感じていただけたら幸いです。

(土肥)

ご祝電

美山ホーム敬老祝賀式典のご開催を心よりお慶び申し上げます  
本日は伺えず申し訳ございません  
長い人生の中で地域社会に貢献された皆様のご尽力に深く敬意を表します  
人生百年時代を今後も健康で幸せな日々を送られることをご祈念申し上げます

兼議院議員

小永 進 次 郎

美山ホーム 栄養だより

美山ホームでは「口から食べる」とを基本として、その方の咀嚼・嚥下機能に合わせた食事を提供しています。

食事形態は咀嚼・嚥下機能が低下した方向けの副食を常食から流動食まで5段階用意しており、食材の大きさやとろみ剤を活用して経口摂取の維持を図っています。

食物アレルギーや内服薬による禁忌食材の除去にも配慮しており、栄養価が大きく変わらないような代替品の提供を行っています。(程度により対応できない場合もございますのでご希望の際は事前にお問い合わせください) 食事は入居者様の希望を取り入れ



つつ、見た目の彩りや栄養バランスに配慮して栄養士が献立を作成しています。多くリクエストをいただくものとしてカレーライス、スパゲッティ、焼きそばや鶏の唐揚げのような家庭的なものから、鰻の南蛮漬けやいなり寿司、手作りチャーシューの乗ったラーメンなど自宅ではあまり作らないものまで多岐にわたります。また、時には行事食として、にぎり寿司、すき焼き、天ぷら料理などをお出しして皆様に喜んでいただいております。

リクエストをいただいたものが毎回すべて提供できるわけではありませんが、実際に召し上がっている様子を観察し、声をかけながら食べたいものの聞き取りは頻繁に行い、可能な限り献立に組み込んでいきます。

今後も入居者様に食べることを楽しみを提供できるよう調理場職員一同精進を重ねてまいります。

(新倉)



# 夏まつり



令和5年7月28日(金)、昨今のコロナ禍により、全体行事としては4年振りの夏祭り開催となりました。夏祭り当日は天気にも恵まれ暑い中ではございましたが、久しぶりの夏祭りの雰囲気の皆様とても楽しんでおりました。

昼食として、焼きそば、フランクフルト、お好み焼き、枝豆、お好みの飲み物、おやつにはアイスクリームをご用意いたしました。



夕刻からは、職員による太鼓と笛の演奏、輪投げ、スイカ割り、お神輿で盛り上がり、無事に閉会となりました。

また、職員手作りのうちわを皆様にお配りし、夏祭りのよい記念になったと思います。

(仲野)



## ハロウィン



木々の葉も色づき始め、秋の訪れを感じる季節となる中、養護では10月31日に養護食堂で、入居者の皆様と職員が仮装をして、ハロウィンを開催しました。各チームに分かれ仮装の早着替えゲームを行い、笑顔多く盛り上がりました。その後は、紐クジを行い、皆様お菓子を引き当て、大当たりを引き当てた入居者様は大変喜ばれていました。最後は養護のお仲間で記念写真を撮り、楽しい一時を過ごされました。

(宮本)

## 俳句・川柳



久し振り

北の海から サンマ漁

N・B(95才)

猫じゃれて

もて遊ばれし 我心

T・I(86才)

懐メロと

聞かされつつも 時代の差

K・T(75才)

### 社内研修 (BCP訓練)

令和5年8月29日

今回のBCP訓練を担当し、内容をどのように計画するか迷いましたが、各部からの要望により「AED訓練」を企画しました。

災害等発生時の措置・計画等の総称でBCPという言葉を用いますが、このまま訓練を企画すると、ハザードマップを広げ、所要人数に対する避難場所等が適合しているか、図面上の訓練、即ちマネージメントする側の訓練になりがちでしたので、災害発生時に、各配置(イメージ)における心肺停止者を発見した場合に特化した企画で訓練に臨みました。(所要時間約1時間)

(鳥山)



### 実施行事

7月

7日 七夕  
14日 共楽荘お盆供養会  
28日 夏祭り

8月

15日 終戦記念日  
29日 中華料理の日

9月

1日 震災記念日  
15日 美山ホーム敬老祝賀式典  
22日 秋季供養会  
28日 皆の集い

10月

2日 第75回阿部睦会創立記念日  
25日 第10回初代施設長命日

### 行事予定

11月

1日 炬開き  
17日 寿司の日  
28日 焼いも

12月

25日 クリスマス会  
28日 餅つき

1月

1日 新年祝賀会

2月

2日 節分豆まき  
7日 第71回阿部睦会初代会長命日

3月

1日 ひな祭り  
21日 春季供養会  
22日 共楽荘春季供養会  
28日 皆の集い



### 目指そう健康長寿

### リレーコラム

ここ美山ホームに採用され早半年が過ぎました。いつも何かお役に立てることは無いのか模索している最中、掲載のお話を頂戴しましたので、今回は「免疫」についてお話しさせていただきます。

人間の体は実に良く出来ています。ですが、免疫力が弱いといくら体力自慢の方でも病気に罹ってしまいます。そこで免疫力の向上のために「入浴」のお勧めです。

人は1日に1回以上、体温を1度上げることによって免疫力が維持・向上すると言われています。それは適度な運動でもよいのですが、なかなか続かないものです。お風呂で湯船に浸かり、じっくりと体を温めることで、知らず知らずのうちに免疫力が維持向上されるのであれば、誰もがすぐに実践できるのではないのでしょうか。

古来より日本人は「湯治」と称し、温泉地へ出向き、抱える病と向き合い、治してきているのです。これはもちろん泉質・成分効果もあるでしょう。しかし、功を成したのは、1日に何度も湯船に浸かり体温を上げたことによる効果なのです。

先人たちの知恵に感謝しながら、シャワーで済ますのではなく湯船に浸かりジワッと汗がにじみ出るくらいの加減で体を温め、免疫力の向上を目指しましょう。

(鳥山)

### 新任職員 はじめまして



事務員  
堀越 香  
ほりこし かつり

5月に秦野より地元に戻って来まして、ご縁により6月から美山ホームの一員として勤務させて頂いたことになりました。前職の経験を活かし、お役に立てればと思います。まだまだ足りない事もあるのですが、ご迷惑もかけるとは思いますが、よろしくお願致します。

### 編集後記

酷暑・猛暑・激暑など、今年も様々な表現された暑い夏でした。節電と謳われながらもエアコンの働きなしでは過ごすことができず、「暑さ寒さも彼岸まで」の言葉を頼りに涼しくなる日を心待ちにしております。また近年の天候の急激な変化により、思いもよらぬ大きな災害が起きてしまうことに驚き恐れ、予期せず災害に遭われた方々には心よりお見舞い申し上げます。ともに、四季折々、多彩な景色を楽しめる穏やかな日々が戻りますようお願いいたします。

(成田)

美山ホーム  
モバイルサイトに  
アクセス!

