

ふぁみいゆだより

第27号

社会福祉法人瑞穂会
ふぁみいゆ行田
行田市大字下須戸75番地
TEL 048-559-4165
ふぁみいゆ東館
行田市大字下須戸65番地1
TEL 048-559-5561
令和元年5月発行
発行責任者 藤井尚子
<http://famille-gyoda.com/>



最期の一瞬まで輝いていただくために



ふぁみいゆ行田 施設長 藤井尚子

「最期まで自分らしく生きたい」とは誰もが抱く希望ではないでしょうか。在宅、施設入居いずれにおいても、最期まで自分らしく心安らかに暮らしていただくためには、介護と医療を繋ぎ合わせたきめ細かなサービス体制を築くことが大切であると思います。行田市では、3年前に医療と介護が連携して、市民の方の療養や生活を支援することを目的に、「在宅医療介護連携推進協議会」（会長：行田中央総合病院 川島治理事長）が立ち上げられ、行田市高齢者福祉課地域包括ケア担当の元に活動が活発に進められています。私も福祉施設として、協議会活動に係らせていただいているところです。ふぁみいゆ行田では、開所当初から漆原医院院長 漆原俊彦先生に嘱託医として利用者様の健康管理を全面的にお願いしてまいりましたが、本年度からふぁみいゆ東館に看取り体制を導入するために、行田市医師会を通して市内の松原医院院長 松原克彦先生にご協力をいただくことになりました。また、今年のゴールデンウィークのように、長期にわたる休日が生じ先生の不在が重なるような場合は、行田中央総合病院様のバックアップもいただけることになりました。お陰さまで、ふぁみいゆ行田・東館ともに利用者様にとって隙間のない安心していただける医療体制を整えることが出来ました。新しい令和の時代を迎え、お一人おひとりの利用者様に、最期の一瞬まで輝いて頂けるよう、スタッフ一同一生懸命取り組んで参りたいと思いますので、変わらぬご支援とご鞭撻を賜りますようよろしくお願いいたします。

漆原俊彦先生

開設時より利用者様と職員の健康管理をお引き受けいただいています。漆原医院の三代目の先生で、利用者様の中には親子代々にわたり漆原医院にかかっていらっしゃる方も。優しくて親切に診てくださる先生の回診を皆様いつも楽しみにされています。

ふぁみいゆ行田 医務室一同



松原克彦先生

2019年4月1日より主としてふぁみいゆ東館の嘱託医として利用者様の健康管理をお引き受け頂いております。行田市内に松原医院を開業されており、「孫も世話になっているの」と家族ぐるみでお世話になっている利用者様もいるほど。地域でも貢献され若くて凛々しい先生です。

ふぁみいゆ東館 医務室一同



おでかけ倶楽部



昨年度より活動を開始し、桜やラベンダー見学、外食など利用者の皆さんと楽しんでまいりました。冬季はインフルエンザの流行もあり外出を控えていましたが、4月を迎え活動開始。さっそく桜のお花見に出かけました。

行き先は昨年と同じ古代蓮公園、2日間で19名の方が参加されました。桜を眺めた後は、草餅やおせんべい、持参したお弁当を食べながらおしゃべりも弾み、皆さん笑顔で楽しまれていました。特に草餅は人気で2～3個召し上がる方もいました。帰り道では「今度は蓮の花を見に来ようね」と次の予定を楽しみにされる様子が見られました。

外出は、利用者様の普段見られない表情や食欲旺盛な一面が見られる事が多くあります。外出機会というものが刺激となっていると感じます。今後も皆さんに楽しんでいただけるような『おでかけ企画』を考え活動していきます。

ふあみいゆ行田相談室長 鈴木由美子

桜の会

1月より延期となっていた新年会を3月に「桜の会」と称して、行事アクティビティ委員会の企画のもと開催させて頂きました。



下須戸にある八坂神社より秋山様御一行による、ひよっこ踊りの演舞とお獅子様による無病息災の御祈願をお一人ずつ頂きました。木彫りのお獅子様は重厚感もあり歴史を感じます。利用者様もお獅子様へ「ありがとうございます」と感謝の言葉をお伝えされておりました。

古くから村や近郷の人々に愛され、感謝されてきた八坂神社のお獅子様。またそれを私たちにおつなぎ下さったボランティアの皆様。本当にとても良い時間を過ごさせて頂くことが出来ました。

施設ケア課 近藤慶一



ユニットレクリエーション

〈さくら・はくれん〉魚解体



私は魚をさばくのが趣味。月に一回位市場へ買い物に行き、新鮮な魚を肴に友だちとワイワイ食事を催しています。

「この新鮮な魚を利用者様の目の前で捌いたら、どんなに喜んでもらえるだろう」と思い、他のスタッフに話し実行することにしました。早速、鰯、真鯛、真鰯を買ってきて利用者様の目の前でさばきました。5kgもある鰯が目の前でさばかれる様子を見て皆さん驚き、「大きいなあ」「これはブリだよ」などと喜んでいただけました。栄養士さんから「お刺身ではなくあら汁にしてみてもは？」とアドバイスをいただき、あら汁にしました。薄い塩味のうしお汁はとっても美味しく出来て「うまい！」「お代り」「また食べたいよ」と大好評でした。

ユニット介護士 椎根尚也

〈まんさく〉節分恵方巻き作り



平成31年2月2日節分に「恵方巻き作り」を行いました。皆様、昔を思い出し手際よく料理をされておりました。今回、恵方巻きを作るポイントとして3つの点に注意しました。



1. 海苔の代わりに薄焼き卵にしました。
2. 太く巻き過ぎないようにご飯の量を調整しました。

3. 具材は軟らかい物を使用し細かく刻みました。こうする事で、安全にそして楽しい雰囲気の中で恵方巻き作りができ、美味しく召し上がる事が出来ました。とても良い節分を過ごせました。

まんさくユニットリーダー 廣澤勇文



〈ゆり〉お花を育て野菜を作ろう！

春の陽気で温かくなりはじめ、各ユニットのベランダでは、お花がきれいに咲いています。ゆりユニットでは、お花や野菜を育てることを利用者様と一緒にしています。毎朝ベランダをながめ、「花が咲いた」「枯れそうだから水やらなきゃ」といった声がリビングに響きわたります。

ゆりユニットリーダー 近藤沙織



研修委員会

職員のスリルアップサポート始めます！



研修(人材教育)委員会では、職員それぞれが利用者様一人ひとりの個性や生活リズムを尊重した個別ケアをご提供できるような研修体制の構築を目指し、

日々取り組んでいます。

取り組みの一つとして、人材育成マニュアル「ふあみいゆ職員スリルアップサポートシート」を作成しました。統一した質の良いケアをご提供できるよう、委員会メンバーで検討し、今まで以上に高い意識を持ち、ケアに反映できるようにしていきたいと思ひます。

平成最後の新卒職員

4月より新しく仲間に入りました。よろしくお願ひします。



岩田愛華さん 目標は、利用者様や家族様の幸せが、自分自身の幸せであると感じ、笑顔で私らしい介護士になることです。趣味は音楽を聴くこと、歌うことが好きです。笑顔を大切に、精一杯頑張りたいと思ひますので、よろしくお願ひします。



二瓶海斗さん 介護サポートとして他の先輩職員の指導のもと、一生懸命頑張りたいと思ひます。よろしくお願ひします。



医務室

日常生活の取り組み



医務室では、利用者様が健康を維持し安全・安楽に日常生活が送れるよう、主に次の事に取り組んでいます。

・他職種と連携し、毎日

利用者様の身体の観察を行い、体調の変化の早期発見に努めます。

- ・嘱託医と定期的な回診、皮膚科往診の診療介助を行い、病気の早期治療に繋げます。
- ・感染症対策として、研修等を行い、職員の理解を深め、感染症の予防に努めています。
- ・利用者様、家族様の意向に添って施設での看取りを行います。

これからも利用者様が安心して過ごせますように、医務室一同頑張っています。

医務室長 大野 恵

リハビリ室

その方にあった機能訓練を



施設での機能訓練の役割は、主に日常生活動作の維持・継続です。手すりや平行棒、ボールなどの器具を使った身体機能面のリハビリを基本としていますが、生活の中でその方らしい毎日が送れるように、訓練プランを計画しています。

例えば、ふあみいゆ東館をご利用されている方々は、地域柄、農業をされていた方が多く、野菜作りも得意ですので、生活の一部として野菜や花の手入れをリハビリとして取り入れることもあります。

このようにリハビリを通して楽しい毎日が送れるよう、今後も取り組んでいきたいと思ひます。



機能訓練指導員 金塚友佳

栄養課

管理栄養士国家試験に合格



ふあみいゆに入職して5年目、ついに管理栄養士国家試験に合格することができました。

私の業務は“献立作成”と“栄養管理”の2つに分けられます。“献立作成”では季節の食べ物を取り入れ、見た目や栄養バランスの良いものを考えて作成しています。また、“栄養管理”では栄養ケアプランを立て、他の職種と連携を図り、一人ひとりに合わせた食事形態、食事環境の提供を行います。特別養護老人ホームは終(つひ)の棲家(すみか)と言われるように、その方の人生の最期を看取ることが多いところでは、最期の一口まで携わらせていただくということを常に念頭におき、日々の業務を行っていきたく思ひます。

栄養課 藤原富男

ふぁみいゆデイサービスの暮らしから

令和時代の幕開け



令和。新しい時代の幕開けです。大正、昭和、平成と、激動の時代を過ごしてきた皆様と、これからの令和の時代を笑顔で穏やかに楽しく過ごしていきたいと思

います。まだまだ未熟者の私たちですが、一生懸命ケアをさせて頂きたいと思しますので、時には厳しく、時には暖かく指導して頂けたらと思っています。よろしくお願い致します。

ふぁみいゆデイサービスセンター 生活相談員 飯田洋美

花見男子



4月上旬、ようやく桜が見ごろになり皆さま笑顔でピースサイン。男性同士、話も弾んでいますね。皆さんの笑顔で桜が満開になりそうです。

桜の木の下で歌おう



歌の先生、乾介護士による「あおぞら教室」の時間です。

♪ 赤いリングに

くちびるよせて～♪

素敵な歌声が風に乗って流れてきました。

リハビリ女子

大人気、秋間先生の少人数リハビリメニューの時間です。棒の振り下ろし運動は、上腕三頭筋と前鋸筋を鍛え、「エイっ」と声を出す事で腹筋も鍛えられます。



赤鬼青鬼

福は～内！ 鬼は～外！
今年の鬼は誰でしょう。
かわいい鬼が来ましたね。
皆様に福がたくさん来ます様に願っております。



ふぁみいゆケアプランセンター



ふぁみいゆケアプランセンターは7名体制で行っております。住み慣れた地域で暮らし続けて行けるように、微力ながらお手伝いが出来ればと思っております。お困りのことがございましたら、お気軽にご相談下さい。

令和元年5月1日から大塚しのぶ介護支援専門員が、ふぁみいゆケアプランセンターに新たに加わりました。ふぁみいゆデイサービスセンター、ふぁみいゆ訪問介護と経験を重ね、経験も豊かですので、安心してご相談下さい。ふぁみいゆケアプランセンター管理者 河野貞也

充実しました ふぁみいゆ訪問介護！



この度 ①サービス提供責任者（中島順一さん）と②常勤介護職員（田中政江さん）が就任しました。これまでふぁみいゆ訪問介護を支えて頑張ってくれたサービス提供責任者の大塚しのぶさんは、5月より居宅介護支援事業所（ふぁみいゆケアプランセンター）へ移動になりました。地域の皆さまのよき相談相手になれると思いますので、よろしくお願いいたします。

ふぁみいゆ訪問介護は、「心に寄り添う介護」を心がけております。入职した二人は、豊富な介護経験を持ち、利用者様の幸せを第一に考えて介護にあたりたいと燃えています。今後ますます多様なご要望に応えられる事業所として、地域の皆さまの在宅生活をお支えしていきたいと思しますので、介護でお困りのことがありましたら、担当のケアマネさんにご相談ください。 管理者 小嶋敏子



介護保険(外)サービス(自費 1時間 2000円)を利用して、老後を豊かに暮らしませんか？

ふぁみいゆ訪問介護では、介護保険で対応できない部分を「介護保険外サービス」で承っております。サービス内容は介護保険サービスに準じますが、身体介護、家事援助の厳密な区分はありません。なお、移送サービスと組み合わせて下記のようなご希望にも添うことができますので、ご相談ください。

外出（墓参りをしたい、買い物に行きたい、親せきを訪問したい、受診、病院内の付き添い等）

利用できる方：ア-介護予防日常生活支援総合事業対象者 イ-要支援1・2 ウ-要介護1～5

ふぁみいゆ東館だより

家族会 4月27日(土)「看取り」をテーマに第2回家族会を開催しました。



施設での看取り希望が91%、「最期まで施設のみならず共に過ごしたい」と利用者様と職員との関係性が深まった事が導入のきっかけです。看取りを導入するにあたり、看護師増員を図り、松原医院の松原克彦先生のご協力をいただき4月より体制を整えました。

家族会の第一部では松原先生によるご講演をいただきました。「私たちがお手伝いする看取りについて」というテーマで、昔～現代の看取りの流れや医学で証明されたひとりの最期の身体状況をご説明いただき、先生のお考えを知る事で、家族様も安堵感を得たことと思います。

利用者様にとっては施設が自宅です。ご家族様と協力し合い、利用者様が満足する最期となるように、充実した日々の暮らしを支援したいと思います。

第二部は「お菓子飲み物バイキング」。ご家族様と一緒に好みのお菓子を選びました。利用者様は迷う事なく「こんなにたくさん食べていいの？嬉しい」と笑みをこぼされ、ご家族様はその笑みを見て「こんなに喜んでる姿、嬉しいです」と感謝のお言葉を頂きました。利用者様の

満足がご家族様の満足につながった瞬間でした。ご家族様、ご協力ありがとうございました。
ふぁみいゆ東館 館長 野口清美



緊急シュミレーション



毎月第1木曜日に人体模型とAEDを用いて利用者様の命を守るために緊急シュミレーション研修を行っています。

夜間帯を想定して3名での連携や実際に119番へ連絡した際の受答え等。また東館は子どもランチ会や乳幼児を連れての方の来訪もあるため、未就学児や乳幼児に対しての救急蘇生も学んでいます。

東館・小東風 昼食バイキング



食べたい物を選んで美味しく頂ける企画として「昼食バイキング」を2月27日に開催しました。

和食・洋食・中華・デザート等、12品目。全種類を選ばれる利用者様が大多数でした。量も多く、食べきれぬのか？と思いきや、すべて完食でビックリ。利用者様の満足した笑顔が嬉しかったです。

えんどうのフライ屋 小東風



4月19日、44年間地域で愛された「えんどうのフライ屋」が小東風で一日開店しました。館内に香ばしいソースの香りが充満し、東館利用者様やサロンの方々も香りに誘われて小東風に集まり大繁盛、長年培った腕は健在で40枚程フライを焼き上げました。「今度は焼きそばを焼きたい」と意欲満々の遠藤様でした。

小松菜成功



春に先駆けて小松菜の種を車椅子用プランターに蒔きました。天気の良い日は中庭に出て散水し、4月に収穫しました。

「私に任せて」と包丁でリズムよく刻む利用者様や、車椅子に座りながらホットプレートでバター炒めを行う利用者様。昔を思い出しながら出来る事を協力し合い、みんなで美味しく頂きました。日々行っている生活リハビリの成果が出ました。



お花見

3月29日。栄養課手作りのお花見弁当を持ち、むさしの村まで桜見物に出かけました。「今年は桜を見る事が出来ないと思っていた」と涙を流す利用者様や、「この年で桜を見て喜んでちゃ笑われるかな」と照れ笑いの利用者様。「来年も桜の花を見にこようね」と職員と共に誓い合いました。
ふぁみいゆ小東風 島崎かね子

はあとカフェ ～認知症介護に寄り添う～



平成から令和に元号が変わるこの年に、はあとカフェも開催日の変更をすることになりました。4月から、第4月曜日の午後1時30分から3時30分に変更しました。

認知症の方や介護をしているご家族の支援や相談を受けることを目的としております。認知症は誰でもなり得ることです。「自分だけじゃない、ここにいればいろんな人と話ができる・・・」ゆったりと笑いあふれる時間を



を過ごしていただけたらと思います。

現在、女性の参加者が多く、縫物や置物など手作業がメインになっていますが、課題として、男性やご家族に来ていただけるようなカフェにしたいと考えています。今後、より地域の方に気軽に立ち寄れる「場」として提供できるよう、施設の協力を得て、ボランティアさんと包括職員と開催できればと考えています。皆様のお越しをこころより、お待ちしております。



平成31年度（令和元年）はあとカフェ年間予定表

「お茶会・お話しの時間」「ながちか体操」は毎回実施しています。

4月	ハーバリウム作り	10月	あずま袋作り
5月	行田名物フライ作り	11月	松ぼっくりでクリスマスリツリー作り
6月	健康体操・脳トレ 七夕飾り・短冊	12月	クリスマス会 令和2年の年賀状を書こう
7月	レッドコード・ジエंगा	1月	新年会 頭の体操 ゲーム
8月	組み紐で、プレスレット作り	2月	フェルトバッグ作り
9月	秋のデザート作り	3月	お花見会 次年度の計画について

*毎月、第4月曜日を予定しています。都合により予定は変更になる場合があります。

注意！！熱中症

熱中症は暑い環境に長時間さらされることにより発症します。特に梅雨明けで急に暑くなる日は、体が暑さに慣れていないため要注意です。

- ・早めに涼しい所に避難しましょう。
- ・上手にエアコンを使いましょう。
- ・のどが渇く前に水分を補給しましょう。
- ・汗には塩分が含まれています。水分と共に塩分も取りましょう。水分はミネラル入り麦茶がおすすめです。

熱中症は、めまい、頭痛、吐き気、倦怠感などの症状から、ひどい時には意識を失い、命が危険になることもあります。「おかしい!？」と思ったら早めに病院に行きましょう。

デイサービス看護師 曾根佐枝



認知症予防のための食事

たんぱく質、脂質、炭水化物、ビタミン、ミネラルを含む栄養バランスの良い食事を摂りましょう。

特に秋刀魚、鰹、鯖は、DHAやEPAを多く含み、記憶力や判断力の向上、認知症予防に効果があるといわれています。また、緑黄色野菜では、ほうれん草、小松菜、豆類は納豆、枝豆、果実類は苺、キウイ、オレンジに葉酸が多く含まれています。葉酸は動脈硬化や認知症の原因となる物質の生成を抑制する効果があります。

その他、ぶどう、ワイン、緑茶、コーヒーのなどに含まれるポリフェノールは抗酸化作用があり、認知症予防に期待がもてます。ただし、摂りすぎには注意が必要です。

管理栄養士 小澤まゆ美

献立例

- ・麦飯 ・みそ汁
- ・豚肉のチーズピカタ（キャベツ、トマト）
- ・厚揚げときのこの煮浸し
- ・プロックリーとオクラの和え物



ふあみいゆ文芸

俳句



新年度環境変わる中学生

久保田啓司

ふあみいゆデー

花見しながらおやつ食べ

木村絹代

ふあみいゆの桜長々見られて感謝

和賀澄子

花菖蒲朝つゆ吸って人を呼ぶ

藤間澄子

桜咲きあの人思い独り酒

廣澤勇文

桜咲く春の夜長に美人立つ

最明治繪

散る桜水面の花の美しや

寺井房子

春風にちらちららららと桜花

松本昭次郎

平成の時代を贈る桜河

松本聡子

春が来た

わが家の庭にもほーほけきよ

村社恵美子

我が家に咲きほこれるは花みずき

武藤八重子

猫たちの温もり求めて冬朝日

松井隆

鶯のもてなす声の山の宿

森田奏子

桜めで辿り着きたる寺のカフェ

柴崎泰治

白梅を植えて今和の御代を迎う

小嶋悦雄

万葉のロマンに浸る古都の春

松井美枝子

母の味に出来し葉玉ねぎ味噌炒め

杉田すみ

春の月照らされるのは笑顔かな

鈴木真理

春爛漫平成終わり待つ今和

高橋春美

サクラサク散れど毎年満開に

今泉香奈

昼寝する幼きほほに桜舞う

斎藤輝子

短歌



満開の桜の花に酔いしれて

暮れなむ夕べに心さまよう

小林豊子

いるんだね努力する人千羽鶴

みごとみごとと見上げて通る

住川八重美

我が面の絵を描きくれし幼な見の

いとしま声かきこえる如し

関口千代子

葱埋める我を見かねて酸素負う

夫が上手に鍬振りくれし

(葱とたくさん頂いたので、
穴を掘って埋めました夫に感謝)

杉山嘉子

半世紀元号三代変わっても

まだまだ元気サザエさん一家

乾政信

「カアチャンノトコロニキタイ」と

病む義姉に九十四たびの

春めぐりきぬ

小嶋敏子

詩



朝の風景

田口アイ子

朝目を覚ます

しばらくボーっとする

そうだ!

今日はふあみいゆデイに行く日だ。

それから何となくそわそわする

ふあみいゆの皆さんの

にっこりした顔が目には浮かぶ

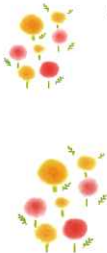
友だちの顔が目には浮かぶ

今日はどんな友だちと会うのかな?

楽しみです

朝職員のにっこりした顔が迎えに

来てほっとする。



地域交流館 サロン柿の木

家庭から一歩外に出てみましょう



運営委員長 杉田すみ

サロン運営は恙なく満2年を経過することが出来ました。昨年度のご来館者数は3,621人を数えました。振り返ってみますと、多くのボランティアさんのご協力と地域の皆さまの参加をいただき、様々な活動に取り組むことが出来ました。

①みんなで歌いましょう ②ハンドメイドの日 ウッドビーズネックレスやアームカバー、小座布団、作務衣づくり、編み物教室、脳トレ折り紙やモラ刺繍等 ③柿の木ランチ会 ④健康体操（呼吸法体操、レッドコード体操）⑤カラオケデー ⑥将棋デー

などの他に、子どもランチ会などを取り入れ、いずれも楽しそうな交流が繰り広げられています。私自身、多くの方と交わり、刺激をいただき、心身の活性化に繋がっているような気がします。老化予防には家庭から一歩外に出て、いろいろな人と会話することが大切だと言われています。地域の皆さま、サロンに来られて、いつまでも元気に暮らしましょう。お待ちしております。

料理勉強会



4月8日（月）柿の木ランチ会。ボランティアの皆さんが、オムレツとハヤシライスの作り方をプロに学びました。

講師は埼玉のビストロフジヤマレストラン店長 鈴木将隆氏です。財源を持たないサロンのために、無料で引き受けて下さいました。分かりやすい教え方と技に20名の皆さんが感動しきりでした。

子どもランチ会を実施



「子どもの楽しい居場所づくり」を目的として平成30年8月から毎月1回「子どもランチ会」を実施しています。毎回、子ども、ご家族、ボランティア、合わせて30名以上の参加があり、笑顔いっぱいランチ会が続いています。4月はサロン協力員といっしょにオムレツとハヤシライスを作りました。

カラオケデーの協力員さん



新しく増尾紀一郎さんがカラオケデーの当番として協力して下さいました。

歌の好きな方。一緒に歌いましょう。

柿の木ランチ会！

料理を作るボランティアさんもお客様も楽しんでます。



ボランティアを続けて

真名板 藤間多美子



太田保育園の園長先生から、家庭に於いて、おじいちゃんやおばあちゃんと触れ合う機会の少ない子どもたちのために、太田保育園の「世代間交流事業」に協力をしてほしい、というお話をいただき、平成25年7月から、おばあちゃんグループのお仲間入りをしました。

お手玉遊び、おはじき、よもぎを摘んで草餅づくり、まりつきなど、童心に戻って一緒に楽しんでいます。平成29年6月から柿の木サロンがオープンするにあたり、運営委員として係わらせて頂きました。人の役に立てればと参加したボランティアでしたが、そこで、素晴らしい方々と出会うことができ、人生が豊かになったように感じています。これからも家庭の事情が許す限り続けたいと思っています。

作業療法士による呼吸法体操

体操が終わると身体が柔軟になっているのを感じます。



理学療法士によるレッドコード体操

ふだん動かさない筋力を鍛えることができます。



ご家族で、梅狩りを体験しませんか？

サロンで「梅っ子農園」を開園します。地主（鈴木様）より、サロン柿の木で、管理を任せいただくことになりました。6月には現地でボランティアさんが交代で当番に当たり、廉価で販売します。梅酒や梅ジュースに適した青梅、梅ジャムや梅干しには完熟梅。用途に合わせて収穫しましょう。期間中休まず販売いたします。



梅狩り 予約受付中！！

● 開園期間

令和元年6月1日～20日頃まで
午前10時～午後3時 収穫梅の販売

● 場所

行田市下須戸948番地(常光寺隣り)

● お問い合わせ・お申し込み

ふぁみいゆ東館 048-559-5561