

毎日を楽しくもう！

はんの木だより

2019 年 7 月
第 74 号

社会福祉法人美土里会
青森県上北郡七戸町寒水 70-17
電話 0176(62)2761
<http://midorikai-gr.or.jp>

屋内レク・外出行事を満喫

気候が安定しない日が続いていますが
各事業所では、長い冬を終えた喜びと
もに、待ちわびたようにレクリエーション
や外出行事が盛んに行われました。



グループホーム櫟

新年度もはじまり、暖かくなってきたので、グループホームではイオンス
ーパーセンター十和田、お花見ドライ
ブ、つつじ見学、BBQ、さくらんぼ
狩り、と色々な場所へお出かけに行っ
てきました。

中でも、さくらんぼ狩りでは八戸市
の保育園の子供達も来ており、一緒に
さくらんぼ狩りを行ったり、「おばあち
ゃん、あーん！」と次から次へとさく
らんぼを食わせてくれました。

参加されたご利用者は「いやーめん



こい！めんこい！と子供達
をかわいがり、さくらんぼよ
りも子供たちに会えたのが
嬉しかった様子。いつも以上
にとても良い笑顔が見られ
ていました。来年のさくらん
ぼ狩りでも再会できるとい
いですね！

美土里荘

外出行事

例年より暖かい、むしろ暑
い五日日和、特養では恒例の
観桜会（花見ドライブ）を行
いました。官庁街の満開の桜
の下、沢山の人が桜を楽
しんでいました。特養の皆様
も、満開の桜に負けないくら
い笑顔ではしゃいでいました。五月四日にはレール
バス見学、五月十日にはつつじ祭り見学に行きまし
た。日差しがまぶしいくらいの好天気！レールバス
見学では、懐かしのレールバスに、「昔これに乗っ
たよ」と歓声が上がり、ある男性ご利用者は、ひ孫
くらいの子供を見て、優しいまなざしで手を振った



手をつきみんなで楽しんでいます。

そして、外出行事ば
かりを行っているわけ
ではありません！特養
では日曜日にレクリエ
ーション活動を行っています。ペッ
トボトルを使つてのボーリング、大きな
ビーチボールを使つて円陣サッカー、
七夕飾り作りなど、毎週違った企画を
行っています。初めは「私はいいから、
出来ないから」と話されている方でも、
仲の良いご利用者に誘われ参加して、
レクの楽しさを知ると笑顔が見られる
ようになります。「そら行ったぞ」「打
ち返すの？」「いいぞ。その調子」「頑
張って」とご利用者同士の声かけ、応
援あり、上手く出来ても出来なくても

レクリエーション



運動会見学

りしてました。つつじも満開で、皆
さん大満足していたようでした。



五月二五日に
は、城南小学校
運動会に見学
に行きました。日
差しが強かった
ですが、吹いて
くる風は心地良
く過ごしやす
く過ごしやすい
日でした。徒競
走、綱引き、玉入れ、城南太鼓など、躍
動感ある児童の皆さんの姿に拍手や
声援を送っていました。

デイサービスセンター梓

ジェラートNAMIKI



ジェラート大好き！



美土里荘デイサービスセンター梓では、六月十六日から
一週間、NAMIKIジェラートに行きました。今年は天
気にも恵まれ、参加するご利用者もたくさん。バスの中で
ジェラートを食べながら、アルパカや羊・馬を見ました。
参加されたご利用者は「こんな美味しいアイスあったもん
だ、うめえなあ」「食べに来れてよかったあ」等のお声があ
りました。

レクリエーション



デイではご利用者の方が飽
きずに参加できるよう週替わ
りでレクリエーションを行っ
ています。楽しみながら意欲
的に心身を動かしてもらた
めに日々新しいプログラムを
考え、取り入れています。内容
によってはご利用者が興奮し
てしまうことがあるため怪我
がないよう見守りをしながら
行っています。六月は新聞紙
やぶりゲームで、誰が一番長
く新聞紙を破れるかを一生懸
命競い、盛り上がりしました。

池掃除



五月、美土里会男性職員で池掃
除を行いました。胴長をはいて準
備万端！池の水を全部抜き、コイ・
金魚を救出。何だか数が増えてい
るような。高圧洗浄機やブラシ
で洗ったあと、魚たちをもどすと
気持ちよさそうに泳いでいまし
た。美土里荘にお越しの際は、ぜひ
池を覗いてみて下さい！

ようこそ
美土里会へ！

新職員紹介

新たに美土里会の仲間となった職員を紹介します！
何やら見たことがある人も…？

- ①趣味 ②特技 ③好きな芸能人 ④好きな食べ物 ⑤嫌いな食べ物
- ⑥休日の過ごし方 ⑦自分の好きなところ ⑧自分の嫌いなところ
- ⑨なぜ美土里会に就職したのですか？ ⑩美土里会の第一印象
- ⑪これからの抱負

村中 龍介（むらなか りゅうすけ）
二十九歳・AB型

- ①トランポリン、釣り
- ②バク転、バク宙 ③内村航平
- ④ハンバーグ ⑤ナス
- ⑥トランポリン、釣り ⑦体を動かすこと、お酒を飲むこと
- ⑧ヒマでいること ⑨家から通える場所で大きな施設だったので
- ⑩明るい施設で、働きやすいと思いました
- ⑪一日も早く仕事を覚えてがんばりたいです！



特養

福井 かつ子（ふくい かつこ）
五十二歳・B型

- ①テレビ鑑賞 ②特にない
- ③今はいません ④果物 ⑤ありません ⑥買い物
- ⑦特にない ⑧優柔不断なところ、マイペースなところ
- ⑨介護の仕事に興味があったため ⑩働いている人がみんな若い
- ⑪介護の仕事は初めてですが、一生懸命がんばります



特養

青木 亮（あおき りょう）
三十四歳・B型

- ①食べる事！ ②いっぱい食べる事！
- ③水ト麻美アナウンサー ④お肉全般！
- ⑤レバー、グリーンピース、パクチー
- ⑥寝る・子供と遊ぶ ⑦明るいうち ⑧ありません！
- ⑨介護の仕事が好きだからです！ ⑩明るく楽しい！
- ⑪ぼくを覚えている人もいます！一生懸命がんばります！



グループホーム

三名とも、すでに各事業所で即戦力として働いています。
ご来荘の際には、お気軽に声をかけて下さい。

歯科往診やっています！



「先生のおかげで助かっている」と非常に好評です。口腔衛生の処置・助言だけではなく、虫歯の治療や入れ歯の作成にも対応していただいています。口の中の健康は全身の健康につながりますので、歯科往診を希望されている方はぜひ美土里会にご相談下さい。

美土里会では毎週火曜日、ご利用者の希望に応じて歯科診療を行っています（特養・ショートステイ・グループホームのご利用者に限ります）。七戸町の小川歯科さんに協力医療機関になっていただき実現出来たもので、歯科受診を希望されているご利用者の通院の手間が省けて大変助かっています。また、ご利用者から「わざわざ歯医者に行かなくて良いから楽だ」「先生のおかげで助かっている」と非常に好評です。口腔衛生の処置・助言だけではなく、虫歯の治療や入れ歯の作成にも対応していただいています。口の中の健康は全身の健康につながりますので、歯科往診を希望されている方はぜひ美土里会にご相談下さい。

手足口病に要注意

現在、青森県だけではなく全国的に『手足口病』という病気が大流行しています。

●どんな症状？

口の周り、口の中、手、足などに水疱性（水ぶくれのような）発疹が出ます。痛み・かゆみが出るほか、水疱が破けて浸出液が出て固まったり熱が出たりします。喉に水疱が出来るとう痛くて食べられなくなる時もあります。

●どうやって感染する？

主に夏、ウイルスの感染によって起こります。その原因となるウイルスも何種類があり、飛沫感染（話している時のツバなど）、接触感染（触ったりすること）などで他者にうつります。子どもがかかりやすい病気ですが、抵抗力が低下している大人・高齢者にも感染するので油断は禁物です。子どもは軽症の場合が多いです。

●治療・予防・対処方法は？

特效薬はなく、発病を予防する薬もないので対処療法が基本となります。感染源のウイルスが数種類あり、治った後も長い間ウイルスを排出し続けるため、発病した人だけを長期間隔離しても有効な感染対策とはなりません。一般的な感染対策として、流水と石けんで手をしっかりと洗うこと、排泄物を適切に処理することが重要です。また、手を拭くタオルの共用はしてはいけません。柔らかく薄味の食べ物で栄養をとり、何より水分不足にならないよう注意して下さい。また一度診断された後でも、元気がない、頭痛、嘔吐、高熱、二日以上続く発熱などの場合は再度病院へ行くようにしましょう。



編集後記

パツとしない天気が続く今日この頃、皆様はいかがお過ごしでしょうか？
最近私がハマっているのが『耳あかそうじ』の動画を見ることがです。巨大な耳あかがキレイに取れるのを見てると、自分も耳鼻科に行きたい気持ちになります。皆さんも一度見てみて下さい。きっとハマりますよ！（手）



チャレンジレシピ『ミズの洋風和え』
①マヨネーズ3…らっきょう酢2…オリーブオイル1…黒こしょう少々割合で混ぜ合わせます
②ミズの皮をむき、軽く茹でます
③色鮮やかになったら流水で熱を取り、水を切ります
④ミズと①を混ぜ合わせ、冷蔵庫で一時間寝かせます
⑤食べる時にもう一度和えれば味が均一になります
さっぱりしてとても美味しいです！お試しあれ



今回は初夏の味覚！ミズです。美土里荘の建物の北側にミズが群生しています。それを収穫し利用者と共に葉を取り食べやすい長さに折っていきます。皆さん、昔よく収穫した事を覚えていて、「これ塩と昆布で和えれば美味しいよね」とか、「さつま揚げとか、肉と一緒に炒めても美味しいよ」といろんな調理法を教えてくださいました。皆で下さりえしたミズを厨房職員が料理し、美味しく頂きました。



美土里会の四季の食材
新しく始まったこのコーナー、自然豊かな美土里会の敷地内で採れた食材を紹介します！

ミズ



ミズ(別名ウワバミソウ)



七月十日頃から、美土里荘敷地内に子ダヌキが住み着いています。親の姿は見え、子ダヌキばかり三〜五匹いる様子。皮膚病にかかっているようで、昼間でも芝生や駐車場をうろろしていますので、お越しの際はご注意ください。ご利用者や職員も心配そうに窓から見つめています。何とか元気に育って欲しいのですが…

※見かけても決して触れないで下さい！

