

より一層の健康と長寿を祈って

はんの木だより

2021年10月
第83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
発行人：盛田薫

特養で敬老会開催
GHは
お楽しみ会



表彰状を受け取って皆さん嬉しそうな表情
卒寿など区切りの方を中心にご利用者にお集まりいただきました

特別養護老人ホーム美土里荘

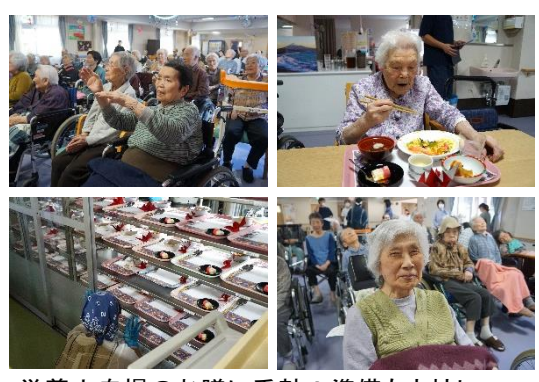
九月二十二日、特別養護老人ホーム美土里荘で敬老会を行いました。今年にはコロナ禍ということもあり、地元保育園のアトラクションやご家族のご招待は見合わせ、ご利用者・職員のみで開催させていただきました。

最初に敬老の表彰式。盛田薫理事長からお祝いの言葉が述べられた後、特養並びにショートステイご利用者に敬老の表彰状と記念品が贈呈。今年には百二歳の方を筆頭に白寿、卒寿など区切りを迎えたご利用者十六名を表彰し、受け取られた皆様は嬉しそうな表情を見せられていました。

続いてはアトラクション。もはや美土里荘行事の恒例となった、県立七戸高等学校OB・OG職員による「トラジヨサンバ」では、軽快なサンバのリズムになった「虎丈様（とらじよさま）」に合わせて会場から手拍子や歌声が。一体となって盛り上がりを見せました。また、男性職員による「気配切り」は目隠しをした状態でスポンジの刀で相手を叩くことができるか、というもの。目隠しをされた職員が相手の方向がわからずウロウロしている「前！前！」「もつと左！」などの声が飛び、刀が当たらず空を切るたびに笑い声が。ようやく当たると拍手が沸き起こり、会場を笑いの渦に巻き



アトラクションに合わせて手拍子や笑い声も



栄養士自慢のお膳に舌鼓！準備も大忙し

込んでいました。アトラクションの後はお楽しみみの昼食。栄養士が趣向を凝らして作ったお膳は「ごっちゃん良いなあ」と大好評！特にちらし寿司が人気でした。収まりつつあるとは言え、まだまだ先が見えないコロナ禍ではありますが、だからこそ感染症対策に気をつけて、健康で長生きをして頂きたいと思えます。皆様、おめでとーございました！

グループホーム櫟

今年もまたコロナウイルス変異株などの影響で、ご家族と一緒に祝いする敬老会が開催できないうえ、九月二十一日に『お楽しみ会』を開催しました。昨年度から始めた行事ですが、二年目とあってアイデアも盛り沢山。お菓子釣り、ヨーヨー釣り、くじ引きなど露店形式で行い、皆さん「何が取れるかな」とワクワクしながら童心に帰ったような笑顔を見せられていました。軽食ではワッフル、フライドポテト、から揚げ、海老あげせんなどが用意され皆さん喜ばれていた様子。苦勞のかいあって思い出のページを作ることができました！



八月豪雨で緊急安全確保発令 福祉避難所を開設

美土里会

八月十日、青森県内は経験したことのない豪雨に襲われました。七戸町・東北町内でも河川の堤防の一部が決壊し、七戸町倉岡地区では最高レベルの避難情報「緊急安全確保」が出される事態に。指定避難所に避難せざるを得ない方も多数いらっしゃいました。普段見慣れている穏やかな川が濁流となつて勢いよく流れている姿は、私たちも恐怖を覚えるものでした。

美土里会の建物は比較的高地にあるため水害の心配はありませんが、有事に備えて地域の避難困難高齢者を受け入れる福祉避難所を開設できるように七戸町と協定を結んでいました。そして今回の豪雨で町から要請があったため開設を決定。一般避難所では安心して過ごす事が難しい、車イス利用の高齢者の方など三名を受け入れました。

開設後、町や担当ケアマネジャーとの連絡を小まめにとりながら特養内に避難スペースを設営。福祉避難所の開設は私たちも初めてだったため慌ただしい準備となりましたが、受け入れた三名は皆さん落ち着いて過ごされていたようでした。幸い天候が落ち着き、同日十七時過ぎには三名とも帰宅されました。

今回の避難所開設を通じ、改めて普段からの備えや心構えが重要であると実感しました。災害時でも安定して介護サービスを提供出来るよう、そして地域の避難困難高齢者をスムーズに受け入れる事ができるよう、改めて確認・訓練しておきたいと思えます。



職員コラム

特別養護老人ホーム美土里荘

介護職員

今回は特養の第一線で活躍するスポーツマンの二人をご紹介します！

あべともひろ
阿部 友博



こんにちは！私の名前は阿部友博、二十五歳。六月生まれのB型、ふたご座です。特技は介護をすること、趣味も介護をすることです。好きな動物はキリンで、私の夢はいつか起業することです。

私は美土里荘に勤め始めてから七年も経ちます(笑)。私がここまで頑張る事が出来たのは、利用者の方々からの感謝の言葉、笑顔があったからこそだと思います。これからも利用者の笑顔を糧に頑張っていきます！

こんな私ですが最近悩み事があります。それは太ったという事です。休みの日や仕事終わりにランニングをして頑張っているものの不摂生な生活が続く、気が付けば美土里会に来てから十五kgも増加していました。このピンチを脱すべく私は来年の今日までに三kg痩せることをここに宣言します！来年の目標がまた一つ増えました。

最後に皆さん黒ニンニク食べてますか？食べると風邪になりにくくなるそうですよ！※個人差があります

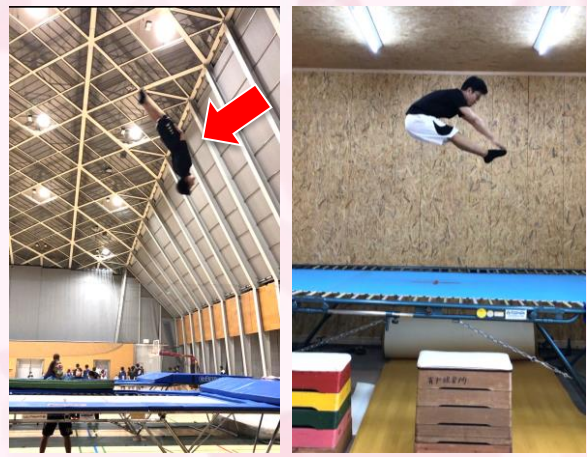
特別養護老人ホーム美土里荘

介護職員

むらなかりゅうすけ
村中 龍介

こんにちは。青森県内でトランポリンが一番うまい村中龍介です(笑)。

美土里荘で働いて二年が経ちましたが、まだまだ新人で右も左もわかりません。フレッシュな若者といきたのですが今年で三十二歳になり、軽やかに動いていた二十代とは違って変わって何もない所でよくつまずくようになりまし。こんな私ですが、これからも頑張っていきますのでよろしくお願います。



プライベートでは、七月にトランポリンで国体予選東北ブロックに出場しました！結果は東北6県中5位と成績は残せませんでした。しかし、来年の予選は青森県で開催されるため、頑張って現役で飛び続け、来年は皆様に良い報告ができるように頑張ります。

特別養護老人ホーム美土里荘



コロナ禍で外出もままならない昨今、少しでもご利用者に季節を感じて欲しい！との思いから、八月二十四日に夏祭りを企画しました。屋内での開催となりましたが、祭りには露店が欠かせない！と、露店に見立てた各ブースで魚釣り・わなげ・もぐら叩き(当然、職員が動かしています)など行いました。ご利用者の皆さんは楽しんでプレイ。焼き鳥・フランクフルトも振る舞われ、会場となったホールでは賑やかさが絶えませんでした。参加されたご利用者は「楽しかった」「焼き鳥が美味しかった」と、童心に返って楽しまれていた様子でした。



特養では毎週日曜日の午後、レクリエーションを実施しています。八月のある日は風船バレーを行いました。大きい風船が頭上に来るたびに「行ったよ！」「上！上！」と参加者や職員からかけ声が。たまに自分の所に風船が飛んで来たことに気づかず頭にポコンと当たると笑い声が響きます。

また別の日には魚釣りゲームを行いました。魚がなかなか磁石にくっつかず、やきもきする方がたくさん。それでも何とか釣り上げることができると「やった」「釣れた釣れた」ととても喜ばれます。これからも可能な限りレクリエーションを実施し、頭と体と心に刺激を受けていただきたいと思っています。



七月二十九日、夜間想定避難訓練を行いました。施設内のどこから出火した想定で訓練を行い、役割に基づいて火元の確認・初期消火・避難誘導・安全確認などを行いました。参加者全員が緊張感を持って行い、背中にびしょり汗をかいた職員も。ご利用者の皆様にも協力していただきました。これからも定期的に行い、有事の際には迅速に行動したいと思っています。



グループホーム櫟

十月六日、今年最後のバーベキュー。秋晴れの中、様々なメニューを頂きました。

秋といえばホクホクの焼き芋。そして今回初めてジンギスカン、芋煮、チョコレートフォンデュを提供！美味しかったのか、お代わりして食べ過ぎてしまうご利用者もいらつしやるほどでした。



デイサービスセンター梓



九月の二週目から天気も良く暖かい日が続いていたので敷地内の散歩を行いました。外にでると「いやー、気持ちいいな」「あの建物はなんだ、でが泊まってらのか。」「わの友達がいるとこだ」「あの木、大きいな」と話されながら歩いていました。施設周りを一周したので1km位の距離になりました。休憩をはさみながら歩きました。転倒を防ぐため老人カーを押したり、歩けない方は車イスで散策されました。「こんなに歩いたのは久しぶりだ」「歩けないかと思ったけど歩けたな」等の声も聞かれました。散歩コースの広葉樹の林では木漏れ日が。池に着くと水蓮の花が咲いていたりコイが泳いでいます。「花っこきれんだな」「小さいのも泳いでら。めんこいな」「木がいつぱいで気持ちがいい」と喜んでいました。コロナ禍で家で過ごすことが多いデイサービス利用者の方は、レクリエーションを通じて身体や心を動かしたりすることで、楽しみながら心身の活性化を図っています。体と心を動かすことが、長生きの秘訣なんですよ！



朝、保育園に向かう父子を見ました。子どもが雲一つない空を指して「お空がニッコリしている」と言い、散歩中の犬に「わんわん、おはよう」とお辞儀をしています。父親はそのたび「そんだねえ」「嬉しいねえ」と笑顔で応えていて、そのほほえましい光景に癒されました。日々時間に追われ「忙しい、忙しい」が口ぐせの私ですが、あの父子のようにありふれたものにさえ美しさや感動できる心を持つてると頑張りて行きたいと思っています。(郁)

編集後記

朝、保育園に向かう父子を見ました。子どもが雲一つない空を指して「お空がニッコリしている」と言い、散歩中の犬に「わんわん、おはよう」とお辞儀をしています。父親はそのたび「そんだねえ」「嬉しいねえ」と笑顔で応えていて、そのほほえましい光景に癒されました。日々時間に追われ「忙しい、忙しい」が口ぐせの私ですが、あの父子のようにありふれたものにさえ美しさや感動できる心を持つてると頑張りて行きたいと思っています。(郁)