



私の小径
こみち



作品が並ぶ事務所横は食堂への通り道。時より足をとめて眺めます。

日常の心情を短歌に託し、
人生が穏やかに流れていきます。

濱中 利雄 さん 大正15年生まれ 91歳 / 大湊上町出身

濱中利雄さんは大湊上町で8人兄弟の五男として生まれました。大湊尋常高等小学校で勉学に励んでいましたが、大湊郵便局入局に伴い退学、その後戦争が激化し海軍の施設部に就職しました。内地では土木技術を学び、二等技術兵曹となりましたが間もなく終戦を迎え、帰還後は大湊町役場へ勤務します。妻の系きさんとは、職員組合で文化サークルの活動を通じて出会いました。しかし、結婚を考えていた矢先に肺結核を患ってしまい入院。「妻の両親には肺結核となったことで結婚を反対されたけど、やっこの思いで許されて、3人の子どもにも恵まれたんだよ。」

肺結核完治後は様々な仕事を任された利雄さん。最後はむつ市公営企業局水道課長で定年を迎え、その後も水道の検針や民生委員としての活動を約10年続けました。現役で働いていた時は多忙のあまり家のことを任せきりでしたが、系きさんに介護が必要になってからは、これまでの時間を埋めるかのように寄り添いました。その後、徐々に自宅での介護が困難となり、系きさんは「特別養護老人ホームみちのく荘」へ入居、数年後に他界しました。一人暮らしとなった利雄さん。体力が徐々に低下し、自炊も大変になってきたこともあり、5年前に「ケアハウスみちのくグリーンリブ」に入居を決めました。現在は「みちのく訪問介護ステーション」も利用しながら生活を送っています。「長男がケアハウスの近くに住んでいるから、電話をかければすぐ来てくれる。そばにいられて良かった。」と微笑みます。

短歌や囲碁、コーラスと多趣味な利雄さんですが、中でも俳句や短歌は、戦時中から今日まで半世紀以上の長きにわたり作り続けています。民生委員時代には、岩手日報に短歌を送って、新聞に掲載されたこともありました。今まで作り続けてきた作品には系きさんの介護をしていた時の苦労や、日々の嬉しかったことなどの思い出もたくさん詰まっています。

「ケアハウスみちのくグリーンリブ」へ入居した時の作品です。事務所の横には、利雄さんの作った俳句や短歌が壁一面並びます。その時その時の気持ちを込めて作った短歌を目に映し、昔に思いを馳せながら、終の住処と決めたこの場所でもこれからも穏やかに余生を過ごしていきます。 記 / 北川 夕紀

みちのく荘サービス公開競技大会 第2回 まるめる杯 結果報告

2017年2月、第2回まるめる杯を行いました。今回は25日・27日・28日の3日間、11職種の代表選手たちが己の技術を競い合いました。競技の様様をダイジェストで報告します。
●各競技優勝者
【介護職部門】浜辺千夏 【看護職部門】二本柳麻弥 【リハビリ部門】土岐のどか 【相談員部門】小関美津子 【歯科衛生士部門】瀬川一美 【栄養士部門】澤田真紀 【調理員部門】小笠原敬 【医療事務部門】該当者なし 【ドライバー部門】市野重利 【事務員部門】京谷萌恵 【管理員部門】藤本泰美



【医療事務】制限時間内にレセプトを作成し、完成度を競う。



【事務員】パソコンの早打ちとお茶出し（接客）を評価。



【リハビリ】右片麻痺がある利用者（設定）の誘導に挑戦。



【ドライバー】車いす利用者（設定）の対応を評価。



【歯科衛生士】認知症利用者（設定）の義歯洗浄と歯磨きをする。



【栄養士】カロリー等に制限がある方向けの献立をプレゼン。



【相談員】事前に撮影した相談場面（デモ）を見ながら評価。



【調理員】厨房の映像を審査会場のテレビモニターに映し中継。



【管理員】複数の修理作業をいかにスムーズに行えるか競う。



【看護職】患者への声掛けや、排痰・喀痰吸引の技術を競う。



【介護職】右上下肢に麻痺がある利用者（設定）の介助に挑戦。



各競技部門の優勝者には、賞金と副賞が贈られます。



福祉ヤクルトより、車椅子1台を寄贈されました!!
2017年1月13日、ヤクルト様より「アルミ製車椅子1台」を寄贈いただきました。この車椅子はみちのく金谷デイサービスセンターで大切に使用させていただきます。

林修 講演会
4/29日 15:00~16:30
前売一般 2,500円他
主催：下北文化会館 TEL 22-8411

電気自動車のまったく新しいカタチ。
株式会社 むつ日産
TEL 0175-22-2284

水産物・青果物・食肉・冷凍食品等の卸売
有限会社 ニッショク
青森県むつ市大曲二丁目13-35
電話 (0175) 22-7222
FAX (0175) 22-7081

やさしい街づくりを応援しています。

イラの日記



出身地 インドネシア共和国
スマトラ島/ランブン
(ジャカルタから飛行機で1時間半)
趣味 料理

むつ市の生活ではいろいろ経験や勉強ができましたが、これからはまだ新しいことがあると思います。

むつ市に来た頃より私の日本語能力はずいぶんと上達しました。最近では経済ニュースにも関心があり、ニュース番組も観るようになりました。高いレベルの日本語は大変難しいですが、興味深いので、一生懸命勉強しています。

また、国家試験に向けた勉強も頑張っています。仕事で疲れた時でも、少しでも時間をとって過去問題をやり直します。時間も無駄にしたいくないので、効率よく時間が使えるように心がけています。

日本語の先生や同じ現場で働くスタッフのみなさんのおかげで、大きく成長できました。

●イラさんの自筆です。

イラ・ノファリアさん(通称イラさん)は、EPA(経済連携協定)第6期生として、2014年12月にみちのく荘にやってきました。インドネシア人介護福祉士候補生です。

来日から2年が経ち、日本での生活や介護の仕事にもすっかり慣れたイラさん。いよいよ介護福祉士国家試験まで残り1年です。ドナルド・トランプ氏がアメリカ大統領になつてからは、日本語の勉強も兼ねて政治ニュースも観るようになりました。

日本に来てから大好きになったお風呂で疲れを癒やして、今日もまた頑張ります。(編集委員)



関野準一郎記念
まるめろ美術館ご案内
展示1 ~明るい陽のもとで~ 欧米の記憶
展示2 ~関野準一郎をめぐる人々~ 版画への道
期間/2017年2月3日~2017年5月30日
開館時間/10:00~16:00
休館日/水曜・木曜・日曜・祝日・年末年始



専門職育成奨学金制度 「まるめろ奨学金」奨学生募集!

まるめろ奨学金は、将来「医療・福祉分野で活躍したい」と考えている学生を応援する奨学金制度です。

貸与された奨学金は、卒業後に当法人で一定の期間働くことで、返済を免除されます。貸与額・対象者は「専門コース」と「一般コース」によって分かれています。

ご相談、利用希望の方は下記お問い合わせまでご連絡ください。

▼コース(貸与額)と対象者

- ①専門コース(月額5万円)
以下の(受験)資格を取得する目的で、大学や専門学校、各種養成施設に入学または在籍する学生
【理学療法士/作業療法士/言語聴覚士/看護師/介護福祉士】
- ②一般コース(月額3万円)
専門コース以外の学生(高等学校1年生以上)
※高等学校卒業後に専門コースへ進む場合は5万円に変更。

▼お問い合わせ
特別養護老人ホームみちのく荘
〒035-0067 青森県むつ市十二林11-13
電話/0175(23)1600
担当/人材部人事セクション

第3回 口腔体操

高齢になると窒息や誤嚥性肺炎などのリスクが高くなるため、口腔ケアや体操による機能維持がとても重要です。

みちのく金谷デイサービスセンターには歯科衛生士が常駐しています。個別の口腔ケアはもちろん行っていますが、歯科衛生士による一寸変わった口腔体操が人気です。

それは口腔のための全身体操です。実は、いつまでも美味しくご飯を食べるためには、姿勢を保つための筋肉や、嚥下に関わる運動神経、ムセないための呼吸や反射神経、唾液の分泌、口の動きに指令を出す脳神経など、全身の機能を向上させる必要

「人前で大きな口を開けるなんて恥ずかしい」という方は個室タイプの口腔ケアルームで指導しています。

みちのく金谷デイサービスセンター いちおし!!プログラム③

みちのく金谷デイサービスセンターでは、「自分磨き」をテーマに、自立支援に力を入れていきます。このシリーズでは、みちのく金谷デイサービスセンターのさまざまなアクティビティのプログラムを紹介いたします。

「口だけでなく身体全体を使う運動なので、最初は「これ口の体操と関係あるの?」と言う方も少なくありませんでしたが、今では「声がよく出るようになった」「姿勢を気にして食事するようになった」という方も増えてきました。

懐メロにあわせて身体を動かす体操とデュアルタスク(二つの事を同時に行なう)のトレーニングは毎回大人気です。

食事の目的は栄養摂取ですが、美味しいものをお腹いっぱい食べた時に「幸せ」と感じる事があるように、食べる事と幸福感は繋がっています。皆さんがいつまでも美味しくご飯が食べられるよう、これからも楽しい体操を提供していきます。

みちのく金谷デイサービスセンターでは1日体験を実施しています。自宅までの送迎付きです。お気軽にお問い合わせください。

電話/0175(23)0771
担当/玉谷

「ほのぼの」は、地域のつながりが広がっていくことを陰ながら支えています。

「むつ市地域包括支援センターみちのく」では、昨年9月から月に1~2回のペースで「ほのぼの」を開催しています。「ほのぼの」は、地域の方が集まりお茶を飲みながらおしゃべりしたり、好きなことをやって過ごせる場所を作ることを目指して発足しました。開催場所は、同事業所内の一室です。

発足当初は女性の参加者が多く、講師指導のもと「簡単だけど作りたくなる手芸」を行っていました。最近では展示会などへの出品も視野に、簡単なものから高度なものまで、幅広いジャンルの作品作りにも挑戦しています。

「ほのぼの」は、地域のつながりが広がっていくことを陰ながら支えています。

数名の有志の集まりから始まった「ほのぼの」ですが、少しずつ新たなメンバーも増えていき、いつも参加者のいきいきとした笑顔が広がっています。

「むつ市地域包括支援センターみちのく」では、これからも「ほのぼの」を接点に地域住民の繋がりが広がっていくことを陰ながら支えています。

たいと考えています。

「ほのぼの」は年齢に関係なく、誰でも参加が可能です。ご希望の方はお気軽にお問い合わせください。

●お問い合わせ
むつ市地域包括支援センターみちのく
住所/むつ市十二林17-5
電話/0175(23)7930

「次はどうする?」これからも活動の輪は広がります。

むつ市地域包括支援センターで、「ほのぼの」しませんか?

「むつ市地域包括支援センターみちのく」では、昨年9月から月に1~2回のペースで「ほのぼの」を開催しています。「ほのぼの」は、地域の方が集まりお茶を飲みながらおしゃべりしたり、好きなことをやって過ごせる場所を作ることを目指して発足しました。開催場所は、同事業所内の一室です。

発足当初は女性の参加者が多く、講師指導のもと「簡単だけど作りたくなる手芸」を行っていました。最近では展示会などへの出品も視野に、簡単なものから高度なものまで、幅広いジャンルの作品作りにも挑戦しています。

快適な環境づくりのお手伝い

○介護用品のレンタル・販売
(車いす・ベッド・リハビリ機器他)
○住宅改修

株式会社 シルバーサービス
〒035-0033 むつ市横町2-9-13
TEL 0175-22-9511

ENEOSグローブエナジー株式会社

URL <http://eg-energy.jp/>

むつ支店: むつ市南赤川町10-27
TEL 0175-22-8320

谷川環境衛生開発(株)

代表取締役社長 谷川 聡

本社: むつ市新町41-1
TEL. 0175(22)2659 FAX. 0175(22)7783
フリーダイヤル 0120-12-2659

冷凍車を購入しました!!

この度、公益財団法人 日本財団より助成金の交付を受け、冷凍車一台を購入しました。公益財団法人 日本財団をはじめ、関係者の皆さまに厚くお礼申し上げます。

冷凍車は「みちのく城ヶ沢フードセンター」を拠点として、法人内外に向け食品、食材等の配送に使用します。