



人ひとりひとりの心地良き

特別養護老人ホームみちのく荘

まるめろ通信

【まるめろ通信 / 第97号】

発行日 / 2013年 11月 24日
発行 / 青森社会福祉振興団
十二林みちのく荘 0175 (23) 1600
金谷みちのく荘 0175 (23) 0781
みちのくクリニック 0175 (23) 1171
脇野沢いこいの里 0175 (31) 5611
Eメール / marumelo@michinokuso.or.jp

特集

社会福祉施設経営管理者海外研修報告①

特別養護老人ホームみちのく荘 園長 中山辰巳

2013年9月2日から9月12日まで、みちのく荘の中山園長がクロアチアの福祉施設を訪問してきました。その報告を全4回シリーズにてお伝えします。

はじめに、この度の研修企画実施された公益財団法人社会福祉振興・試験センター並びに株式会社福祉施設共済会とリわけ代表取締役・田中敏雄団長をはじめ、参加された団員のみなさまにお世話になり、有意義な時間を共に過ごさせて頂いたことに、心より厚く御礼申し上げます。

さて、私の報告は主にクロアチア共和国の歴史、社会として主題である社会福祉について述べることにする。

まず、クロアチア共和国は、アドリア海に面し、面積約5万7千km²(九州の1.5倍)、世界遺産のスプリットやドブロブニクなど風光明媚な地があり、人口約430万人(福岡県より約80万人少ない)。主たる産業としては、観光、農業(食料自給率が高い)、林業、マグロ養殖、造船業などがあげられる。

1991年に勃発した民族戦争、内戦から約20年が過ぎ、今年7月EU加盟を果たした。この間のクロアチア国民の悲憤と絶望は想像を絶する。

欧州の火薬庫と言われたバルカン半島に位置する国々は、第一次世界大戦から約100年を経て、ようやく忌まわしい戦争から脱したのである。

第二次大戦をバルチザン率いて闘争を指導



クロアチア第二の都市であるスプリットは、1979年にユネスコ世界遺産に登録された。

し、ナチスドイツと戦ったチトーの偉大さを改めて思う。

旧ユーゴスラビアは「7つの国境、6つの共和国、5つの民族、4つの言語、3つの宗教、2つの文字」があり、到底統一国家なるものは絶対不可能と思われた。

また、チトーは、社会主義者・共産主義者として、かつて絶対を誇ったソビエトと対等に渡り合い、主体性思想を唱えた朝鮮・金日成と並び、社会主義国家では自主独立路線を遂行した。



聖ウロク大聖堂はロマネスク様式の傑作。

しかし彼の死後、冷戦の終結やソビエト連邦崩壊など、世界の政治経済の激変により、ユーゴスラビアは果てしない内戦に突入して行った。

軍隊はおろか、親子、兄弟、隣人同士が殺し合い、愚かな殺戮を行ったのである。中でもミロシエビッチ大統領による軍の一般市民への虐殺や、集団強姦など言語に絶する行いは忌まわしい記憶として永久に残るであろう。

「民族と宗教」が麻のごとく乱れ絡み合う歴史や文化は、私たち日本人にとって理解しがたいものである。

本来、宗教の意義、キリスト教やイスラム教は、人々を幸福にするものだった。しかし、人類は「民族と宗教」の違いだけで、未だに戦争を止めず互いに蛮行をくり返している。カール・マルクスは言っている「国家を危うくするものは宗教とアヘンである。」と。

いつの時代でも戦争の犠牲者は子ども、女性、高齢者であり、言うまでもなく社会福祉の対象者でもある。

以上、社会的、歴史的背景をもとに今回の調査・研修したことは、その他見聞したことも含めて報告するものである。

(次号に続く)

関野準一郎記念

まるめろ美術館

2013年10月1日 オープンしました!!

●関野洋作さん挨拶

この度はまるめろ美術館を作ったいただき、ありがとうございます。

父の版画人生は、大まかに4つに分けることができます。

一つ目は旧制中学時代、良い友人たちに恵まれます。絵を描いているうちに交換会が始まり、そして版画を作るようになります。

先輩に棟方志功や今純三がいて、教えるを請いながら、彼らから絵に対する誠実さ、勤勉さ、情熱を学び、ここで父の絵に対する基本ができます。

二つ目は、文通などにより東京出身の版画家である恩地孝四郎を知り、教えるを受けます。

東京へ出て、絵描きの生活から抽象作品まで多くのことを学ぶと同時に、生涯の友人たちにめぐり会い切磋琢磨します。

三つ目は、終戦後、日本美術の評価が高まり、アメリカの美術愛好家たちの目に留まります。そしてアメリカのロックフェラー財団より、日本の木版画の招待教授として迎えられます。合計3回招待されます。

現地では日本の版画を伝えながらも、

まるめろ美術館は、青森市出身の版画家、関野準一郎画伯の作品を常設展示している美術館です。10月1日に行われたオープン記念レセプションでは、関野準一郎画伯の二男で助手も務めていた、関野洋作さんより貴重なお話をいただきました。

自身も、コラグラフなどの技法や、現地の画家の風土、歴史による精神を学びます。

四つ目は、海外で学び感じたことを踏まえ、日本人の感性、情感を生かした作品を作ろうと取り組みます。

この頃に制作した作品が、東海道や奥の細道、青森の各地域の風景画、紅型(1975年)のような舞妓さんのシリーズなどです。

父は情熱をもって作品を作りつづけ、73歳で亡くなりました。

美術館は癒しの空間であり、人の営みを豊かにします。今回このような福祉の空間の中に美術館ができたことは素晴らしいことです。

日本的な繊細さを取り入れた父の作品を見に来ていただけたら、ありがたいです。

※版材(ベニヤ板やボール紙などに素材を貼りつけ、凹凸をつくったものを版する版画のことです。

●まるめろ美術館案内

休館日 / 水曜・木曜
開館時間 / 10時～16時
資料代 / 300円



関野洋作さん自身も版画家として活躍、春陽会(美術団体)に数多く出品、受賞されています。

みちのく荘メディカルケアセンター内
まるめろ美術館

- 特別養護老人ホームみちのく荘
- 特別養護老人ホーム金谷みちのく荘
- みちのく金谷総合サービスセンター
- スミミングアカデミーむつ
- むつ市役所
- 下北文化会館

場所 / むつ市十二林 17番1号(みちのくクリニックの右隣です。)

どなたでも受診できるクリニックです。

みちのくクリニック

院長 / 川部 汎康 (かわべ ひろやす)

〒035-0067 むつ市十二林 17番1号

診療科
内科・リハビリテーション科
クリニック併設：リハビリテーションセンター(外来リハビリ、訪問リハビリ、デイケアセンター)

診療時間
午前の部 8:30～12:00
午後の部 14:00～17:00

診療日
月曜～金曜(水曜午後は訪問診療)
休診 / 土日祝、年末年始(12/29～1/3)

健康診断
各種予防接種も受けつけています。

TEL / 0175-23-1171
FAX / 0175-23-1172

海・山なくして、下北半島は語れない。

総合食品卸問屋 大市

株式会社

青森県むつ市大曲二丁目14番33号
TEL 0175-22-5525
FAX 0175-22-7172

やさしい街づくりを応援しています。

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

有限会社 東北環境サービス
TEL 0175-22-3927

住まいのお掃除屋さん

家庭でできるリハビリシリーズ② 冬の転倒予防編

これから寒い冬がやってきます。雪が降り路面に積もると、注意していても転びそうになることはどうしてもあります。

そんなとき転倒しないよう、また実際に転倒しても大きなケガへと繋がらないように、日々適度な運動を行うことが重要なポイントです。

今回は転倒予防の体操を紹介いたします。

軽い運動を継続的に取り入れることで、足腰や腹部の筋力、バランス能力を維持向上させることができます。

●ふくらはぎのストレッチ

1. 電話帳や雑誌などを5cm程度の厚さに重ね、両足のつま先を上に乗せ、つま先を上にのせます。
2. 壁に両手をつけて、15秒から20秒ほど、その状態を維持します。

これを朝と晩、2回ずつ繰り返しましょう。



●足の筋力トレーニング

1. 足の裏がしっかりと床につく高さの椅子に座ります。
2. 片足の膝を伸ばして、足のつま先を自分の方向に向けず。
3. その状態のまま5秒ほど保ちます。

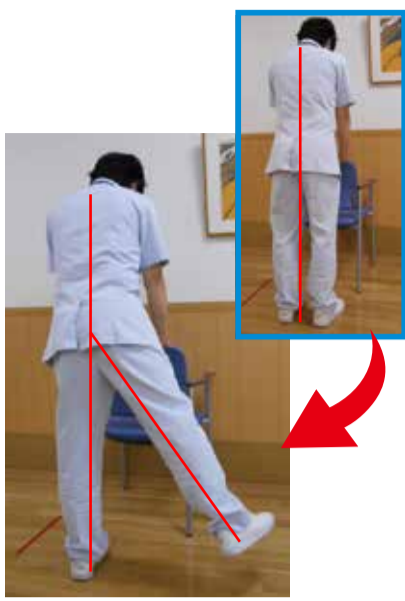
これを左右交代して10回ずつ、繰り返しましょう。



●腰周りを安定させるトレーニング

1. 椅子やテーブルに両手をつけて身体を支えて立ちます。
2. 身体が傾かないように注意しながら、片足を横に開きます。

これを左右交代して10回ずつ、繰り返しましょう。



1. 仰向けになって両膝を立てます。
2. 両手を広げ、肩が浮かないようにしながら両膝を左右に倒していきます。

このとき、息を吐きながら体の力を抜き、足の重みで膝を倒していきます。

この運動を、足を軽く浮かせた状態で行いますと腹筋のトレーニングにもなります。

その場合、なかなかきつい運動になりますので足のあげ具合を調整して、負荷量を調節しましょう。

痛みが出ない範囲で、無理の無いように行いましょう。



転倒豆知識

冬道での転倒原因の一つとして「すべった」があげられます。しかし、すべったことが転倒につながるには、身体機能やそのときの環境など様々な要素が影響しています。

例えば身体面では、バランス能力や筋力の低下、神経系の衰えなど、環境面では、バスやタクシーの乗降所や横断歩道、タイル張りになっている建物の出入り口などがあげられます。

また、みなさんは「転倒経験は若年者が多く、ケガをする人は高齢者が多い」という事実を知っていましたか。

転倒しやすい人の特徴として、①急いでいる人、②両手がふさがっている人、③ポケットに手を入れて歩く人、④お酒を飲んでいる人、などが報告されています。

1. 小さな歩幅で歩くこと。
2. 靴の裏全体をつけて歩くこと。
3. 急がず焦らず余裕を持って歩くこと。

社会福祉法人青森社会福祉振興団の平成24年度の決算を報告します。

社会福祉法人は、財務内容の一般公開が義務づけられています。みちのく荘は、これからも市民のみなさまに必要な情報は公開していきたいと思ひます。さらに詳しい内容につきましては、施設において閲覧できます。

資金収支計算書

借方		貸方	
科目	金額	科目	金額
人件費支出	753,553	介護保険事業収入	1,179,356
事務費支出	116,685	老人福祉事業収入	40,559
事業費支出	242,358	障害福祉サービス等事業収入	1,768
支払利息支出	6,241	医療事業収入	23,936
その他の支出	667	その他の事業収入	49,171
設備資金借入金元償還支出	41,064	経常経費寄附金収入	683
固定資産取得支出	502,712	受取利息配当金収入	55
積立資産支出	3,742	その他の収入	2,177
その他の活動による支出	20,346	流動資産評価益等による資金増加額	9,400
		施設整備等補助金収入	133,540
支出合計	1,687,368	固定資産売却収入	420
当期資金収支差額	△245,608	その他の活動による収入	695
前期末支払資金残高	467,413	収入合計	1,441,760
当期末支払資金残高	221,805		

事業活動計算書

借方		貸方	
科目	金額	科目	金額
人件費	762,392	介護保険事業収益	1,179,356
事務費	116,685	老人福祉事業収益	40,559
事業費	242,358	障害福祉サービス等事業収益	1,768
減価償却費	95,782	医療事業収益	23,936
国庫補助金等特別積立金取崩額	△26,970	その他の事業収益	49,171
支払利息	6,241	経常経費寄附金収益	683
その他のサービス活動外費用	667	受取利息配当金収益	55
固定資産売却損・処分損	55	その他のサービス活動外収益	11,577
国庫補助金等特別積立金積立額	133,540	施設整備等補助金収益	133,540
その他の特別損失	13,470	固定資産売却益	420
費用合計	1,344,220		
当期活動増減差額	96,845	収益合計	1,441,065
前期繰越活動増減差額	1,223,293		
当期末繰越活動増減差額	1,320,138		
次期繰越活動増減差額	1,320,138		

貸借対照表

借方		貸方	
科目	金額	科目	金額
流動資産	653,152	流動負債	486,674
現金預金	280,775	短期運営資金借入金	120,540
有価証券	39,430	事業未払金	45,714
事業未収金	180,507	その他の未払金	231,060
未収補助金	11	1年以上返済予定設備資金借入金	41,064
未収補助金	134,981	未払費用	2,444
貯蔵資産	3,018	預り金	15,229
立替資産	2,361	職員預り金	15,793
前払資産	1,353	前受収益	6
前払費用	10,211	仮受仮払金	56
事業区分間貸付金	16	貸与引当金	14,263
拠点区分間貸付金	489	事業区分間借入金	16
		拠点区分間借入金	489
固定資産	2,381,192	固定負債	390,265
基本財産	1,304,403	設備資金借入金	339,020
土地	196,612	退職給付引当金	51,245
建物	242,346		
建物附属設備	865,445		
その他の固定資産	1,076,789	負債の部合計	876,939
土地	265,268	基本財産	216,929
建物	242,945	国庫補助金等特別積立金	620,338
建物附属設備	119,895	国庫補助金等特別積立金	1,320,138
構築物	72,411	次期繰越活動増減差額	1,320,138
機械及び装置	22,229	当期繰越活動増減差額	96,845
車両運搬具	31,206	(うち当期活動増減差額)	
器具及び備品	228,413		
建設仮勘定	40,079		
権利	1,551		
ソフトウェア	5,308		
退職給付引当資産	7,824		
退職共済預け金	37,077		
移行時減価償却特別積立資産	2,259		
差入保証金	20		
預託金	304	純資産の部合計	2,157,405
資産の部合計	3,034,344	負債・純資産の部合計	3,034,344

真空調理

真空調理という調理法が、ここ数年、テレビや新聞などで頻りに取り上げられるようになりました。真空状態で加熱調理することで、旨みと香りを閉じ込め、風味豊かに仕上げることができます。

しかも低温加熱なのでビタミンを壊すことがなく、じっくりと調理するため、お肉はとて柔らかくなりお魚は骨までまるごと食べられるようになります。

その上、調味料が素材に均一に浸透していくので、少ない調味料でも美味しく仕上がります。塩分や糖分量を控えられます。食事療法にも適した、まさに体に優しい調理法といえます。

みちのく金谷デイサービスセンターの厨房では、毎日700食分、約2800品を真空調理し、むつ市内3拠点(脇野沢、十二林、金谷)の利用者のもとへ配送しています。

また、同センター内の自動販売機では、お持ち帰り用に真空調理した惣菜を販売しています。人気の商品は、さんまの柔らか煮や豚の角煮、南瓜の甘煮、季節限定で登場するモチモチ食感のイカ飯です。

そして当法人では、新規事業として新たに最新の真空調理機を導入した、真空調理工場「みちのくセントラルキッチン(仮称)」を城ヶ沢に建設、来年度オープンすることになりました。

このみちのくセントラルキッチンから、在宅で暮らす高齢者のための宅配弁当をお届けします。

「最近固いものが食べづらくなってきた。」

そんな方にも、お肉やお魚を美味しく食べれるソフト食をお届けしたいと思ひ、現在、栄養士と調理師が美味しいソフト食の開発を進めています。



メインのおかずからデザートまで、真空調理で料理することができます。

やさしい街づくりを応援しています。

海上自衛隊大湊音楽隊による
クリスマスコンサート
2013年12月20日(金)
18:30開演 入場無料・要応募
下北文化会館 大ホール

デイズハイウェイスター
株式会社 むつ日産

水産物・青果物・食肉・冷凍食品等の卸売

有限会社
ニツシヨク
NISSYOKU

青森県むつ市大曲二丁目 13-35
電話 (0175) 22-7222
FAX (0175) 22-7081

皆さんの町内へ
リハビリ職員が伺います!

町内会やリハビリ教室を開催しませんか。当法人の理学療法士が直接伺い、体操や相談会を行います。

料金は頂きません、会場の準備の際はお手伝いをお願いします。

チームについてはご希望の内容に沿えるように考えさせていただきます。

●チーム例

- ① 腰痛、膝の痛みへのリハビリ
- ② 肩コリ、肩の痛みとリハビリ
- ③ 寝たきりを防ぐ、動くりハビリ

【お問い合わせ】
みちのくリハビリテーションセンター
電話 / 0175(23)1170
担当 / 成田・能登