



取得認証  
ISO 9001  
青森県認証介護サービス事業所

## 私の小径

四辻實さんは、2016年4月から「ケアハウスみちのくグリーンリブ」へ入居し、週1回「みちのく金谷デイサービスセンター」を利用して

時代にあった生き方をする事が大事。  
そのためには一生勉強！！

### 四辻 實さん

昭和4年生まれ 88歳 / 北海道紋別郡出身



ケアハウスの自室入口にはたくさんの作品が並び、お客様を出迎えています。

「せっかくだから助かった命だ。一度きりの人生、この生活をこのまま続けていいの？」

一念発起して、20歳の頃に海上保安庁を受験し、海上警備隊(現在の海上自衛隊)に配属された事をきっかけに大湊へ移住し、下宿生活を始めます。そこで妻・静江さんと出会い、2人の子どもにも恵まれ定年まで勤めました。その後は青森県庁に再雇用され、浅虫にあるヨットハーバーで60歳までヨットマスター(港の管理全般をする人)として働きました。

昔から物を作ることが好きな實さんは、ヨットもいちから設計し組み立てるほどの腕前です。「仲間と一緒にヨットを作って、むつ市では第1号になるヨットを持ってきたんだよ。ヨットの管理でロシア大使館に泊めてもらったり、日本で初めての事をたくさん経験できて楽しかった。」と笑顔で当時を振り返ります。入居のきっかけは2013年に長年連れ添った静江さんが他界した事でした。その後は秋田で歯科医師をしている長男や、むつ市内にいる長女の支援を受けながら一人で生活を送っていましたが、「糖尿病もあるからこれから先、歳を取ったら食事の管理や家事等も出来なくなるし、一人ではどうしようか。」と、思い切って入居を決めました。世の中の出来事にいつも興味を持ち、多趣味な實さん。定年後に静江さんと旅行に行った時に、坂本竜馬が姉に宛てて書いた絵手紙を見て、「自分も書けるんじゃないか。」と興味を持ったのをきっかけに、本を読んで勉強し、絵手紙を書き始めました。「生きていくのは勉強だ。今度生まれ変わったら、三味線をつくってみたいんだよ。」

記/川口 香澄

### シリーズ 仙台新規事業①

## 仙台事業始めました！！

今秋、仙台市にて新規事業所を開設いたします。オープンに向けての工事の進捗状況や施設サービスの概要など、まるめろ通信やホームページにて随時紹介していきます。



西多賀病院のスタッフの皆様と。患者様が楽しく散歩ができるように、ラベンダーを植えています。

「社の都・仙台」に法人の新しい事業拠点を誕生させるため、平成30年4月9日から、2名のスタッフにより仙台事業開設準備室として仙台事業本部を立ち上げ、約4ヶ月が経ちました。仙台市では、訪問事業を皮切りに、先駆的な事業展開を計画しています。他の地域で新規事業を立ち上げる産みの苦しみを体験していますが、しっかりと対応していくことが良き経験となり、いいものができるかと確信しています。事業は独立行政法人国立病院機構 仙台西多賀病院に隣接する場所、8月に「居宅介護支援事業所」を、9月には訪問介護事業所「訪問看護事業所」をオープンする予定で、準備の真っ最中です。



4月から仙台市内で小さいですが、仙台事業本部を開きました。



事業所建設予定地の造成が完了いたしました。

また、サービスを受ける方々に対して、「一人ひとりの心地よさ」が得られるように「創意・工夫」を行い、その人らしい生活が安心して送れるように「医療と介護」が上手く融合できるような体制を整えていきます。新しい場所での拠点作りとして、いろいろな人脈を繋げ、法人のブランドを楽しみながら創り上げていきたいと思っています。記/川口晴美(仙台事業本部)

### やさしい街づくりを応援しています。

みちのく荘サービス公開競技大会  
第4回まるめろ杯開催！  
この大会は、法人の各事業所の代表職員が専門技術を競い合う、公開競技大会です。今回は「リハビリ」「看護」「介護」の他「管理」「相談員」を加えた計5部門での開催が決定しました。代表職員たちがそれぞれの職種での優勝を目指して競います。まるめろ杯は、**どなたでも無料で観覧**できます。ご家族ご友人お誘い合わせの上ぜひお越しください。  
《場所》  
特別養護老人ホーム金谷みちのく荘内  
地域交流ホール(むつ市金谷2-20-2)  
《日にち》  
9月29日(土)  
《タイムスケジュール/競技内容》  
時間などの詳細が決まり次第、法人ホームページ(www.michinokuso.jp)でお知らせします。

LINE@はじめました  
友だち登録者に  
下北文化珈琲店の  
「季節のプチスイーツ」  
プレゼント！  
下北文化会館 ☎22-8411

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

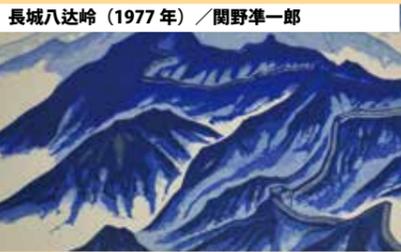
《技術に生きる》  
病院設備機器・研究設備機器  
株式会社  
ニッショク 医理科  
むつ営業所  
〒035-0063 むつ市若松町2-54  
TEL 0175(23)8760  
FAX 0175(23)8761

フォンの日記



出身地 ベトナム社会主義共和国バクニン省トゥアンタイ市(ハノイ市から車で1時間)
趣味 音楽を聴くこと・料理

わたしの名前はグエン・フォンです。みなさんにはフォンさんと言います。日本に来て1年以上過ぎました。はじめは少し寂しい気持ちもありましたが、むつ市での生活にも慣れてきました。最初は、初めての見た物もとてもきれいで、いい気持ちになりました。ベトナムの生活と比べても忙しのですが、仕事にも慣れてきました。休みの日は、料理を作ったり家でゆっくり過ごしたりが多いです。いつか東京でズニードヤフラワーパークに行ってみたいと思います。これからは日本の生活と日本語の勉強と仕事を頑張りたいです。●フォンの自筆です。



長城八達岭 (1977年) / 関野準一郎

関野準一郎記念 まるめろ美術館ご案内 「世界遺産と日本の宝」
同時開催【日本の文豪】
期間/6月8日(金)~10月2日(火)
開館時間/10:00~16:00
資料代/300円(中学生以下無料)
休館日/第一水曜・第一木曜・土・日・祝日・年末年始



家族介護教室のご案内

むつ市地域包括支援センターみちのくでは、介護に携わっている方を対象に効果的な介護方法や介護者の健康づくりなどをお伝えする「家族介護教室」を開催しています。

今年度は下記地域で開催しております。介護でお悩みの方や介護に興味のある方は、ぜひこの機会に参加してみたいかがでしょうか。

参加費は無料ですが、準備の都合がありますので参加を希望される方は下記申し込み先までご連絡ください。

- 《開催テーマ/日時/場所》
第3回「在宅介護におけるリハビリテーション」
9月25日(火) 10時50分~12時
場所:上川町民会館
第4回「在宅介護における食事と口腔管理」
10月11日(木) 15時~16時30分
場所:金谷集会所
《申し込み先》
むつ市地域包括支援センターみちのく
電話/0175(23)7930
担当/野里



ひと針ひと針、丁寧に縫い進めています。完成まであと少し!

「自分がかつた雑巾を子供たちが使ってくれようと思うと嬉しい。」
「こんな機会がないと小学校に入ることや、小学生と関わる機会がないから本当に良かった。」
訪問した2名の顔はずっと笑顔です。今後ともたくさん雑巾を縫って、他の小学校への寄贈活動も行いながら、どんどん外に出て地域の皆様とつながりを築いていきたいと思います。

年齢を重ねていくと、周りに迷惑をかけているのではないかと、自分も誰にも必要とされていないのではないかと、という後ろ向きな気持ちになっていく方も少なくないのが現状です。しかし、みんな雑巾を縫いながら、楽しくおしゃべりしていると、そんな気持ちも吹き飛びます。
「今はお金をかせげば雑巾は買える時代だけ

みちのく金谷デイサービスセンターでは、今年度より新たなプログラムとして、生きがい作り役割作り地域貢献活動を目的とした『お役に立ち隊』を立ち上げました。
ただ、デイサービスを利用するだけでなく、地域の一人として生活していること、地域の為にできる事はまだまだ沢山あるという事を自身が感じ、まわりにも知って頂けるようにとの思いで、このプログラムを行っています。



すこし緊張した様子で手作りの雑巾を小学生へ手渡ししました。

施設概要
《住所》むつ市金谷2-20-1
《電話》0175-23-0771
《営業時間》午前7時~午後6時
《定休日》1月1日・日曜日
利用相談・申し込み受付中、お気軽にお問合せください!!

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

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

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

Financial statements including 資金収支計算書 (Fundraising Statement), 貸借対照表 (Balance Sheet), and 事業活動計算書 (Statement of Activities).

Financial statements including 貸借対照表 (Balance Sheet) and 純資産の部 (Equity Section).

社会福祉法人青森社会福祉振興団/2017年度決算報告
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らず必要情報は公開していきたいと思っております。
さらに詳しい内容は、みちのく荘のホームページや施設において閲覧できます。