



社会福祉法人青森社会福祉振興団

# まるめろ通信

[まるめろ通信 / 第163号]

特 資 の く 荘 ☎ 0175 (23) 1600  
特 養 み ち の ち 荘 ☎ 0175 (23) 0781  
ち の く り る ☎ 0175 (23) 1171  
特 養 ま め ☎ 022 (797) 0273



## 私の小徑

### 元気の秘訣は自由にしてしているから 毎日、好きなことをして過ごしています

井出 光子 さん 昭和7年生まれ 91歳 / 東京都江東区出身



光子さんが描いた「釜臥山」の油絵は、ケアハウスの食堂に飾っています。

井出光子さんは、2男5女の7人兄弟の末っ子として、東京都深川(現在の江東区)で生まれました。子どもの頃は、近所まで飼っていた白い犬の前にゴザを敷いて、犬とまごど遊びをする大人しい子どもでした。「小学校1年の時に、父親がよく映画館に連れて行ってくれてね、『歌ふ狸御殿』を見に行ったの、子供心に綺麗だなと思って、7回も見に行ったのよ。歌も全部覚えたわ。映画の歌を歌いながら話します。」

小学6年生の夏休みに、むつ市新城ヶ沢に住んでいた歳の離れた兄のところへ、光子さんは母と一緒に疎開をします。疎開先では、小学校に通い、そして田名部高等女学校に進学をし、卒業しました。卒業後、むつ市の電話局で電話交換手として働きます。電話交換手とは、電話がかかってくるから相手先の番号を聞き、電話交換機に手動でつなぐ仕事です。「嫌味を言う人や、交換手にいたずら電話をかけてくる人がいて大変だったけど、楽しかったわ。」他にも、組合活動や、婦人会の仕事も任せられたこともあり、社会的で人と話すことが得意となりました。52歳の時、電話交換が自動音声になることを機に、36年間務めていた職場を早期退職します。退職後には、油絵を習ったり、大好きな旅行をしました。「海外旅行が好きで何ヶ国も行ったわ。特にトルコとエジプトはよかったですね。言葉は通じないけど、出会う人は、皆いい人ばかりで明るくて楽しかった。」



トルペイントで装飾をした、「サイドテーブル」と「ティッシュボックス」

### 【お食事】

- 3食付きです。栄養士が献立作成をしているので、栄養面も安心です。
- 居室にはキッチンが備え付けてあるので、ご自分で料理を楽しむ事も出来ます。



敬老会の特別食「松花弁当」

### 【お風呂】

- 庭園にある浴室で温泉気分が楽しめます。季節ごとに「しょうぶ湯」や「まるめろ湯」などがあり、とても人気です。(無料)
- ひとりで入浴されたい方には、有料ですが個室もあります。



庭園浴室

### 【料金】

- 入居時費用はありません。
- 利用料金は所得によって異なります。詳しくは、「ケアハウスみちのくグリーンリブ」までご相談下さい。

《お問い合わせ先》  
ケアハウスみちのくグリーンリブ 電話：0175-23-0500  
QRコードからホームページにアクセスしてご覧ください。▶▶▶



「ケアハウスみちのくグリーンリブ」は、食事付きの完全個室高齢者用マンションです。プライバシーを考慮したライフスペースとなっています。

「ひとりで食事や入浴は出来るけど、何かあったときが心配」等、生活することに不安を感じる60歳以上の方が利用できます。(夫婦の場合は、どちらか一方が60歳以上であれば、一緒に利用できます。)

一人一人のプライベートを大切に、外泊はもちろん外出も24時間可能です。自家用車で出かけた後、部屋で趣味を楽しんだり、仕事に行く方もいます。食堂や庭園浴では、利用者同士がその日の出来事などを談笑し、自由に楽しく過ごしています。

また、職員が生活に関する不安や悩みについて相談にのり、毎日の食事やお風呂掃除、冬の雪かきの心配が不要なため、安心して快適な生活を送ることが出来ます。



紅葉を見に、自家用車に乗ってドライブ。



趣味の園芸。部屋でお花の手入れをしています。

## 青森社会福祉振興団の施設紹介 「ケアハウスみちのくグリーンリブ」

「ケアハウスみちのくグリーンリブ」は、高齢者用マンションです。青森県の補助金を一部利用し、運営をしています。経費老人ホームです。



これまで積み重ねてきた歩みを止めることなく、これからも利用者様を第一に考え、法人のケア理念である「人ひとりひとりの心地よさ」を追求してまいります。

### ISO9001 認証を更新しました!

9月2日から2週にわたる「ISO9001」の再認証審査が実施され、審査の結果、無事認証登録が更新されました。今年もむつ拠点17事業所に加入、仙台で展開している4つの事業所、仙台事業本部「特別養護老人ホームまるめろ」「まるめろケアプランセンター」西多賀「まるめろナースステーション西多賀」も新たに認証を取得いたしました。

### やさしい街づくりを応援しています。

新作シネマ上映会  
12/8(日) 9:50~  
「九十歳。何がめでたい」  
大人前売り  
¥1,300他  
下北文化会館

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



外国人材の日記は、ホームページでも更新しています。スマートフォンでチェック!!

リンの日記
あこ教方月で日本に来て
ここで働き、3年になりま
す。初めてここに来た時は
分かんない事、不審な事が
沢山ありましたが、これに
も頑張っていました。時には
間違いをすることもありま
すが、同僚がいつも細か
いまで私に教えてくれてま
した。ここで、様々な場所
から来た友達を作りました。
仕事が終わった後、私た
ちはお茶を一緒に飲んだり
に行きます。言語や文化の
違いはありますが、そんな
事が出たとしても幸運だと
感じます。皆さんのおかげ
で日本の時間を楽しく過
ごすことが出来ました。



リンの日記

出身地 ベトナム社会主義共和国 クアンガイ省



まるめろ フォトスケッチ 家族介護教室

まるめろフォトスケッチでは、みちのく荘のニュースを写真と一緒に紹介します。

「みちのく在宅介護支援センター」では、介護に関する知識と技術をお伝えする家族介護教室を年4回開催しています。今年度は専門職より口腔ケアや認知症ケア、車椅子操作やベッドから椅子への移乗介助等の介護技術についてお伝えしました。参加者からは「全教室とも参考になった」「知らないことを勉強できた」との嬉しい感想をいただきました。来年度もたくさんのご参加お待ちしております。



まるめろ作品定期便

みちのく荘のサービスを利用されている方々の様々な作品を紹介します。

第六回 レース編み

レース編みは、刺繍レース、釣針編みレース、棒針編みレース等がありますが、今回は「クロッシェレース」(かぎ針編みレース)をご紹介します。

「みちのくケアプランセンター」をご利用している宮本とみ様の作品です。

手先が器用で、昔から子供や孫たちの服や、クッションなど様々なものを編みました。宮本さんは、かぎ針編みチュニックを編んでは、外出時によく着ています。



最近編んだ作品は「ベスト」です。



宮本さんの服「チュニック」と、車いすの「ブレーキカバー」

みちのくクリニックからのお知らせ 【一部予約診療始めました!】

「月・水・木の午後のみ」予約受付が可能となりました。予約方法は以下の3つです。

【1】インターネットでの予約

携帯電話等(QRコードリーダー対応)で、右記のQRコードを撮影すると、簡単に予約受付サイトにアクセスできます。

【Web】 https://ssc6.doctorqube.com/mitinoku-clinic/



【2】電話(自動音声案内)での予約

診察予約電話 050-5526-1718



【3】院内タッチパネルでの予約

※予約されていっしやらない方も、いつも通り診察いたします。
※来院されたら、受付にて予約をしている旨をお伝えください。
※予約時間にお越しにならない場合は、自動的にキャンセルとなりますのでご注意ください。
《お問い合わせ》みちのくクリニック 電話 0175-23-1171

利用者見守りシステム
当法人では、利用者様の見守り体制をさらに強化するために、全方位カメラの設置を順次進めています。むつ地区施設への導入に先立ち、仙台の施設「特別養護老人ホームまるめろ」では、すでに稼働しています。
このカメラは360度全方位画像の確認が可能となる天井設置型カメラで、廊下や食堂ホール等の共用エリアに設置することにより、職員の見守りにくい場所にいる利用者様の動向を遠隔確認することが可能となります。万一の事故発生時でも、事実の把握と速やかな事故の検証ができるため、事実をもとにより有効的な再発防止策が立てられるというメリットもあります。
介護施設等におけるケアの質の向上と生産性向上を目的とした近年のテクノロジーの開発・普及は目覚ましいものがあります。
当法人は、利用者様のプライバシー保護に十分に配慮したICT・IoT機器、そしてテクノロジーとの共存を図り、利用者様とご家族様にとって安心・安全と高品質のサービスを提供していきます。

やさしい街づくりを応援しています。

プロクレアホールディングス 経営のお役に立つ あおきんリース 十和田支店
〒034-0011 十和田市稲生町15-1
TEL.0176-22-6801
http://www.aogin-lease.jp

ENEOSグローブエナジー株式会社
ENEOSグループエナジー株式会社
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式会社
代表取締役 谷川 聡
業務項目:
・浄化槽保守点検・浄化槽清掃
・下水管路調査・トイレ・洗面・キッチン・浴室・トイレ・洗面・キッチン・浴室
・排水処理施設・電気排水処理施設維持管理
・排水処理施設・電気排水処理施設維持管理
・排水処理施設・電気排水処理施設維持管理
・排水処理施設・電気排水処理施設維持管理

岩盤浴・もみほぐし・コラーゲンマシン etc...
このころ、からだ、ステキにすこやかに。
SAKURA
TEL 0175-23-8700
【営業時間】9:30~12:00 13:00~18:00
【定休日】毎週水曜日・年末年始