

やさしい街づくりを応援しています。

プロクリ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 十和田市稻生町 15-1
TEL.0176-22-6801
<http://www.aogin-lease.jp>

お客様へエネルギーの創造と革新を提供し、
経済・社会の発展に努めます。

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

快適な生活環境を目指して

谷川環境衛生開発株式会社
代表取締役 谷川 聰

営業項目

- ・浄化槽保守点検・浄化槽清掃
- ・下水収集運搬
- ・一般廃棄物収集運搬
- ・産業廃棄物収集運搬
- ・排水管・排水樹洗浄及び側溝清掃
- ・クリーニング・清掃
- ・下水道管渠清掃、テレビカメラ調査
- ・下水道処理施設、集落排水処理施設維持管理
- ・排水処理プラント維持管理
- ・一般廃棄物最終処分場維持管理

創業 昭和44年1月
所在地 〒035-0051 青森県むつ市新町41番1号
TEL 0175-22-2659 FAX 0175-22-7783
フリーダイヤル 0120-12-2659
E-mail tanikawa@alpha.ocn.ne.jp

第41回 同時開催
下北地区子ども会
郷土芸能発表会 ふくしまり
13時開演

入場無料 令和8年2月8日曜日
下北文化会館 大ホール

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

岩盤浴・もみほぐし・コラーゲンマシン etc...
ここら、からだ、ステキにすこやかに。

SAKURA
岩盤浴 & リラクゼーション さくらむつ店
0175-23-8700
〒035-0054 青森県むつ市海老川町3-11
【営業時間】9:30~12:00, 13:00~18:00
【定休日】毎週水曜日・年末年始



フエは綺麗な景色がたくさん

休日から生まれる
心の余裕

双葉のベトナム日記

世界に届け!!

シンチャオ! (ベトナム語でこんちは) 海外事業部の畠中双葉です。フエはだいぶ気温が下がり、半袖だと流石に寒いなと感じる事が多くなりました。この時期になると、日本の雪景色が恋しくなります。介護の仕事は、毎日様々な出来事があり、心も体もフル稼働する事が多いです。そのため、私にとって『休みの日』はただの休日ではなく、次の勤務へ向けて自分を整える大切な時間だと感じています。

以前の私は、休みの日でも仕事が常に頭にあり、なんとなく気が休まらない時期がありました。しかし、先輩に「休むのも仕事の一つ」と言われた事をきっかけに、意識を変えるようになりました。今は休みの日を『自分を戻す時間』として過ごしています。部屋で好きな本を読む、景色を見ながらゆったり散歩する。特別な過ごし方ではあります。余裕が生まれます。休みの日にはしっかり自分を整える事で、利用者に対しても落ち着いた気持ちで接することができます。忙しさに追われがちな仕事だからこそ、『休みの日』を大切にしながら、これからも前向きに介護と向き合っていきたいです。

友人とご飯を食べに行くのもリフレッシュのひとつ

医療・介護ネットワーク 2026

青森県

むつ市十二林 11-13
特別養護老人ホームみちのく荘(定員 60名)
TEL 0175-23-1600 FAX 0175-31-1144

グループホームまるめろ(全個室・定員 9名)
TEL 0175-23-0611 FAX 0175-23-1523

ケアハウスみちのくグリーンリブ(全個室・定員 20名)
TEL 0175-23-0500 FAX 0175-23-1500

みちのくデイケアセンター(一日型)
TEL 0175-23-0711 FAX 0175-23-1500

むつ市金谷 2-20-1
みちのく金谷リハビリテーションセンター
TEL 0175-23-1170 FAX 0175-23-0761

みちのく訪問リハビリテーションセンター
TEL 0175-23-1170 FAX 0175-23-0761

みちのく金谷デイサービスセンターまるめろ
TEL 0175-23-0772 FAX 0175-23-0762

むつ市地域包括支援センターみちのく
TEL 0175-23-7930 FAX 0175-23-7931



むつ市金谷 2-20-2
特別養護老人ホーム金谷みちのく荘(全個室・定員 29名)
TEL 0175-23-0781 FAX 0175-23-0782

みちのく金谷ショートステイ(全個室・定員 11名)
TEL 0175-23-0781 FAX 0175-23-0782



仙台市太白区鉤取本町二丁目 12番 20号
特別養護老人ホームまるめろ(全個室・定員 80名)
TEL 022-797-0273 FAX 022-797-0274

まるめろケアプランセンター西多賀(居宅介護支援事業所)
TEL 022-302-5930 FAX 022-302-5981



ベトナム

まるめろ式高齢者介護ホーム(国立フエ中央病院内)
TEL +84-91-784-7410

●「まるめろ通信」のご感想をお寄せください。 連絡先: 0175(23)1600 メール: marumelo@michinokuso.or.jp (まるめろ通信編集担当まで)

●プライバシーポリシーは、ホームページに掲載しております。