



人、ひとりひとりの心地良さ

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77号】

発行日 / 2010年7月25日
発行 / 青森社会福祉振興団
みちのく 0175(23)1600
みちのく金谷デイ 0175(23)0771
城ヶ沢みちのく荘 0175(24)3163
脇野 0175(31)5611
marumelo@michinokuso.or.jp



「家族の中心はいつもかあさんだなぁ」と、うらやましそうな夫の良美さん。

**自然と人が集まる不思議な我が家。
ここにいと、頑張る力がわいてくるんです。**

飛内 洋子さん(昭和15年生まれ 69歳) むつ市大平町
訪問看護・訪問介護・デイサービス利用

私の小径

平成21年3月、自宅で脳梗塞発作を起こし、搬送先の病院で2度目の発作を起こすなど、苦しい入院生活を経験しました。食べ物や飲み込むことができないため、胃へ直接栄養を取り込む手術を行い、6月には自宅に帰ることができました。

今は毎日みちのく荘からヘルパーや看護師が来て、家でもデイサービスでも専門の先生にリハビリを受けることができます。

週に4回ヘルパーを午前と午後1度ずつ利用し、訪問看護は週に2回利用しています。デイサービスは毎週水曜日と日曜日に行きます。

サービスを利用していくうちに体力や筋力がついてきて、手伝ってもらえれば座ることができ、声も出せるようになり、夫や家族はどんなときも常にそばで見守ってくれ、私が回復することをとても喜んでくれます。

私は、17歳のころに理容師免許を取得し、何年かの勤めを経て、実家の前に店(現・しらはま理容室)を出すことができました。お客様の整髪はもちろんですが、家族みんなの散髪をしたり、顔そりをしたり、パーマをかけたたりできることをとても大切にしています。

がとても嬉しく幸せでした。お客さんとして来た漁師の夫と出逢いがあり、昭和43年に結婚しました。

昭和45年、娘の出産を控えて、弟と店を一緒にやるようになり、娘は逆子で早産の危険があったため、帝王切開手術をするようになりました。手術当日、「術後は大変になるだろうから体力をつけなければ」と思い立ち、病院内の食堂にラーメンを食べに行きました。今では笑い話ですが、家族は病院内をあとちこち探して回ったそうです。娘はとも小く生まれ、心配しましたが、元気にすくすくと育ってくれました。

その頃、私はたまに店に出る程度でしたから、働きに出ていた妹達に、甥姪を預かり世話をしてもらいました。どの子も我が子同様に可愛く、子どもたちも大勢でご飯を食べたり、お風呂に入るのが楽しかったようです。

家のあちこちに残っている背くらべの跡や落書きはいい思い出です。我が家は自然に人が集まる不思議な家だなぁ、とつくづく思います。

小学生になった2人の孫が大きくなり、花嫁、花婿姿を見せてくれるまで元気で長生きしたいと思っています。(談)

① イチオシ！ シリーズ① みちのく金谷総合デイサービスセンター チーズケーキ

みちのく金谷総合デイサービスセンターにある「喫茶カナヤ」は、イチオシのメニューは、ホームメイドで、しっかりと仕上げたチーズケーキ。「喫茶カナヤ」いちばんの人気商品です。

みちのく金谷総合デイサービスセンターのご利用者だけが召し上がる事ができる「秘密の味」でもあります。

みちのく金谷総合デイサービスは、一日のスケジュールをご自分で組み立てることができるデイサービスセンターです。

そのせいか、どこか、ゆったりとした雰囲気があって、コーヒーの香りもとても似合います。



私たちが提供しているサービスには、「え？こんなことできるの？」と思うようなことがたくさんあります。「イチオシ」シリーズでさまざまなサービスをご紹介します。

ご存知ですか？ ボランティアポイントカード

法人では、ボランティアに登録していただいた方へポイントカードを発行しています。

① ポイントをためるには？
活動時間数でポイントがたまります。
○4時間以上...2ポイント
○4時間未満...1ポイント

② ポイントの対象は？
法人内で行われるすべてのボランティアが対象です。

③ ポイントがたまったら？
各種サービス券(法人のサービス利用券など)と交換いたします。

特養みちのく荘 ボランティア募集

特養みちのく荘では、車椅子の掃除や介護用品の掃除、洗濯物を畳んだりなど週に2〜3回の割合でお手伝いにご協力いただける方を募集しております。

ボランティアポイントカード(上記参照)の発行も行っております。お気軽に「連絡ください」。

【お問い合わせ】

特別養護老人ホームみちのく荘
電話 0175(23)1600
担当/益城・畑中まで

やさしい街づくりを応援しています。

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
NISSYOKU

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

下北文化会館

(例)東京堂は、2009年4月1日より指定管理者として下北文化会館を管理運営致しております。
皆様のご来館を心よりお待ちしております。

むつ市金谷1-10-1
☎(0175) 22-8411(代) ☎22-8414

株式会社 東京堂
むつ市小川町1-6-1 ☎(0175) 22-3241(代) ☎22-9575

この街と、生きていく。

あなたとまちとフェイス to フェイス
Face to Face
青い森しんきん

第27回 みちのく福祉公開講座 座のお知らせ

「らい」にまつわる偏見と差別からの脱却、入所者の高齢化、医療問題を通じて「ハンセン病」を知り、理解していただくため、石川勝夫さんに「ハンセン病・人として生まれながら」をテーマにご講演いただきます。

※ハンセン病は「らい」という病名で呼ばれていました。

(日時)平成22年9月10日(金)
午後6時〜7時30分

(場所)みちのく中央デイサービスセンター
(講師)国立療養所松丘保健園
入所者自治会 会長 石川 勝夫氏
(お問い合わせ)

特別養護老人ホームみちのく荘
0175(23)1600 澤田・奥島まで

ロシアの日記



出身地 インドネシア共和国
ジャカルタ市
特技 歌・ダンス

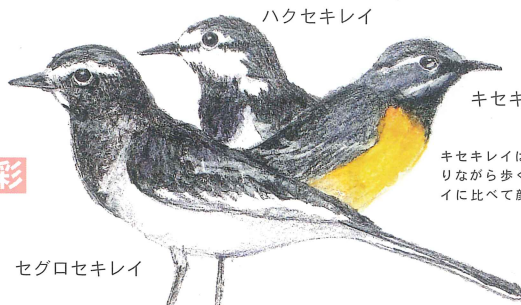
ロシアの日記
ロシアは、友人からその情報を得た。でも二度考えてみたが横浜のほうに、友達もいるし行きたい場所もある。そこは私が好んで行く場所の一つだ。4月30日の朝5時13分に出発した、風も強かった。一人で行くのは初めてだ。午前11時頃横浜市内金沢区に着いた、ああ、ほっとした。友達も駅へ迎えに来てくれた、十分に遊ぶことができた。そこには2日間泊まった。5月2日15時頃新幹線で帰って夜の21時頃下北駅に着いた、私はこれでへてへてに疲れた、でも楽しかった。つぎの日仕事は早番で頑張った。次の行きたい所は北海道です。

●ロシアさんの自筆です。

ロシアさんは、ロシア人と共にEPA(経済連携協定)でインドネシアから来日した介護福祉士候補者です。平成21年からは、むつ市で研修に励んでいます。笑顔絶やさない仕事ぶりで利用者からの人気者です。

日本語で話すことはほとんど問題ありませんが、国家試験は私たちが難解な専門用語、この日記でロシアさんの漢字の上達分を知ってほしい、皆さんにも応援してもらいたいと思います。

1回目は、横浜市へのひとりで、とても活動的なロシアさんです。編集委員



四季の彩りの中に隠れている小さな生命、それぞれの個性。しもきた彩彩
違いや名前を知るだけで、なぜか新しい友人を見つけた気持ちになります。

ハクセキレイ
キセキレイ
セグロセキレイ
セキレイは溪流や高山で見かけることが多い。ハクセキレイ、セグロセキレイは市街地や山地の河川など。尾羽を上下に振りながら歩く、おなじみのスタイルで、主に水生昆虫を採食。セグロセキレイは頭までつながった黒い胸が特徴。ハクセキレイに比べて顔の白い部分が小さく、黒の頬がふりしているように。

家族介護者のための
リフレクシュ講座

介護者自身が健康的な毎を送るために、いつでも、だれでも、簡単にすぐできる運動教室を開催します。体を動かさないと、筋力や骨は年齢以上に衰え、心臓や肺の機能も弱くなってしまう。健康体操指導士と一緒に楽しみながら体を動かしてリフレクシュしましょう。どなたでも参加できます。お気軽にどうぞ。

※当日は動きやすい靴と服装で、バスタオル、フェイスタオルを一枚ずつお持ち下さい。

(参加を希望なさる方は、事前にご連絡をお願いします。)

日時 8月26日(木) 午前10時~11時30分
(場所)むつ市中央公民館
(お問い合わせ)みちのく在宅介護支援センター
(23)7930 担当 川端まで

オンブズマン募集
あなたの目が
入居者を護ります。



オンブズマンのキャラクター「みえへる」

施設に対して入居者や家族は、苦情や要望を言いつらいものです。オンブズマンは、そんな入居者や家族の代弁者です。

みちのくオンブズマンは、平成15年4月に「ミエール」として特別養護老人ホームみちのく利用者の「人間の尊厳を守り、サービスを向上させる」ことを目的にスタートしました。月2回の訪問で意見(情報)や要望を施設に伝え、改善してもらっています。オンブズマンは入居者の代弁者であり、入居者と施設との架け橋になります。福祉の素人ですが、人間として「おかしい」と目をつむりません。素人の目でもいいんです。自分が入居者だったらという目線でもいいです。むしろそれが大事です。

どうぞ入居されている方たちのために頑張ってみようという方、私たち「ミエール」の仲間に入ってください。

(ミエール委員長 中川 孝子)

●「ミエール」平成21年度の活動
訪問回数/24回
情報件数/163件
返信要望/6件

「情報件数」は訪問時に気づいたことを施設側へ報告した件数、その都度、説明をもらいます。その場で解決や納得できなかった件については、後日、返事をもらうように「返信要望」を提出します。内容は、家族会総会において家族へ配布します。

【オンブズマンお問い合わせ】
特別養護老人ホームみちのく
0175(23)1600 担当/藤本まで

福祉なんでもレシピ
第1回 福祉用品編

いよいよ夏本番です。この時期は蒸し暑く、常時汗をかきやすいため、虚弱な高齢者は特にあせもや脱水症など、様々なトラブルを引き起こしやすいです。

今回は夏を元気に乗り切る福祉アイテムをご紹介します。

①座面用マットレス「楽々クッション」
従来のクッションよりおしりにかかる負担の減少、通気性もよく、ジメジメ感が緩和されます。長時間座っていても疲れにくいので、車椅子の方、痔疾をお持ちの方にもオススメです。

(要介護2以上の方は介護保険費と対応)

②リハビリシューズ「ダブルマジックII」
むくみ・麻痺のある方など、左右のサイズ違い・片方のみ購入も可能な軽量シューズです。片方約150g(1サイズ)で疲れにくく、メッシュ素材の通気性で涼やかに歩けます。

③ゼリー飲料「やさしい献立」
失われがちなビタミン・ミネラルを手軽に補えます。フルーティーな味は、家族それぞれでお好きな味を楽しめます。白ぶどう・りんご・もも3種類です。

※試供品がごさいます。



【商品・試供品のお問い合わせ】
株式会社シルバーサービス 0175(22)9511
(株)シルバーサービス 0175(22)9511

夏祭りに遊びにおいで!
景品抽選会もあるよ。

今年も夏祭りの季節がやってきました。みちのく・いこいの里では毎年恒例の夏祭りを開催いたします。民謡ショー(みちのく・いこいの里)をはじめ、模擬店、花火、景品抽選会などさまざまな催し物を準備しています。地域のみなさまのたくさんのご来場を心からお待ちしています。

①みちのく・いこいの里夏祭り(十二林)
日時/平成22年7月31日(土) 午後6時
場所/十二林みちのく・いこいの里駐車場

②いこいの里夏祭り(脇野沢)
日時/平成22年8月7日(土) 午後6時
場所/いこいの里駐車場

わっしょい!わっしょい!
お神輿わっしょい!

みちのく・いこいの里祭りに出陣は今年で7回目となります。当日は利用者・職員あわせて総勢200名が参加します。

揃いの半纏姿でまるめろのご神体を担ぎながら田名部中心街を練り歩き、ゴールのマエダ百貨店を目指します。元気いっぱい頑張りますので、沿道からみなさまのご声援をよろしくお願い致します。雨天時も決行いたします。

○日時/平成22年8月19日(木)
○集合場所/イベント広場(かさまい通り)
○出発時間/午後6時30分



まるめろ公文書館
シリーズ① シンボルマーク

わたしたちのシンボルマークは「まるめろの果樹」です。初代理事長の故中山久司(明治44年~平成5年)がこよなく愛した果樹で、昭和50年4月みちのく・いこいの里が城ヶ沢に開設した際、敷地に植樹しました。春には淡紅色の花を咲かせ、秋には懐かしい匂いを放つ「西洋なし」に似た果実をつけます。

「諺曰 桃李不言 下自成蹊」(出典『史記』李將軍伝賛)に由来し、「花や実が美しい樹の下には、いつのまにか道ができる」ように、「わたしたちの目指している施設も、だれもがやってくることができる、親しみのあるものにしたい」と願って植えられました。

マークは、平成5年、新築の施設では、全国初の契約制特別養護老人ホーム「エトランデル」の開設と同時に制作され、旗、封筒・パンフレット等の印刷物、看板、法人所有の自動車等に広く使われています。金色のシンボルマークの下に「人、ひとりひとりの心地良さ」というキャッチコピーが書かれているのが、オリジナルです。

デイサービス送迎車や訪問看護・訪問介護等のサービス車の側面には、四季の移ろいをグラデーションで表現したマークも使用しています。



やさしい街づくりを応援しています。

三井住友海上火災保険代理店
(株)ほけんやの成田
お気軽に御相談ください
むつ市新町28-17
TEL 33-2880 FAX 33-2881

エコ住宅・新築工事・リフォームなら
アフターと信頼の当社におまかせ!!
まつうらホーム
松浦一級建築設計事務所 (有) 松浦建設
むつ市柳町4-12-25 TEL22-5309

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 むつ市横道町2-9-13
TEL 0175-22-9511



県議会議員(青森県議会環境厚生委員会)一行が視察
平成22年6月2日、特別養護老人ホームみちのく・いこいの里に青森県議会環境厚生委員会に所属する5名の委員のみなさまが来園しました。入居している利用者の日常生活や運営の状況を視察しました。