

〒029-0132  
 岩手県一関市滝沢字寺下2番地1  
 特別養護老人ホーム 明生園  
 TEL (0191) 23-0478  
 明生園デイサービスセンター  
 明生園居宅介護支援事業所  
 高齢者生活福祉センターみどりの里

〒029-0852  
 岩手県一関市沢161番地216  
 特別養護老人ホーム 真生園  
 〒021-0041  
 岩手県一関市赤荻月町17番地  
 認知症高齢者グループホームゆいとり  
 〒021-0041  
 岩手県一関市赤荻字月町17番地  
 デイサービスセンターひまわり  
 〒021-0821  
 岩手県一関市三関字小沢47番地2  
 認知症高齢者グループホームほっとスマイル

## 第44号

令和6年1月18日  
 発行

# 明生園

### グループホームゆいとり



### いわて働き方改革アワード2023 優秀賞受賞!!

令和5年11月20日に盛岡市で『いわて働き方改革アワード2023』の授賞式があり、つくし会が社会福祉法人として県内で初めて優秀賞を受賞しました。同賞は、働きやすい職場環境づくり等の取り組み意欲が高い企業に対して県知事が表彰しています。

つくし会は、職員の有給休暇取得促進と、結婚・出産後も安心して働けるよう子育て支援に取り組みと共に、家族の為に介護休業取得も促し、子育て・介護・仕事の両立による働きやすい職場環境整備を行い、人材確保と職員の定着を目指しています。つくし会での取り組み内容を一部紹介します。

有給休暇取得促進：年6日以上取得するように法人内イントラネットで周知した結果、令和4年度1人あたり年平均12.5日年次休暇を取得しています（介護・看護休暇とは別）。

子育て支援の拡充：子育て支援手当の創設。扶養手当とは別に、3歳までの子に対して月額10,000円の支給。子の看護のための休暇取得・男性職員の育児休業制度の詳細と取得促進を周知し、令和4年度は看護休暇23名が取得。男性職員1名が7カ月間の育児休業を取得しています。また令和5年5月15日に子育てと仕事の両立が図れる



先進的な取り組みをしていることで、岩手労働局より「ぐるみ認定」を授与されました。その他にも働きやすい職場環境づくりの取り組みや体制を整備しています。

### もくじ

- 特養明生園 …… 2・3
- ほっとスマイル …… 4・5
- 特養真生園 …… 6
- デイサービス …… 7
- ひまわり …… 8
- ゆいとり …… 9
- みどりの里 …… 10
- 居宅介護支援事業所 …… 11
- おやつレシピー  
インフォメーション
- 編集後記 …… 12

# 行事 特集!



特別養護老人ホーム  
**明 生 園**  
 電話 〇二九一三三〇四七八



## 桜グループ



雪もちらつく季節となり、寒さが徐々に厳しさを増していき、甘いものが美味しい季節となりました。

桜グループでは、甘味フェスティバルと題しまして、フルーチェやパンケーキなどのお菓子作りを行いました。久しぶりの調理に皆さん奮闘され、見事な手さばきを披露して頂きました。利用者様、職員ともにおいしい甘味に舌鼓を打ちました。



## クローバーグループ

クローバーグループはおやつづくりを行い、お汁粉をつくりました。白玉団子をつくりましたが、水を入れず豆腐を入れて団子をつくりました。「豆腐をいれるとやわくなるんだよね」「水をいれなくてもいいんじゃない?」と会話が弾みました。団子を丸め、ゆでる作業やあんこを溶いて味を調整する作業も利用者の皆さんで行いました。できあがったお汁粉は「おいしいね」「団子やわいね」と感想を言い合いおいしくいただきました。

# グループ活動



## いちご村グループ



いちご村グループです。グループ行事で【すいとん作り】を行いました。

手慣れた手付きですいとんをこね、上手にちぎり鍋に入れていました。皆さんと協力し合いながら作業され、笑顔があふれ会話も弾み、すいとん作りを楽しまれたようです。寒い季節にすいとんは欠かせませんよね！味のしみ込んだすいとんを美味しくいただきました。



## ひだまりグループ



こんにちは。ひだまりグループです。ひだまりグループでは11月25日にグループ活動でホットケーキ作りをしました。利用者さんが積極的に混ぜたり果物を切ったりして盛り付けをして楽しんでいる様子が見られました。完成したケーキを食べて「おいしい」「楽しかった」と話されていました。これからも感染対策をしながら活動を増やして楽しく過ごして頂きたいと思います。



# みゆ

グループホーム  
ほつとスマイル  
電話〇九一ニ一〇三三八



# 大運動会



高得点目指して  
頑張りました！！



季節の味覚を堪能しました！



# 夏祭り

皆さん笑顔で楽しめました



# ハロウィン



# 敬老会





敬老会

# だんらん



職員による余興



日常生活の様子

ハロウィン 🎃



干し柿作り

十五夜 🎑



一斉清掃 🧹



紅葉ドライブ 🍁



いものこ会



# 祝敬老 おめでとうございます!

特別養護老人ホーム  
**真 生 園**  
 電話〇一九一四八―三三三八四



真生園では今年度100歳以上の方が3名、米寿を迎えられた方が2名いらっしゃいました。これからも長生きしましょうね!



## 秋のバイキング



毎年恒例の秋のバイキングをしました。  
 旬の味覚やお寿司に利用者さんは大喜びでした!



## 日常の一コマ



ご家族にいただいたかぼちゃと大根で昼食会をしました。ありがとうございました~!!



# ～午後活動風景～

明生園  
 デイサービスセンター  
 電話 〇九一―三三一―三九三

全体機能訓練・・・  
 ビリヤード



今回は、日頃の午後の活動風景をお届けいたします\(^o^)/  
 1つ目は全体機能訓練・・・これは、その週、利用された皆さん全員が参加される活動です。  
 この週は、デイサービスオリジナルのビリヤードゲームを行ないました。  
 2つ目に選択機能訓練・・・この週は（下肢運動）と（口腔体操）を行ないました。皆さんに  
 参加したい体操を選んで頂き、活動を通して筋力低下予防に努めております!! 準備体操後にゲー  
 ム感覚で一緒に楽しみながら体を動かしています。

## 下肢運動

『足でピンゴ!!』を行ないました。お手玉を両足で挟み、職員が出す数字の所にそのお手玉を置きます。斜め・横・縦一列にお手玉が並べば勝ち! 皆さん集中して数字を探されておりました。



## 口腔体操

『パタカラカードめくり』を行ないました。パンダ・宝・鷹・ラッパ・パンなどの絵のカードを順番に引いて貰い、引いた順番に読み上げます。ジョーカーを引いてしまうと、引いたカードの絵を10回言わなくてはなりません。皆さん引かないようにピクピクしつつも・・・しっかり声を出し発声しておりました。





11月初めのドライブは、平泉の  
kozennji cafeへ、ドライブに出かけて  
ジェラートをいただいできました🍦天気も  
良くドライブ日和で楽しめました♪



デイサービスセンター  
ひまわり  
電話〇二九一四八三三〇〇



10月、おやつ作りも行っています🍰  
利用者の皆さんと「鬼まんじゅう」を作  
りました



9月は敬老会を開催しました。  
五木ひろしさんや渥美清さんなど豪華キャストも  
来所し、盛り上げていただきました～🎉👏  
ひまわりは新年も楽しい活動盛沢山です!!☆



祝! 令和5年度 ゆいとり敬老会

グループホーム  
ゆいとり  
電話〇九一四八三三〇一

かんぱ〜い  
ご長寿  
お祝い申し上げます。



◎ 少し 緊張しています。笑顔で「はい!チーズ♪」



ご近所の  
風景です。

大きな虹が とっても綺麗です。 何かイイことありますように…

見事な大根 ご近所の方から頂きました。



秋の収穫 サツマイモ堀りです。



針仕事もまだまだ現役です。



プレゼント楽しみです。

「どれぐらい大きくなった？」  
わくわくしながら掘りました。  
もちろん格別なおいしさ  
でした

高齢者生活福祉センター

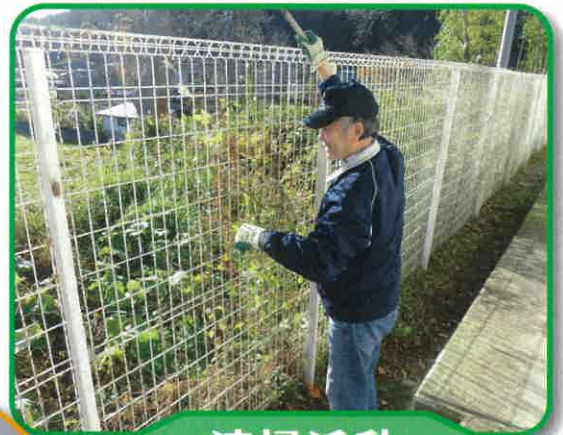
みどりの里

電話 〇一九二一三三七四四八

みどりの里は  
 自宅での生活に不安のある  
 高齢の方に対して  
 一定の期間、住居を  
 提供する施設です。  
 デイサービスや  
 ホームヘルパーなどを  
 利用して自立した生活を送  
 っていただくよう  
 お手伝いします。  
 全個室でトイレと台所が  
 備わっています。



敬老会



清掃活動



干し柿づくり

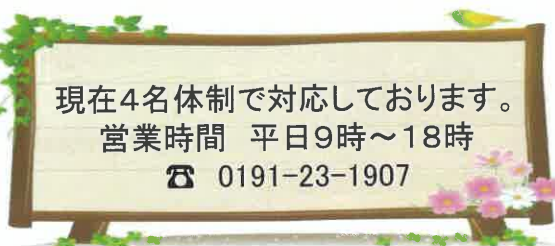


お誕生会





昨年中はお世話になりました。今年もよろしくお願いたします。  
 明生園居宅介護支援事業所は、介護や生活の困りごとのさまざまな相談を  
 お受けする窓口です。お気軽にご相談ください！



電話 〇一九一―二三―一九〇七

明生園  
**居宅介護支援事業所**

## 難聴と認知症

「歳をとって、耳が聞こえにくくなってきた」「家族からテレビの音量が大きすぎるといわれる」「相手の声が聞き取れず、なんとなく返事している」そんな経験をしたり、周りの人から聞いたりしたことはありませんか？実は難聴を放っておくと、認知症の発症リスクが高くなると言われています。



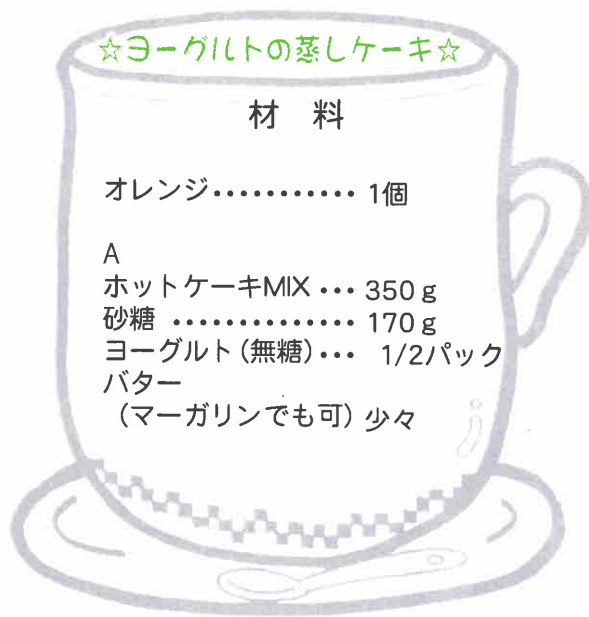
音の聞き取りは、最終的には脳が認識しています。例えば手話でのコミュニケーションは、目から得た情報を脳が認識し、意味を理解して、それに対して自分がどう応えるかを考え行動する、といった流れを経ています。音も同様に、耳から入って信号となり、脳の中で認識されているのです。難聴になると、聴力だけでなく「言葉を認識して理解する」という機会が減ってきます。聞く力も認知機能も衰え、認知症を引き寄せる可能性が十分出てくるわけです。

治療が困難な感音難聴の場合、脳の認知機能を高める「聴覚トレーニング」がオススメです。流れている音を受動的に聞くのではなく、音をとらえ、脳で理解するトレーニングです。自分1人でできる最も簡単な方法として推奨するのが、補聴器を着けて、新聞や本、雑誌などの文章を音読し、それを自分の脳で聞き取るという方法です。黙読ではなく、あくまでも自分の声で音読する必要があります。聴覚トレーニングとは、脳の聞き取り能力を徐々に高めていくものなのです。



最近、耳が遠くなったな・・・と感じる人は、音をとらえて脳で理解する「聴覚トレーニング」で、認知機能の低下を予防しましょう！！また、補聴器の使用に慣れるには時間がかかります。聞こえが気になる方は、早めに医療機関等に相談してみることをお勧めします。

おやつレシピ



作り方

- ① オレンジは皮を剥いて細かく切っておく。
- ② ①の材料をよく混ぜ、切ったオレンジも加えて混ぜ合わせる。
- ③ ペーパーを敷いたバット容器に流し入れ蒸し器で30分間蒸す。



ポランティア (慰問含む)

《団体》

小野理容店様、ヘアサロン吉野様  
理容おのぞら様、レオン様

《個人》

小関赫子様、  
佐々木岬様

寄贈

《団体》

東磐運送(株)様、  
第一生命盛岡支社労働組合様



《個人》

佐々木律子様、米川ヤス子様、  
小野寺カホル様、小野寺喜様、阿部洋志様、  
菅原真理子様、熊谷洋子様、菅原秀樹様、  
佐々木岬様、菅原幸子様、伊藤良子様、  
高嶋まき子様、清水上トキ子様



◎いつもありがとうございます。  
(七月から十二月までの紹介です。)

＜七草を食べ無病息災で過ごしましょう＞

コロナ5類になりましたが時期的に感染対策を行い、うがい手洗いは必ず励行し個々の健康管理に注意していきましょう。

1月7日は「七草の日」です。七草は早春にいち早く芽吹くことから、邪気を払うと言われました。これを食べることで1年の無病息災を祈ります。この習慣は江戸時代から始まったようです。七草は時代・地域によって

異なりますが、一般的には、セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロを指します。7種類の若菜を使った「七草粥」を食べ、春の訪れを感じながら日々の健康を維持するよう心がけましょう。



(医務より)

編集後記

コロナウイルス感染が確認されてから今年で5年目になります。各事業所ごとに感染予防に努め、今では以前の生活に近い、日常を取り戻しつつあります。  
今年も健康第一で 無理のない生活をしていきましょう。

《広報委員会》

鈴木壽高、熊谷祐太郎、佐藤由美、千葉慎也、  
遠藤高史、小野寺眞基子、赤間美幸、橋本美和、  
小岩留美子、勝浦佳代子、稲部綾、鈴木洋平、  
三谷久美子、芦萱静江、石川仁、富永菜桜、  
鈴木麻由、菅原文子、小野寺和子、上野智里、  
石田政彦、櫻井紗来