



(発 行)

養護老人ホーム 安 生 園

〒030-0947 青森市大字浜館字間瀬85-1
 TEL 017(741)4301 FAX 017(741)4344
<http://www.jomon.ne.jp/~anjouen/>

ヘルプステーション あんじょう

TEL 017(765)0381 FAX 017(741)4344

居宅介護支援センター あんじょう

TEL 017(765)0380 FAX 017(741)4344



7月28日(金)、令和5年度納涼夏祭りを開催しました。
 感染症対策のため、例年の夏祭りより規模を縮小し、ねぶた運行、1階と2階の利用者さんを分けて2部構成の会食、来賓の方を数名呼びびしての開催となりました。
 駐車場では、食事を提供していただいている鯛魚国様の、「ねぶた大好き隊」の囃子に合わせて「ねぶた(番地銘石様提供)」が出陣しました。利用者さんの掛け声や手拍子で盛り上がり、提灯飾りや半纏と跳人の衣装でおりムード満点でした。食事は、夏祭り特別ステーキ弁当を用意しました。品数が多く、皆さんに楽しんでいただきました。
 暑い中のねぶた観覧は、体調面や足元など身体面を配慮しながら、2年振りの夏祭りが盛況のうちに終わることができ、ホッとしました。

(中谷支援員)

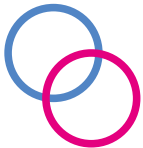
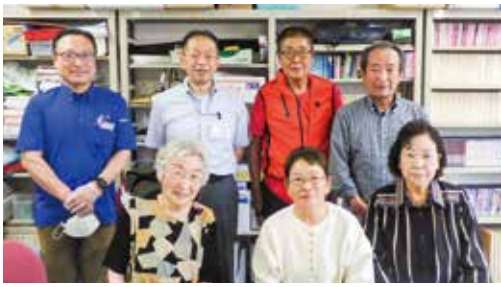


輪 投 げ 大 会

6月23日(金)、輪投げ大会が開催されました。今年度は5年ぶりに自由ヶ丘ほのぼの会と北赤坂町会宝寿会の方が参加し、皆さん真剣な表情で輪を投げ点数を競いました。

初めて参加される方もいて、初めはどのように投げたらよいか戸惑う方もいましたが、時間が経つにつれて「すごい、上手!」との声が聞かれました。表彰式では参加者全員が、小笠原園長より賞品を受け取り喜ばれていました。

(水木支援員)



七 夕 飾 り



ここ数年、青森県では貴重な笹竹を苦情解決第三委員の葛西孝幸委員のご厚意によりご寄付いただいております。

七夕には、短冊に願い事を書いて笹の枝に飾る習わしがあります。願いをより一層、大切に感じられるようにとの思いから、利用者の皆様と大学の実習生で作った手作りの短冊を用いています。利用者の皆さんもたくさんの願いを込めて、短冊を書きました。願いが叶うことを心から願っています。

(伊藤支援課長)

青森県立保健大学 社会福祉学科1年生 社会福祉基礎実習について

令和5年7月5日、6日と保健大学社会福祉学科1年生の8名が社会福祉基礎実習で、見学体験実習に訪れました。

福祉施設を見学し、利用者様と接することも初めての学生さんでしたが、レクリエーションを企画していただき、利用者の皆様はとても楽しい時間を過ごすことができました。

(伊藤支援課長)



夜間想定防災訓練

当園では火災や地震等の災害が発生した際、利用者の安全かつ迅速な避難誘導を図るため、近隣地域の関係団体及び関係機関に協力を求め総合的な防災対策を推進し、利用者の安全確保に努めています。

ここ数年は、新型コロナウイルス感染症防止対策により開催できなかった「地域交流懇談会」及び夜間火災を想定した「夜間想定防災訓練」を、地域防災協力隊の皆さんの協力を得ての訓練を4年ぶりに実施しました。

年々、入所利用者のADL低下が顕著に見られ、杖歩行、歩行器利用、車椅子利用と介助者が必要とする利用者が多く、二次災害を招かぬよう各工程を確認しながら、地域防災協力隊の方々と連携し、利用者の安全確保を図り避難誘導にあたり無事、転倒や怪我することなく訓練を終えることができました。

今回、訓練に参加くださった地域防災協力隊の皆様には感謝するとともに、有事の際は御協力下さいますよう、よろしくお願い申し上げます。

(伊藤推進監)



安生園 お墓参り



8月3日(木)、三内霊園へお墓参りに行きました。6名の利用者さんが参加し手を合わせていました。

(水木支援員)

「居宅介護支援センターあんじょう」より

私たちは、介護支援専門員としてサービスの質向上のための取り組みを行っています。

事業所内では週1回定例会議を開催し、事例検討、情報共有、研修報告を行っています。その他、地域包括支援センターが主催する地域ケア会議、他法人の居宅介護支援事業所との共同事例検討会への参加、様々な研修会へも参加しています。これからも、より良いサービスを提供できるように努めてまいりますのでよろしくお願いいたします。

☆まずはお気軽にご相談ください。お待ちしております。

(お問い合わせ先) 居宅介護支援センターあんじょう
電話 017-765-0380

「ヘルパーズ・アクションあんじょう」より

ヘルパー研修 ～肩こり・腰痛予防の体操～

6月のヘルパー研修では「肩こり・腰痛予防の体操をしよう!」をテーマに初めて外部より講師の方にお越しいただき研修を行いました。

津軽弁でのラジオ体操から始まり、その後も静かな音楽が流れている中、ヨガマットの上で腰をひねったり足を上げたり、とても楽しい雰囲気で行うことができました。たまには体を動かす研修もいいなと思いました。

(伊藤支援員)



(お問い合わせ先)

ヘルパーズ・アクションあんじょう

電話 017-765-0381

地域交流活動（虹ヶ丘町会）

当園では、地域交流活動のひとつとして、近隣の虹ヶ丘町会の公園や花壇の整備等に参加しています。利用者さんからは、今年度の利用者自治会長の古間木哲夫さんが進んで参加してくれました。古間木さんは公園の除草から花壇の花植えまで、とても手際よく作業を進めてくれて、私の方がいろいろと教えてもらうことになってしまいました……。人生の先輩から学ぶことは、私達が思っている以上にたくさんあるんだなあと、実感したと思います。私達の活動を温かく見守って下さった虹ヶ丘町会の皆様には、心より感謝申し上げます。そして、古間木さん！これから

（奈良岡支援員）



医務室コラム

暑い日が続いています。暑い日は、熱中症に気をつけなければいけませんね。高齢者の方に、熱中症に気をつけましょうと声がけしても、「何だばそれ」と言う方がいて「はくらんに気をつけてください。」と声がけすると「分かった。暑いからな。」と、返事を返してくれます。日射病・熱射病と言う方もいます。症状は同じで、立ちくらみ、体に力が入らない、ぐったりする、歩けない、体が熱いなどです。高齢者の方は、室内でも熱中症になることもあります。こまめに水分補給を心がけましょう。（*^_^*）

（川崎看護師）



● ● ● 山菜赤ミズ（うわばみ草） ● ● ●

くせがなく食べやすい山菜で「山菜の王様」とも呼ばれています。5月から10月頃まで楽しめる山菜で、葉は天ぷら、茎は炒め煮、根元の赤くて粘りのある部分はたたいてとろろに、茎についたコブは醤油漬けなど、食べ方もいろいろ楽しめます。山菜の中ではビタミン類が多く、抗酸化作用が期待されます。

安生園では、ミズ料理の際にご入居されている方々がミズの皮むき作業をお手伝いしていただきます。今回は「ミズの炒め煮」が入った松花堂弁当を提供しました。

『ミズの炒め煮』 材料（2人分）

- ・ 山菜赤ミズ：4〜5本
- ・ さつま揚げ：1枚
- ・ しらたき：1パック
- ・ シメジ：1/3パック
- ・ サラダ油：大さじ1
- ・ しょうゆ：大さじ1
- ・ 酒：大さじ1
- ・ みりん：大さじ1

作り方

- ① 山菜赤ミズは3〜4cmに折りながら皮をむき、さつと洗い、水切りします。
- ② フライパンにサラダ油をひき、しらたき、しめじ、薄切りのさつま揚げを炒めます。
- ③ ①を加え炒め、鮮やかな緑色になったら調味料で味付けします。



（今井栄養士）

健康レシピ紹介

