

# 寄付 たくさんのご厚意ありがとうございます。

## 寄付をいただいた皆様

熊谷 栄子様	工藤布団店様	伊藤 はる子様
佐々木 千恵子様	上磯調剤薬局三厩店様	三浦 敏弘様
赤坂 文子様	畑井 千代子様	伊藤 祐輔様
正木 秀樹様	齊藤 徳子様	大川 太様
川口 文子様	米澤 常悦様	三浦 和恵様
安保 道子様	鎧 早苗様	
牧野 和香子様	鈴木 直様	



## お知らせ

### ～ 面会について ～

現在、新型コロナウイルス感染症およびインフルエンザウイルス感染症が流行しております。当施設では、施設内で感染症が発生した場合には、面会を中止させていただいております。面会をご希望される際は、お手数ですが **事前予約** をお願いいたします。

### 面会をご遠慮いただく場合

以下のいずれかに該当する方は、面会をご遠慮いただきます。

- 過去1週間以内に感染症に罹患した方
- 過去1週間以内に感染者との接触があった方
- のどの痛み、発熱、咳、倦怠感など 風邪症状がある方

入所者様の健康を守るため、皆様のご協力をお願い申し上げます。

詳しくは、施設にお問い合わせください。



## 社会福祉法人あじさい会 特養あじさい・寿楽園 苦情解決第三者委員

介護サービスに関わる苦情・相談の受付を行っています。

〔第三者委員 伊藤和之・三上政子・秋田幸代〕



# 会報 あじさい

令和8年  
1月号

発行日／令和8年1月1日  
発行／社会福祉法人あじさい会

特別養護老人ホームあじさい／青森県東津軽郡外ヶ浜町字三厩新町8番地 電話0174 (31) 7000  
外ヶ浜町三厩高齢者生活福祉センター寿楽園／青森県東津軽郡外ヶ浜町字三厩新町7番地 電話0174 (37) 2280

## 本年もよろしくお願ひいたします



## 年頭のご挨拶

社会福祉法人あじさい会 理事長 川村 和 夫

謹んで新年のご挨拶申し上げます。特別養護老人ホームあじさい、外ヶ浜町三厩高齢者生活福祉センター寿楽園をご利用の皆様、ご家族、そして地域の皆様におかれましては、希望に満ちた新春を健やかにお迎えのことと心よりお喜び申し上げます。旧年中は、法人運営に多大なるご理解とご支援を賜り、心より御礼申し上げます。

さて、少子高齢化の進行や介護人材の不足、物価上昇など、福祉を取り巻く環境は依然として厳しい状況が続いております。利用者様に安心して生活していただくためには、こうした課題に向き合い、より良いケアと働きやすい環境づくりを両立させる取り組みが求められます。

本年、当法人が重点的に進めるのが「業務の効率化とサービスの質向上」です。特別養護老人ホームあじさいでは、見守り型介護ロボット aams の全床設置と、iPad を活用した介護記録の効率化に取り組んでおり、いずれも1月中の導入を予定しております。これにより、安全性の強化と職員負担の軽減を図り、限られた人材でも質の高いケアを継続できる体制づくりを進めてまいります。

また、「家族・地域とのつながり」の再構築も重要なテーマです。昨年は、特別養護老人ホームあじさいにおいて6年ぶりに家族会との共催事業である夏祭りを開催することができ、利用者様・ご家族様が直接交流できる貴重な機会となりました。本年も、参加しやすい行事や面会の機会をさらに広げ、地域とともに歩む施設づくりを進めてまいります。

本年も、利用者様の安心と笑顔を第一に、役職員一丸となって努めてまいります。皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げ、新年のご挨拶といたします。



# 特別養護老人ホーム あじさい

## 三厩小中学校合同 ねぶた見学

8月30日(土)



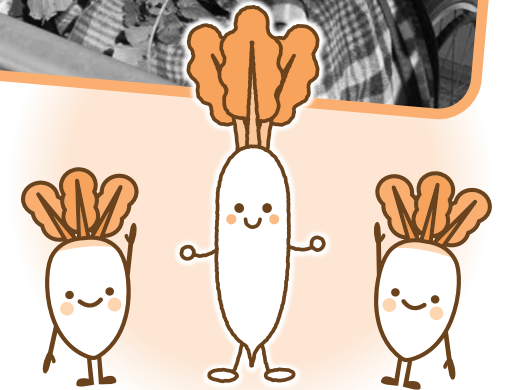
## 龍飛・義経マラソン見学

10月13日(月)



## あじさい農園 大根掘り

11月12日(水)



## もちつき

12月10日(水)







## ハンドトリートメント体験

株式会社ポーラ様の職員3名が来園。利用者様へハンドトリートメントサービスを実施してくれました。美容クリームを塗り、腕全体をマッサージしながら血行促進に努めていました。



気持ちいいもんだな。



手が暖かくなってきた。



手がすべすべする。



## アレンジハッ橋作り



どうやって作るんだべな～



水曜日の利用者様と一緒に、アレンジハッ橋作りを行いました。餃子の皮を使用し、あんこやバナナなど、様々な具材を包み、きな粉をつけて完成!!



餃子の皮で包むのは難しいな。



## 生き生き体操

デイサービスでは、午後利用者様と一緒に体操を行っています。ヨガインストラクターの資格を持つ職員が、利用者様へ指導しながら行い、身体機能の維持に努めています。

それでは今日も体操始めますよ!



まずは指の運動。  
グーパー、グーパー5回行います。



次は、ゴムを使って行います。





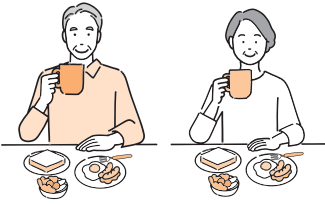
# 看護便り

## 認知症予防の秘訣

～認知症予防のための6つのポイント～



### 1 食生活の改善



### 2 運動習慣



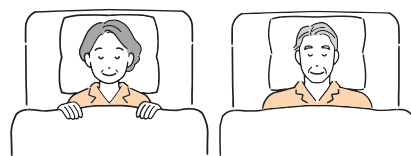
### 3 対人接触を増やす



### 4 知的行動・趣味を始める



### 5 睡眠習慣の改善



### 6 目や耳の機能維持



## 【年齢別】認知症の予防策・早期発見のためにできること

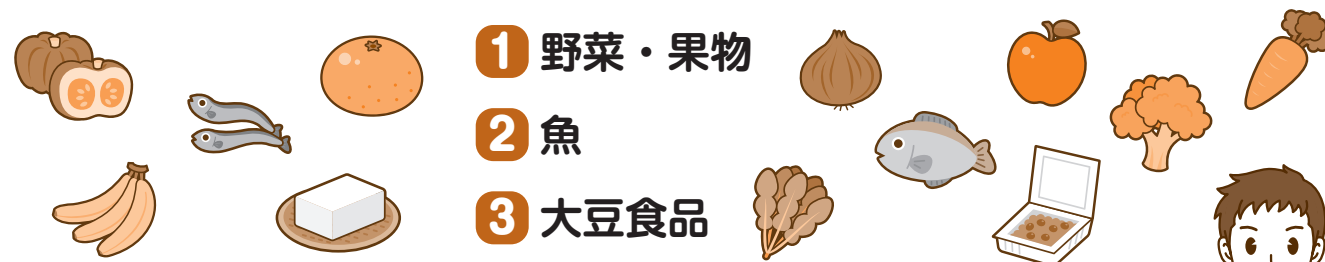
1 20～30代：規則正しい生活を送る

2 40～50代：定期的に健康診断を受ける

3 60代以降：医療機関での検査も検討する



## 認知症の予防になる食べ物



1 野菜・果物

2 魚

3 大豆食品

認知症予防のために生活習慣を見直そう！



# 厨房便り

大相撲星取で入賞された方の表彰式が行われ、手作りのお好み焼きでお祝いしました。「食べたことない!」「おいしい!」などの声が聞かれ、あっという間に完食されていました。

