

ファミリーセンター
しまむら

施設が1日限定のお店になります！

秋冬物を取り揃えております！

出張販売 開催！

日時

令和8年

10月2日(金)

13:30～15:00

会場

特別養護老人ホーム

あじさい 施設内特設会場

衣類・靴下・下着・日用品など、幅広く取り揃えています！



商品は
数に限りがあります。
売り切れの際は
ご了承ください。

どなたでもお買い物いただけます！

特別養護老人ホーム
ご入所者様



デイサービス
ご利用者様



ご家族様



地域の皆様



地域の皆様も
お気軽にご来場ください！



お願い

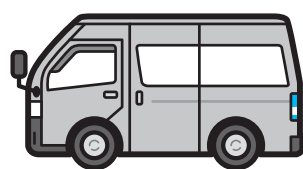
公共交通機関をご利用のうえ、お気をつけてご来場ください。

外ヶ浜町巡回バスをご利用の方



外ヶ浜町巡回バスにご乗車
いただき、「三厩支所前」で
下車してください。
※運行時間・ルートは施設ま
でご確認ください。

ワンタクをご利用の方



発着場所と時間を
選べます！
(青森県今別町・外ヶ
浜町の一部エリア)

※施設の駐車場には限りがございます。ご来場の際は、バスやタクシーなどの公共交通機関のご利用にご協力をお願いいたします。

会報 あじさい

令和8年

夏季号

発行日／令和8年8月7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

暑中お見舞い申し上げます



金多豆蔵人形劇
(7月26日 あじさい夏祭り)

特別養護老人ホーム あじさい

あじさい夏祭り

ご家族様もゲームに参加

7月26日(日)

ひ孫さんとピース!

白熱の玉送り!

みんなではいチーズ♡

三厩小・中学校合同

運動会

5月17日(日)

カンカン照りの運動会日和

玉入れにも参加しました!

小中学生の頑張る姿をポンポンを振りながら応援!

仲良く畑を観察中!

あじさいでの日常

いちご収穫

おやつ時間

にっこり笑顔

星取り大会

相撲星取り殿堂入り!

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

〔第三者委員 秋田幸代・伊藤和之・三上政子〕

介護サービスに関わる
苦情・相談の受付を
行っています。



寿楽園

 7月1日(水)に竜飛ヘッドライブに出かけました。

あじさいロード～竜泊ラインに入り、眺瞰台までの景色や車内での会話を
楽しみその後は竜飛岬の売店へ行きお買い物をしました。皆さん久しぶりに
竜飛にきた人もいて楽しかったと言っていました。



あれええ～!!
猿いだあ!!



久しぶりに
竜飛さ来たじゃあ～
天気が良くて
気持ちがいいじゃあ～



厨房便り

厨房便り



バイキング

6月17日の昼食はバイキングでした。今回の
メニューはそうめん、いなり寿司、えびフライ、
串カツ、豚肉とキャベツの味噌炒め、けずし、
南瓜のいとこ煮、なすのしそ巻、フレッシュサ
ラダ、フルーツ、ケーキでした。自然に笑顔が
あふれ楽しいひとときとなりました。



看護便り

自宅に潜む高齢者転倒リスク

高齢になると、若い時には考えられない場所や要因で転倒することがあります。転びやすくなっていることを自覚し、無理なくゆとりを持った行動を心掛け、安全な環境で過ごしましょう。

場 所	要 因	対 策
庭 32.3%	庭の手入れ時に、梯子や脚立から転落	1人での作業は避け、複数で行う 無理をして高所での作業は行わない
リビング 18.2%	コタツなどのコードに引っかかる、物につまずく カーペットやコタツ布団、畳の縁や物につまずく スリッパを履いていて滑る、脱げる	歩く導線を避け、コードを配線し物を置く つまずきやすいカーペットやコタツ布団を使用しない 滑りにくく足に合ったスリッパを使用する
玄関 15.4%	靴を履く、脱ぐ際によろける 玄関の段差を越えられず転倒	手すりを設置する 踏み台を使用し段差を低くする
階段 12.2%	階段を踏み外す 暗くてよく見えないことがある	段差は1段1段慎重に昇り降りする 夜は照明や常夜灯をつける
寝室 9.1%	ベッドから転落 布団につまずく	ベッド柵、介護ベッドの使用を検討
浴室 7.3%	濡れた床で滑る 浴槽に出入りする際に足がもつれる 浴室と脱衣所の段差につまずく	手すりや踏み台を設置 石鹸やシャンプーのぬめりが床に残らないように、 しっかり流し乾かす
台所 5.5%	高い場所の荷物を取る際に踏み台から転落 キッチンマットにつまずく	よく使う物は手が届く場所に置く つまずきやすいマットは使用しない

加齢とともに「むせる事が多くなった」「食が細くなってきた」「飲み込みが負担」と感じることはありませんか？ マッサージなどを行い誤嚥などの口腔機能低下を予防しましょう。

自宅でする嚥下リハビリ

顔・首・口のマッサージ



肩や首のストレッチ



早口言葉



口の体操

口を大きめに動かす
変顔をする



歌う



唾液腺マッサージ

耳下腺

1. 耳下腺マッサージ 2. 顎下線マッサージ 3. 舌下腺マッサージ



親指以外の4指を頬に当て、上の奥歯のあたりを後ろから前へ向かってゆっくりと10回まわす

親指を顎下の骨の内側のやわらかい部分に当て、耳の下から顎の下まで5カ所ほどを、1カ所につき5回ずつ押す

両手の親指をそろえ、顎の真下から舌を押し上げるようにグーッと10回押す

パタカラ体操

パ

唇を破裂させるように



吸う力
(食べこぼし予防)

タ

下の先を歯切れ良く



押しつぶす力

カ

舌の奥を喉に押しつけるように



スムーズに食道へ運ぶ力
(むせ予防)

ラ

舌の先を反らせて



丸める力

令和7年度社会福祉法人あじさい会決算概況報告

特別養護老人ホームあじさい

貸借対照表

〔令和8年3月31日現在〕

(単位：千円)

資 産 の 部	
流動資産	201,255
固定資産(基本財産)	167,619
建物	(135,089)
土地	(31,530)
定期預金	(1,000)
その他の固定資産	66,427
資産の部合計	435,301
負 債 の 部	
流動負債	22,382
固定負債	21,804
設備資金借入金	(0)
その他	(21,804)
負債の部合計	44,186
純 資 産 の 部	
基本金	1,000
国庫補助金特別積立金	95,413
その他の積立金	7,000
次期繰越活動増減差額	287,702
(うち当期活動増減差額)	(5,154)
純資産の部合計	391,114
負債及び純資産の部合計	435,301

※減価償却累計額 569,332千円

資金収支計算書

〔(自) 令和7年4月1日 (至) 令和8年3月31日〕

(単位：千円)

事業活動収支	介護保険事業収入	229,859
	雑収入他	355
	収入計①	230,214
	人件費支出	152,310
	事業費支出	48,647
	事務費支出	15,412
	支払利息支出	0
	その他	0
	支出計②	216,369
	事業活動資金収支差額①－②＝③	13,845
その他収支	その他の収入計	14,191
	借入金元金償還金支出	0
	固定資産取得支出	27,436
	ファイナンスリース債務の返済支出	957
	積立資産支出	1,413
	その他収支差額計④	-15,615
	当期資金収支差額③＋④	-1,770
	前期末支払資金残高	181,599
	当期末支払資金残高	179,829



外ヶ浜町三厩高齢者生活福祉センター寿楽園

貸借対照表

〔令和8年3月31日現在〕

(単位：千円)

資 産 の 部	
流動資産	43,260
固定資産(基本財産)	89,174
建物	(71,101)
土地	(18,073)
定期預金	(0)
その他の固定資産	10,475
資産の部合計	142,909
負 債 の 部	
流動負債	6,959
固定負債	6,993
設備資金借入金	(0)
その他	(6,993)
負債の部合計	13,952
純 資 産 の 部	
基本金	0
国庫補助金特別積立金	1,238
その他の積立金	0
次期繰越活動増減差額	127,720
(うち当期活動増減差額)	(-10,920)
純資産の部合計	128,958
負債及び純資産の部合計	142,909

※減価償却累計額 79,752千円

資金収支計算書

〔(自) 令和7年4月1日 (至) 令和8年3月31日〕

(単位：千円)

事業活動収支	介護保険収入	46,356
	雑収入他	3,132
	収入計①	49,488
	人件費支出	40,477
	事業費支出	10,575
	事務費支出	3,805
	支払利息支出	0
	その他	105
	支出計②	54,962
	事業活動資金収支差額①－②＝③	-5,474
その他収支	その他の収入計	11
	借入金元金償還金支出	0
	固定資産取得支出	1,189
	ファイナンスリース債務の返済支出	665
	積立資産支出	348
	その他収支差額計④	-2,191
	当期資金収支差額③＋④	-7,666
	前期末支払資金残高	44,632
	当期末支払資金残高	36,966



事業活動計算書

〔(自) 令和7年4月1日 (至) 令和8年3月31日〕

(単位：千円)

サービス活動増減	介護保険事業収益	229,859
	その他の事業収益	0
	収益計①	229,859
	人件費	153,723
	事業費	48,647
	事務費	15,413
	減価償却費	15,743
	国庫補助金特積取崩額	-8,465
	引当金繰入	0
	費用計②	225,059
活動外増減	サービス活動資金増減差額①－②＝③	4,800
	サービス活動外収益	354
	支払利息	0
	その他サービス活動外費用	0
	サービス活動外増減差額④	354
	特別収益	14,191
	特別費用	14,191
	特別増減差額⑤	0
	当期活動資金増減差額③＋④＋⑤	5,154
	前期繰越活動増減差額	282,547
増特減別	当期繰越活動増減差額	287,702
	その他の取崩額	0
増特減別	次期繰越活動増減差額	287,702

事業活動計算書

〔(自) 令和7年4月1日 (至) 令和8年3月31日〕

(単位：千円)

サービス活動増減	介護保険事業収益	46,356
	その他の事業収益	0
	収益計①	46,356
	人件費	40,825
	事業費	10,575
	事務費	3,805
	減価償却費	5,653
	国庫補助金特積取崩額	-550
	引当金繰入	0
	費用計②	60,308
活動外増減	サービス活動資金増減差額①－②＝③	-13,952
	サービス活動外収益	3,132
	支払利息	0
	その他サービス活動外費用	105
	サービス活動外増減差額④	3,027
	特別収益	11
	特別費用	6
	特別増減差額⑤	5
	当期活動資金増減差額③＋④＋⑤	-10,920
	前期繰越活動増減差額	138,641
増特減別	当期繰越活動増減差額	127,720
	その他の取崩額	0
増特減別	次期繰越活動増減差額	127,720

※この表は千円未満を四捨五入して表示しているため、合計欄において決算額の千円未満を端数処理した場合の数値とは合致しない場合があります。