



第227号
令和8年1月5日

〒039-2233
上北郡おいらせ町沼端370-1
特別養護老人ホーム百石荘



新年の御挨拶

新年おめでとうございます。
旧年中は、当法人の運営に多大なるご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。
少子高齢化が一層進む中で、地域では「老々介護」や「単身高齢者の生活不安」が、もはや特別な問題ではなく顕在化しています。介護する側・される側の双方が抱える孤立や負担の大きさを痛感します。
今年は、介護の負担軽減に向け、地域との連携をさらに深め「頼れる場が身近にある」
「早くつながれる支援体制」
「ひとりで抱え込まない地域づくり」
を、より実際の形として前進させていく一年にしたいと考えております。
職員の皆さまには、日々丁寧に寄り添い続けてくださっていることに心から感謝申し上げます。皆さまの専門性と温かい実践こそが、地域の安心を支える力です。
働きやすい職場づくりにも、しっかり取り組んでまいります。
本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

令和八年初春 理事長 吉田 朋央

旭日双光章 受賞

私こと、令和七年秋の叙勲に際しまして、はからずも旭日双光章受章の栄に浴しました。
これもひとえに皆様の長年にわたる心温かいご指導ご支援の賜と深く感謝申し上げます。
今後は、この榮譽に恥じることなきよう一層精励し些かなりともご芳情に報いたいと存じます。
すので何卒倍旧のご厚誼ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

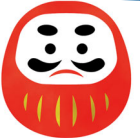
末筆ではございますが、御尊家皆様のご健勝とご多幸を祈念し申し上げます。
令和七年十一月吉日
吉田 絹恵



吉田絹恵 旭日双光章 受賞記念祝賀会

しめ縄作り

12月18日、しめ縄作りを行いました。「昔は手作りしたものだ」と懐かしんで見ていらっしゃる方もおりました。皆様来園してくださりありがとうございました。



百石幼稚園児 慰問

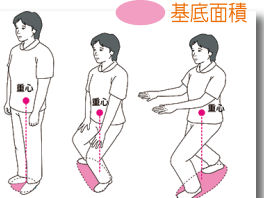
12月15日、百石幼稚園児の皆さんがお遊戯の披露をしてくださいました。かわいい園児の姿や歌声に、皆様大歓声。最後は、手作りカレンダーのプレゼントをいただきました。いつもありがとうございます。



- ①サービスの質の向上を実践している
- ②職場を積極的に育成している
- ③働きやすい職場環境づくりを推進している
- ④地域と交流し、法令を守っている



行事予定
年始の会
節分
えんぶり



質問？
皆様は床にある物を取る時、どのような姿勢になつていますか？

このような姿勢になつていませんか？前回の話しした支持基底面からみ出した姿勢となり、腰痛の原因になります。

大切なのは「支持基底面」からみ出さないことです。工夫一つで、身体への負担が軽減できます。手を出す作業の際は、同じ方向に足を出すことを意識することで、身体への負担は軽減されます。

↑腰を降ろして支持基底面に対象物を近づけてから持ち上げる姿勢は、身体への負担を軽減できます。

↑話した支持基底面からみ出した姿勢となり、腰痛の原因になります。

育ち盛りのお子様がいるスタッフに、施設長よりお米のプレゼントがありました。物価高騰の中、お米は必需品…とても助かりました。お米を食べた家族からは素敵なメッセージも届きました。



家計応援！
お米プレゼント



特別養護老人ホーム
百石荘



12月クリスマス忘年会を行いました。スポンジケーキに生クリームを塗り、フルーツでデコレーションし、クリスマスケーキの出来上がり。スタッフによるハンドベルで「きよしこの夜」を演奏。最後はサンタさんからのプレゼントで終了しました。



12月は、クリスマス忘年会を行いました。抽選会やお菓子のつかみ取り、棒倒しや宝探しのゲームをしました。スライドショーでは「一年過ぎるのも早いね」と会話しながら今年一年を振り返りました。皆様たくさん笑った一年間でした。令和8年も、利用者様、スタッフ一同一緒に頑張ります。



面会について 予約制

各施設の面会につきまして、一部解除と致しますが、風邪症状のある方は引き続き控えさせていただきます。面会御希望の際は、他の御家族様との時間の兼ね合いもございまして、予めお電話にてご予約いただきますようお願い申し上げます。

ビデオも出来ます！

ラインアプリによる御利用者様の画像・近況報告、ビデオ通話も御利用いただけます。各施設での専用QRコードを読み取り、登録が必要となりますので、御利用されている各施設にお問い合わせください。



デイサービスセンター 和花



百石幼稚園の園児たちがお遊戯を披露しに来園してくれました。緊張しながらも一生懸命踊ってくれる姿に「めんこいな」と涙ぐみながら喜ばれていました。

クリスマス忘年会では、ハワイから来日した踊り子達と踊りやゲームをしてたくさん笑って一年を締めくくりました。



デイサービスセンター あゆみの里



12月22日、忘年会を行い一年間の振り返りを皆様とお話しました。お手玉ゲームで当たった景品は、大変喜ばれておりました。皆様の笑顔で年末を迎えられました。本年もよりしくお願い申し上げます。

デイサービスセンター たんぽぽ



12月下旬、忘年会を開催。今年一年の振り返りと来年の抱負発表会を行いました。お手玉ゲームで体を動かした後には、手作りのクリスマスケーキを食べ、お正月飾りも皆様と一緒に作りました。本年も宜しくお願い致します。

有料老人ホーム あゆみの里



12月は、カラオケ大会を行いました。普段マイクを手にしない利用者様ですが、マイクを向けられると、恥ずかしそうにしながらも立派に歌声を披露してくださいました。スタッフの余興はお腹を抱え笑う利用者様も。最後は手作り「ノエル」で一年を締めくくりました。



グループホーム あゆみの里



クリスマス会でケーキを作りました。くじ引きゲームではくじの番号で景品が異なり、お菓子の詰め合わせセットを引いた利用者様は「いつもありがとう」と喜ばれておりました。特別な日に食べるケーキは最高でした。



デイサービスセンター 阿光坊の郷



令和8年の午年に向けて、貼紙や破魔矢作りをしていただきました。皆様折り紙を小さくちぎる、丸める、貼るなどの細かい作業もお手のものでした。心のこもった可愛い作品が出来上がりました。新しい年が皆様にとって幸せな年になります様に、今年もよりしくお願い致します。

ケアハウス百石荘 ゆうゆう庵



12月21日クリスマス忘年会を行いました。ビンゴ大会を行い、なかなか揃わない数字に苦戦する場面もありました。スタッフの手作りおやつを召し上がりながら、ハンドベルの演奏を聴き令和7年最後のクリスマスを楽しみました。

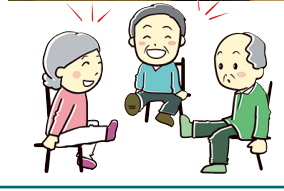
特別養護老人ホーム 阿光坊の郷



12月はクリスマス関連の行事を沢山行いました。イオン下田様より、クリスマスプレゼントもいただきました。お正月の飾り付けも皆様と一緒にしました。来年の干支である「午」の絵を飾ったり、しめ縄作りを行い、年越しを迎える準備をしました。



冬季は活動量低下や転倒リスクが増えます。リハビリでは足のトレーニングの為、足裏ボール運動を取り組んでいます。歩くことが少ないと転倒しやすい為、筋力をつけていきましょう。



認知症 一口メモ No.17 窒息や誤嚥にはご注意ください

正月になると、「餅による窒息」が注意喚起されます。窒息による救急搬送は60歳頃より多くなり、80代以上が最も多くなっています。餅だけでなくごはん、パン等が詰まるケースも多いそうです。意外ですが、おかゆのような「やわらかい食べ物」でも窒息するケースが多くあります。嚥下機能低下した高齢者では、飲み込む前に喉の奥に流れ込みやすく、気管に入りやすいためです。



注意ポイント

- ①「やわらかい＝安全」とは限りません。嚥下機能が低下している方は細かく刻む、とろみをつける、水分を加えるなどの工夫が必要。柔らかさよりも、「その人に合った食形態」を選ぶこと。
- ②食べる時の姿勢…背筋を伸ばし、やや顎を引いた姿勢で座ると、食べ物が気管に入りにくくなる。
- ③食べる量…スプーンは小さめのものを使い、ひと口量を減らして、ゆっくり落ち着いて食べる

おススメポイント

- ①食後30分ほどは上体を起こしておく、誤嚥性肺炎の予防にもつながります。
- ②介助の際は、飲み込みを確認してから次のひと口を与えるようにしましょう。

あゆみ地域子育て支援センター紹介

子どもの笑顔は地域の宝

おいらせ町より、地域子育て支援拠点事業の指定を受け、活動を展開しています。育児に関する不安や心配事など一緒に考え、共に分かち合い楽しく子育てできるようにお手伝いします。いつでもお電話ください。

お問い合わせ

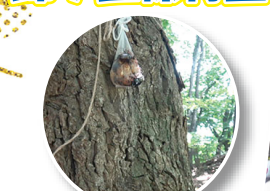
幼保連携型認定こども園
あゆみ保育園

☎ 0178-52-2206
受付：鈴木、小向



幼保連携型認定こども園

錦ヶ丘保育園



裏山にバネトラップをしかけて親子でカブトムシ採集をしました



広々とした季節を感じられる自然でのびのびと走り回り、どろんこ遊びをしたり、お花を摘んだりできるのも錦ヶ丘保育園ならではの特色です。

お問い合わせ
〒039-2173 青森県上北郡おいらせ町 165-32
電話 0178 (56) 4051/FAX 0178 (56) 4212

介護のご相談 施設のご見学は

● 病院退院後、介護が必要だけれどもどうしよう
● 家での介護が辛い…
● 外泊したいけど、介護をお願いできるかな
● 介護や認知症のことを知りたい
● 施設利用の費用って…
● 自宅でのサービスって何があるの
● なんとなく様子がおかしいけど、どこに相談すればいいか、わからない など
ちよっと聞いてみたい方でも大丈夫です。
「たんぽぽ」へ声をかけてみてください。

発行 特別養護老人ホーム百石荘
電話 0178 (50) 1055
FAX 0178 (50) 1057
E-mail tanpopo@momoishiso.or.jp
http: www.momoishiso.or.jp

