

大石だより

第40号

☆★☆みどころ☆★☆
1面 新年度のご挨拶
2・3面 GH・就労B・生活介護・行事
4面 健康教室他

新年度挨拶

令和5年度がスタートしました。日頃より、関係機関や団体等をはじめ、地域の皆様には大変お世話になっております。

主任 加藤博仁

今年の弘前の桜は、平成2年以來の早咲きとなり、毎年販売をしている当事業所としては、とても不安な気持ちで開花情報を確認しておりました。

当事業所では、弘前公園内物産館での販売を、対面販売にするか、委託販売にするか検討を進めてきました。ようやく今年から様々な部分で制限解除となることもあり、対面販売での売上向上を目指していましたが、いまだコロナは完全収束しておりません。本当に対面販売をして良いのか、職員間で何度も話し合いました。念には念を入れて、考えうるリスクと安全を考慮した結果、今年は委託販売のみとし、対面での販売は来年度からしようという事になりました。今年は委託販売のみとし、状況が整った中、万全の態勢でさくら祭り販売に臨みたいと思っております。

同時に当事業所では、集団生活を通して、人が社会で他の人達と関わりながら生きていくために必要なスキルなどを、作業をしながら訓練しております。利用者様が有意義に過ごせるかを第一に考え、どうすれば楽しんでくれるか、どうすればやりがいを感じるかを念頭に日々模索し、様々な支援に取り組んでおります。

今後さらに関係機関や団体等をはじめ、地域の皆様方と連携を深めながら地域貢献にも努め、共生社会の実現に向けた取組を進めていきたいと考えています。

今年度も引き続き、ご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

令和5年度がスタート

4月は出会いの季節であります。当事業所においても新たな出会いがありました。グループホームと就労継続支援B型を利用する新たな利用者様が増えました。また、1・2月には職員も2名加わりました。そうした出会いに喜びを感じながら、新年度を迎えることができました。

さて、新型コロナウイルスが発生し、3年余りが経過し、政府は新型コロナウイルスの感染法上の分類を5月8日から季節性インフルエンザと同じ「5類」に引き下げることを決めました。これにより、3月13日からはマスクの着用は個人の判断となりましたが、大石の里におきましては、利用者様の基礎疾患、感染者が出た場合のリスク等を考慮し、マスクは今後も継続して着用することになりました。当事業所のグループホームにおいてもコロナ禍は面会や外出等制限され、何かと利用者様には窮屈な思いを強いることになったと思えます。

今年は例年になく、桜が早咲きとなっており、大石の里でも満開時期を見越して弘前公園での散策を計画し実施しました。令和5年度は利用者様の楽しみが充実できるように、新しいメンバーも含め、職員一同、取り組んでまいりますので、宜しくお願い申し上げます。

主任 生活支援員

三上 晃路

◆ グループホーム

当事業所では、災害などにより電気が使えなくなってしまう時に備え、訓練を行っております。

大石の里は山間部にあり、停電時への対応はとても重要になる為、年2回、しっかりと訓練を行っております。夜間を想定し、発電機はどこに置くか、照明器具や冷蔵ストッカーはどのように設置するかなどを綿密に計画を作成し、



それらに基づき、利用者様も含めて停電に備えております。何度も訓練を重ねた為、利用者の皆様は慣れたもので、迷うことなく、きぱきと動いており、とても心強く感じました。近年になり、社会全体において防災に対する意識が高まりつつありますが、当事業所でも、日々防災に対する体制を強化するよう、努力してまいります。

◆ 就労B作業

清水森ナンバの委託作業

清水森ナンバとは、津軽地方で古くから栽培されている在来種のトウガラシのことです。なんととってもまろやかな甘味と豊かな風味が特徴です。

そのナンバを半解凍状態から、ハサミで小さくカットし、ミキサーで細かくして出来あがりです。

単純な作業ではありますが、トウガラシの数が多いため、薄手の手袋を着用して作業すると手が痛くなってきました。その為、少し厚手の手袋で作業を行わないといけないいちよっとだけ大変な作業です。



【冷凍されたナンバ】



【ハサミでカット】



【ミキサーで細かく】



【出来あがり】



◆ 生活介護

生活介護では、毎月一回面談を行っており、活動の中で何を取り組みたいかを聞き取りする機会があります。

調理実習

今回はおでん作りに取り組みました。皆さんそれぞれ役割分担をし、協力して調理されておりました。

調理した後の、おでんを皆さんで食された後、感想を聞いたところ、

「自分で調理したおでんは美味しい。」
「頑張って作ってよかった。」

など笑顔で嬉しそうに話されておりました。

今後も、生活介護の皆さんにとってやりがいのある内容を考え、よりよい活動を日々取り組めたらと考えております。



行事写真

初詣と書初め

年明けから天気
が良く最高でした。



皆さんお上手です。

御用始め

仕事始
めに数名
の方に今
年の抱
負を述べ
ていただ
きました。



節分



今年は南南東



福はうち～、
鬼はそと～
♪



雪燈籠見学

弘前市の冬の風物詩

天気が良かったため心地よ
い外出となりました！



津軽錦絵大回廊

利用者企画レク

イチゴ狩りにやってきました!! やった～♪



田さ恋いはら

お昼ごはんはカフェ食堂でいただきました。カレーライスに
ラーメン、定食、スパゲッティにスイーツも色々ありました。



第8回

花粉症

けんこう情報室



花粉が飛び季節になると、くしゃみ、鼻水、鼻づまりが始まりつらい思いをする方は多いのではないのでしょうか。スギやヒノキなどの植物の花粉が原因で生じるアレルギー症状を「花粉症」といい、日本人のおよそ4人に1人が花粉症だと言われています。花粉症かもしれないとなった場合、どのように対処したらいいのでしょうか？

花粉症の対策として大切なのは、花粉との接触をできるだけ避け、予防することです。次の①～⑦に気をつけるようにしましょう。

- ① 花粉飛散情報に注意する。
- ② 花粉が多く飛んでいる季節は、外出時にメガネとマスク、帽子を着用する。
- ③ 上着は表面がつるつるした素材のものを選ぶ。帰宅したら玄関で花粉をよくはらい、洗顔うがいをし、鼻をかむ。
- ④ 花粉が多く飛んでいる日は窓を開けない。掃除はこまめに行う。
- ⑤ 花粉が多い日は布団を外に干さない。
- ⑥
- ⑦

ドラッグストアなどで売られている市販薬で対処する方も多いと思います。市販薬は即効性が高く、症状を緩和するのに有効ですが、効果が持続しにくいと言われています。一方、医療機関で処方される処方薬は即効性は劣るものの、症状が出る前に服用することで症状を予防でき、効果が持続しやすいと言われています。

また、検査を行い、原因を突き止めてから治療を行うことで、自分に合った治療法を選べるというメリットもありますので、花粉症かな？と思っただけでずは耳鼻科を受診し、自分の症状に合った適切な治療を受け、予防対策も同時に行うようにしましょう。

(株)ユニバース様より寄贈がありました



3月8日に、(株)ユニバース様より寄贈があり、非常用防災リュック(25個)を頂きました。こちらのリュックの中には、エア枕、給水パック、携帯用トイレ、食器など非常時に役立つ3点セットが入っております。

いざと言う時のための、大変心強い備えになっております。

避難時に一人一人にリュックがある事は安心につながります。あらためて、(株)ユニバース様に感謝申し上げます。



★新入職員に聞いてみた★

今年は大石の里に2名の新入職員が仲間入りしました。そんなお二人に質問してみました！

①趣味は？ ②特技は？ ③好きな食べ物
は？ ④抱負をお願いします！



大事に過ごしたいと思えます。よろしくお願ひします。

①ドライブ、お花
②ちよつとしたDIY
③お寿司
④美味しい給食を提供できるようにがんばり、1日を



④皆さんに色々迷惑を掛けたりすることもありますと思いますが、頑張ります！

①ドライブ、ブ、you
②鑑賞、ねぶた
③タケノコ、アイス
④皆さんに色々迷惑を掛けたりすることもありますと思いますが、頑張ります！

＜編集後記＞

桜の季節もあつという間に過ぎ、心地よい風が吹いてきました。山間では山菜を採る方が増えてきたようです。また、クマの目撃情報も増えてきたので、くれぐれも危ない場所には近づかないようにしてください。

大石の里では毎朝、SGグループの理念を唱和し、業務に取り組んでいます。

＜SGグループ理念＞

私たちエスジーグループは、ホスピタル精神（おもてなし）をもち、医療・福祉・保健を通じて地域社会の人々の幸せに貢献します。患者・利用者・ご家族に喜ばれ感謝される素晴らしいホスピタル環境づくりとホスピタリティある仕事を徹底しておこないます。

《ご意見・ご感想・お問い合わせ》
多機能型事業所「大石の里」
住所：青森県弘前市大字百沢字東岩木山3138-2
電話：0172-93-2110
FAX：0172-93-2220
アドレス：oosi-jusan@sg-miyagikai.or.jp
機関紙名：大石だより 第40号
発行人：社会福祉法人みやぎ会 大石の里
編集員：広報委員会

