



施設に来られる方へのお願い

青森県内の新型コロナウイルス新規感染者は確認されておりませんが、新たな変異株が出現しており、未だ予断を許さない状況にあることと、インフルエンザ流行時期に入る事から、入所者様とのオンライン面会や着替えの交換などで施設にお越しになる際は、マスク着用と手指消毒の徹底をお願いします。

また発熱や体調不良がみられる場合は施設内へのご入来をお控えくださるようお願いいたします。

なお、オンライン面会は予約が必要となりますので、希望される方は事前にご連絡ください。

オンライン面会の予約連絡先
介護老人保健施設のへじ
電話 **0175-65-2333**
総合福祉センターのへじ
電話 **0175-65-2225**

CONTENTS 今月の 主な内容

老健のへじ入所コーナー	P.2
老健のへじ通所コーナー	P.3
ショートステイのへじ	P.4
デイサービスはまなす	
グループホームのへじ	P.5
生活支援ハウスのへじ	
のへじ栄養管理室	P.6
新人紹介	



福祉の里 施設連絡先

■介護老人保健施設 のへじ **TEL 0175-65-2333**

■総合福祉センター のへじ **TEL 0175-65-2225**

老健のへじデイケア専用回線

TEL 0175-65-2055

検索は「福祉の里 のへじ」で!

www.fukushinosato.com
www.福祉の里.jp



老健のへじ 入所コーナー

- 12・1月の行事
- 12月16日 山の街 おやつ作り (いちごのマリトッツォ)
 - 12月19日 年末感謝祭 (入所忘年会)
 - 12月22日 虹の街 おやつ作り (いちごのマリトッツォ)
 - 1月12日 誕生会

海・山・花 虹の街

外出してきました。



11月14日、天候などの影響で日程が先延ばしとなりましたが、清水目ダムへドライブに出かけました。行ってみるとすでに葉っぱは全部落ちており、残念ながら紅葉は終わっていました。でも、自然の空気をたくさん吸って気分転換ができ、楽しいひと時を過ごされました。来年は素敵な紅葉が見れる事を期待します。

入所ミニ運動会



新型コロナウイルス感染症対策のため、各ユニットでミニ運動会を行いました。利用者様には赤組・白組に分かれ、ハチマキを巻き気合い十分で参加していただきました。玉入れとストラックアウトで競い、白熱した戦いでした。玉入れでは最後に玉の数を数え、勝敗が決まると歓声が上がりました。皆様とても良い笑顔で、日頃のストレスもいっせいで発散できたのではないかと思います。

12月の誕生者

貝塚 浩二様 作間 ヌキ様

♥お誕生日 おめでとうございます。♥

老健のへじ 通所コーナー

12
・
1月の行事

12月21日 おやつ作り
(クリスマスケーキ)
12月24日 クリスマス会
1月3、4日 初詣
1月12日 お誕生会
1月14日 おやつ作り
(マリトッツォ)

デイケア文化祭



11月3日、デイケア文化祭。

今まで作成した個人作品や合同作品の展示と、今年の施設内行事の写真をスライドで流し思い出を振り返りました。外出行事がほとんどなかったこの1年ですが、その分皆様の作品の完成度は素晴らしいものがありました。

来年は寅年



ひと足早くカレンダー作りをしています。

来年2022年は寅年。デイケアで大人気のパウダーアートだけに多くの方が参加して下さい、親子の寅を描いたかわいい作品が次々と完成しました。

12月の誕生者

♥お誕生日おめでとうございます。♥

川村 昭一様
西濱 幸子様

下斗米 幸子様
原 すみ子様

滝澤 イシ様
福岡 勝男様

千葉 栄子様
藤田 さつ子様

ショートステイのへじ

12
・
1
月の
行事

- 12月21日 クリスマス会
- 12月25日 お誕生会
- 1月7日 新年会
- 1月12日 おやつ作り(抹茶ティラミス)

いきいき体操

ショートホールにて、いきいき体操を行っています。いきいき体操とは、昔懐かしい曲から今流行りの曲(全6曲)に合わせてやるゆっくりとした、体操です。同じ動作の繰り返しですが、「曲がゆっくりでいいね!」「分かりやすい」と喜ばれています。ゆっくりですが、6曲も行うので、体もポカポカするようで、「暖かくなったよ」などの声も聞かれています。



ミニ縁日

皆様お楽しみミニ縁日を開催!箱の中に沢山のお菓子を入れ、おもいっきり手づかみで掴んでもらう“お菓子つかみ”と、職員手作りの“千本引き”。好きな紐を一本選び引っ張ります。景品の中には日用品やまさかの孫の手まであり、孫の手を引いた方は「これいいね!背中痒い時困ってた」と笑って喜ばれていました。輪投げは3種類のジュースを立て、好きな物をめがけて、輪を投げます。狙い通りゲットされた方、そうでない方も、とても楽しまれていました。



デイサービスはまなす

12
・
1
月の
行事

- 12月18日 おやつ作り「パンケーキタワー」
- 12月22日 誕生日会
- 12月24日 クリスマス会
- 12月25日~30日 フラワーアレンジメント
- 1月3日・4日 初詣
- 1月13日 新年会

紅葉ドライブ

柴崎牧場へ紅葉ドライブに出かけました。赤いカエデや黄色いイチョウが、上からヒラヒラ舞い、落葉で道も色づいていました。山菜やきのこがないか足元の確認も忘れずに、散策を楽しみました。



撮影のたり、マスクを外しています



全体作品「ポインセチアのツリー」

9月から10月にかけてデイサービス全体で作ったポインセチアのツリーが完成しました。

花の部分は黄色い紙玉で表現し、花びらのように見える苞(ほう)を彩り豊かにすることで、グラデーションが綺麗なツリーに仕上がりました。壁が華やかになったと好評でした。



12月の誕生者

♥お誕生日おめでとうございます。♥

蛸名政雄様
杉山有希子様
吹越一弘様

上林せつ様
鳴海はな様

工藤則子様
鳴海良子様

四戸すみ彖様
野坂英様

グループホームのへじ

12
1月の行事

12月25日 クリスマス会
1月4日 書初め大会
1月13日 新年会

紅葉見物



10月26日、天候にも恵まれ、愛宕公園へ紅葉見物に行ってきました。愛宕公園の紅葉は鮮やかな赤や黄色に色づき、公園内を散歩しながら「いや～凄いな！キレイだ！！」と大喜び。見事な紅葉を前に、自然の空気や鳥のさえずりに耳をすませながら季節の移り変わりを体感されていました。

昼食作り



11月16日、皆様からリクエストのあった郷土料理を作りました。寄せ豆腐や煮和えっこ、菊のくるみ和えの他にも、大好きなフライの盛り合わせなども作り凄いボリュームです。「わあ～すごい！盆と正月が一緒に来たみたいだ！」「なつかしいなあ～。」と、会話もはずみ、心もお腹もいっぱい！大満足の昼食となりました。

生活支援ハウスのへじ

12
1月の行事

12月16日 おやつ作り
(クリスマスツリーケーキ)
12月20日
クリスマス&忘年会
1月10日 初釜

お茶会

11月3日の文化の日になんでお茶会を楽しみました。若い頃お茶をたしなまれた方に「その点て方であるよ」、「このお茶おいしい、どこのお茶？」などと会話をしながら、にぎやかにいただきました。ちなみにお抹茶は京都宇治産です。日本文化に少しふれたひとときでした。



余暇を楽しむ

コロナ禍の昨今、外出も思うようにできませんが支援ハウスではDVD鑑賞会や作品づくりを楽しんでいます。DVD鑑賞会では昭和の良き時代の映画を楽しみました。また作品づくりは紙テープを利用した、一面のコスモス畑を皆様で作りました。これから、お正月用の作品を作る予定です。





寿司バイキング

11月4日と5日、毎年恒例の寿司バイキングを行いました。今回のネタは「マグロ、中トロ、サーモン、かんぱち、イカ、甘エビ、蒸しエビ、イクラ、ウニ、穴子、玉子、茄子、かんぴょう巻き、梅胡瓜巻き、稲荷寿司、カリフォルニアロール」の16種類でした。生ものが食べられない方も食べられるように種類豊富にバイキングを行いました。人気はやっぱり「ウニ」です。毎年人気で皆さんたくさんお代わりされていました。何気なく食べているウニやイクラの軍艦に巻かれている「海苔」にはビタミン、鉄分、食物繊維などたくさんの栄養が含まれています。海苔の約1/3は食物繊維でできています。便秘や糖尿病、大腸がんなどの予防にも効果的なので是非、食事の際は「海苔」に着目して召し上がってみてください♪



行事食のお知らせ

12月25日クリスマス行事食で「エビピラフ、コーンスープ、チキンとオムレツ盛り合わせ、ポテトサラダ、豆乳パンナコッタ」を提供します。お楽しみに♪



新人紹介

- ①氏名②所属③出身地
- ④この仕事を選んだ理由
- ⑤趣味・得意なこと
- ⑥メッセージまたは抱負

はけた すぐる
①八桁 優

②老健のへじ 入所看護室

③平内町

④お年寄りとの触れ合いが

好きだから

⑤読書

⑥早く慣れるよう、がんばります。



今年もこの季節になりました
～夜の老健のへじエントランスホール～



■発行人／社会福祉法人 福祉の里
〒039-3129 野辺地町餅栗川原4

TEL 0175-65-2333 FAX 0175-65-1808