



## 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 |
| デイサービスはまなす                |     |
| ショートステイのへじ                | P.4 |
| 生活支援ハウスのへじ                | P.5 |
| のへじ栄養管理室                  |     |
| 施設見学 ～野辺地町民生委員<br>・児童委員様～ | P.6 |
| オレンジメモリーカフェはまなす           |     |

 社会福祉法人  
**福祉の里** 

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



## デイケア大運動会！

毎年恒例の“デイケア大運動会”。今年は余暇時間に作成してきた国旗を飾り、新たな雰囲気の中で開催されました。日頃のリハビリの成果を100%発揮し、例年になく大接戦。1種目を残して同点！最後に優勝を飾ったのは黄組でした。

はちまきをつけた真剣な表情や、充実感あふれた笑顔が印象的でした。来年も頑張るぞ！！



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](http://www.fukushinosato.com)

[www.福祉の里.jp](http://www.福祉の里.jp)





# 老健のへじ 入所コーナー

11・12月の行事

12月 8日 お誕生会

12月14日 おやつ作り  
(コーヒーゼリー)

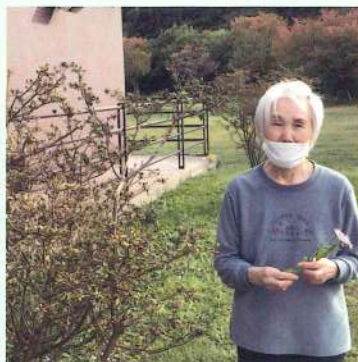
海・山・花  
虹の街

みんなで体操！



季節の変わり目で寒暖差が激しくなってきました。風邪予防や、毎日の健康の為に体を動かしましょう！ 入所では毎日利用者様と一緒に体操を行っています。椅子に座ったまま出来るような体操で皆様楽しく行っています。

外出行事



10月中旬紅葉見物の予定でしたが連日の残暑のため、葉の色が赤くならずほとんどが緑のままでした…。  
11月の上旬にも紅葉見物の予定があるのでその時はきれいな紅葉が見れるといいですね。



11月の誕生者

♥お誕生日おめでとうございます。♥

横 濱 ア イ 様



# 老健のへじ 通所コーナー

11・12月の行事

11月 18日～23日 作品作り  
(折りたたみミラー)  
12月 6日 お誕生会  
12月 10日 師走カラオケ大会  
12月 13日～19日 年賀状作成

## 北前船PRパネル展



北前船が寄港していた野辺地町・鯉ヶ沢町・深浦町の日本遺産や歴史に関するパネル展が公民館で開催され、見学に行ってきました。北前船によって伝わった食文化の展示を見て、「煮和えっこ作ったな〜、茶がゆは作ったことないけど、おばあさんが作ったな〜」など思い出話に花が咲いていました。

## 折り紙クラブの作品が完成！ (11/2、3に開催された野辺地町文化祭へ作品出展しました)



6月からコツコツと折り紙を折り上げ、龍とジブリの名作トトロとまっくろくろすけが完成。2cm程のパーツを約2500個手分けし、「もう少しだ、頑張ろう！」と声を掛け合い作りました。組み立てる作業も大変で、組み立てては取り外しを繰り返し作り上げ「大変だったけど、いい作品ができて良かったね」と喜ばれていました。

### 11月の誕生者

上野 ユウ子 様  
工藤 初男 様  
白浜 兼美 様  
松尾 次 様

蛸澤 精子 様  
工藤 弘子 様  
附田 茂雄 様  
村中 京子 様

大野 勉 様  
藏川 栄子 様  
傳法 優一 様

木村 かつよ 様  
笹野 俊幸 様  
西館 ユキ 様

♥お誕生日おめでとうございます。♥

# デイサービスはまなす

11・12月の行事

11月 18日 おやつ作り  
(かぼちゃ白玉)  
11月 21日 マックスバリュ買い物

## 運動会



10月9日(水)に、はまなす運動会を行いました。毎年恒例の緊張の選手入場、選手宣誓、白熱した玉入れ、パン食い競争などいつも以上の力を発揮し、皆で協力し怪我なく楽しい運動会となりました。この日の為に交換利用や追加利用で参加して下さい方も多く「普段会えない旧友と再会出来た〜」と喜びの声も聞かれていました。

### 11月の誕生者

小又 恵子 様

澤田 ツル 様

角鹿 ユリ 様

端村 アイ 様

♥お誕生日おめでとうございます。♥



# ショートステイのへじ

11・12月の行事

11月 1日～30日 作品作り  
(マスクケース)  
11月 22日 おやつ作りと誕生会  
(ロールケーキ)

## 町外ドライブ (湧水亭)



10月の外出は横浜町の湧水亭♪。お天気にも恵まれ道中の景色にも癒されながら目的地に到着。湧水亭名物の卵の花ドーナツを頂き「美味しい!美味しい!」と喜ばれていました。帰りの車内は「楽しかったわね、また行きたいわ」「良かったね」とにぎやかで笑顔があふれていました。

## 大運動会



スポーツの秋ということでショートステイ大運動会を開催!! 赤組と白組に分かれ、選手宣誓から始まり、皆さんやる気にあふれています。ラジオ体操で準備運動をしたらいよいよ競技の開始です。

玉入れでは白組が一步リードしていましたが、おたまりレー、菓子食い競争、仮装競争でどんどん追い上げ赤組が見事優勝しました。「面白かったね!」「またやりたいね!」と楽しめました。



# 生活支援ハウスのへじ

11・12月の行事

11月 19日 昼食作り

## 運動会



ラジオ体操で準備運動をした後、いつもお元気な入居者様の『選手宣誓』から運動会が始まりました。紅白玉入れ・懐に集めた玉を次から次へとカゴへ投げ、白も赤も見る見るうちに一杯になり数えるのが大変でした。最後は白組の勝利！！ 個人戦のパン食い競争も、皆さん、あっという間に食わえてゴール！ 怪我もなく、楽しい運動会が終了しました。

## 作品作り (グリーンオアシス)



初めてのグリーンオアシス作りです。男性陣も挑戦。緑の土台に細かいお花を糊付け、それぞれのセンスが表現されたのではないのでしょうか。色とりどりの可愛い花園が出来上がりました。

# のへじ栄養管理室

## 秋の味覚御膳

秋といえば食欲の秋！というほど、食べ物がおいしい季節です。10月15日の十三夜にあわせ、秋の味覚をふんだんに使用した昼食を提供しました。

メニューは「栗ごはん、味噌汁(なめこ・ねぎ)、秋刀魚の塩焼き(付け合わせ／大根おろし)、かぼちゃ煮、梨」でした。感想はというと…まず秋刀魚は「初物だ！」「骨がなくて食べやすい」と喜ばれ、「栗ご飯もきのこ汁も美味しい！」「梨もめずらしい！」との声をいただきました。嗜好調査でリクエストいただいたかぼちゃ煮も、「大きいかぼちゃで食べ応えがあったよ」と満足していただけた様子でした。

秋刀魚の付け合わせには、大根おろしが定番ですが、セットで食べると身体に嬉しいメリットがあります。大根おろしには殺菌効果、脂質を分解して消化を促進する効果があり、魚の焦げに含まれる発ガン物質も体外へ排出する働きもあります。また、独特の辛味が魚の臭み消しをしてくれる効果も期待できます。素朴ですが、1つ1つ旬を楽しめた秋の味覚御膳でした♪





## 「施設見学」～野辺地町民生委員・児童委員様～

10月8日、野辺地町の民生委員・児童委員の皆様が、老健のへじ・総合福祉センターのへじの施設見学にいらっしゃいました。施設内を見学しながら、相談員から事業所の特徴や介護保険での位置づけ等の説明を受けると、積極的に質問があり意識の高さを感じました。今年度、老健のへじに導入された座ったまま入浴で、マイクロバブルで温まり湯冷めしにくい特別浴槽の実演では、浴室に立ち込める湯気に「いい湯だったわ～」と茶目っ気たっぷりの感想が聞かれたり、生活支援ハウスのへじは今年度で野辺地町の委託事業が終了するという説明に、「あら、もったいない・・・」と落胆の声が聞かれました。野辺地町の民生委員・児童委員は、子育てに関すること、高齢者の悩み、介護に関すること、障害に関することなど、福祉に関するあらゆる相談に応じていらっしゃいます。介護保険施設、事業所を知っていただくことで、委員の皆様の活動の一助になれたのであれば幸いです。施設見学を希望される方はお気軽にご連絡ください。

(近隣地域の感染症の状況により制限がある場合があります。ご了承ください)



## 野辺地町委託事業 認知症カフェ 「令和6年度オレンジメモリーカフェはまなす」

感染症対策のため人数を制限しながら「オレンジメモリーカフェはまなす」を再開しております。参加を希望される方は事前予約が必要です。今年度は出張開催となります。開催場所にご注意下さい。



### ※お申込み、お問合せ先

電話 0175-65-2333  
受付 8:30 ~ 17:30  
担当 岩田  
参加料 無 料

マスク着用で  
おねがいます。



令和6年  
12月20日(金)  
13:30~15:00

場 所  
馬門公民館

- ・ミニ講話  
「野辺地町の福祉サービス」
- ・クリスマス会
- ・相談コーナー

■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