



グランドホーム団欒 入居者募集!!

令和7年7月1日

総合福祉センターのへじ2階に住宅型有料老人ホームが新規OPENします！

住み慣れた町・住み慣れた故郷の「グランドホーム団欒」でこれからの人生を過ごしてみませんか？

◆入居条件

・60歳以上で介護認定があり、概ね自立されている方

CONTENTS 今月の 主な内容

老健のへじ入所コーナー	P.2
オレンジメモリーカフェはまなす	
老健のへじ通所コーナー	P.3
デイサービスはまなす	P.4
ショートステイのへじ	P.5
のへじ栄養管理室	
福祉の里 歯科衛生コーナー	P.6
福祉の里 リハビリ室	
我が家の家族で癒されませんか	

2025年に温泉付きシニアホームが
(開業 長寿温泉2号棟)
総合福祉センターのへじ2階に
新規オープン！
高齢者の方々とのこれからの時代のかかわり方を考え
新しい仲間たちと働きませんか？

食堂
ゆったり温泉
フリースペース
広い居室
エレベーター完備

問い合わせ先：グランドホーム団欒 佐藤・濱田
TEL：0175-65-2226



福祉の里 施設連絡先

■介護老人保健施設 のへじ
■総合福祉センター のへじ

TEL 0175-65-2333
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

6・7月の行事

7月 7日 縁日祭り

7月 13日 お誕生日会

海・山・花
虹の街

花見

母の日



正面駐車場の桜が見頃を迎え、今年もお花見をしました！
「綺麗だな～」と頭に桜を付けたりして童心に帰り楽しみました。来年も一緒に見ましょうね！

6月の誕生者

♥お誕生日おめでとうございます。♥

荒屋 幸子様

伊藤 博幸様

沼山 昭一様



5月11日は母の日。
職員が作った花を利用者様へプレゼントしました。
「綺麗だな～ありがとうね」と喜んで頂けたようで、いい笑顔で記念撮影することができました。

野辺地町委託事業 認知症カフェ 「令和7年度オレンジメモリーカフェはまなす」

「住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続ける」ために、認知症のこと、健康のこと、介護のこと、一緒に考え、お話しませんか。介護の専門職に相談もできます。



※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
おねがいします。



令和7年
7月18日(金)
13:30~15:00

場 所
馬門公民館

- ・ミニ講話
「安全・安心に暮らすために」
- ・アレンジフラワー
- ・相談コーナー

老健のへじ 通所コーナー

6・7月の行事

6月16日 お誕生会
6月18日 おやつ作り
(プリンアラモード)
6月19日 ナミキドライブ
6月23日～28日
個人作品作り(シル貼り絵)
7月 9日～15日
個人作品作り(マジックワウ-)

お花見ドライブ



待ちに待った桜の季節。春はまだか・・・と雪と寒さに耐えた冬が過ぎ、青森にも桜の開花が聞こえ始めたのが4月中旬。その後、次々と県内の桜が開花しました。デイケアでは満開のソメイヨシノがアーチを作る平内町の夜越山にドライブに出かけてきました。しかし、低温・雨・雷と天気には恵まれず・・・それでも、キレイに咲き揃う桜は最高でした。



母の日「縁日まつり」開催



5月11日は母の日。デイケアの利用者様に「いつもありがとう」の気持ちを込めて縁日まつりを開催しました。今回のゲームは輪投げとスカットボールです。「やってみると難しい」「なかなか入らないもんだな」と苦戦しながらも、景品をかけてチャレンジしていました。そして、おやつには【やきそば】を提供。久々の縁日まつりは大盛況でした。

6月の誕生者

♥お誕生日おめでとうございます。♥

柴崎 栄悦 様
中村 タイ子 様

滝沢 修 様
松舘 薫 様

千葉 あやめ 様
松山 三男 様

遠嶋 久美子 様
宮川 敬二 様

通所リハビリテーション・デイサービスセンターはまなすからのお願い

日頃より福祉の里サービスをご利用いただき、誠にありがとうございます。通所リハビリテーション・デイサービスセンターはまなすでは「マスクの着用」「手洗い等の手指衛生」「換気」等の基本的な感染対策を継続しており、日頃からお願いをしております利用者様の朝の検温・体調管理など、引き続きご協力をお願い申し上げます。

また、利用者様、ご家族様におかれましても、発熱や咳などの症状がある場合には、従来通り事業所へお知らせいただきますよう、引き続きご協力をお願い申し上げます。

今後も利用者様、ご家族様の安心を守るため、皆様の感染予防対策へのご協力をお願いいたします。



デイサービスはまなす

6・7月の行事

6月27日 薬王堂買い物
7月 9日 おやつ作り
(フルーツ白玉アイス)
7月10日 ナミギジェラート外出
7月14日 マックスバリュ買い物

お花見



4月の中旬、楽しみにしていた桜見物。平内町夜越山森林公園と野辺地町愛宕公園に行ってきました。日程を変更するも天候に恵まれず、肌寒い花見となりましたが「外出は良いものだ」と喜んで下さいました。5月には七戸町天王寺神社のつつじ見物にも行ってきましたよ。

園芸



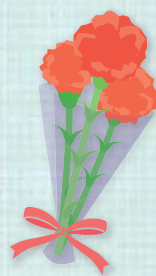
今年も野菜や花の苗を植えました。園芸が好きな方々が多く、皆様の手際の良さには脱帽です！ これからの成長が楽しみです。

紫陽花と藤の花



4月、5月でお花紙で作る紫陽花の壁画『紫陽花と大湊線』を作りました。お花紙をねじる係、糊で貼り花弁を作る係、台紙に花弁を貼り紫陽花の花を作る係・・・と出る作業を分担し作成しました。手先を使う細かな作業に熱中！ 残った花弁で藤の花も作りました。達成感で眼が輝いていますね。

母の日を祝う会



5月11日の母の日にクイズや歌体操などを行い、楽しく過ごしました。最後に感謝の気持ちを込めた『職員手作り母の日カード』をプレゼントさせて頂きました。いつもありがとうございます。

6月の誕生者

岡山 まめ子様
横濱 ナヨ様

加茂 英子様
横濱 ヒヨ様

添ノ沢 志美子様 野澤 京子様

♥お誕生日おめでとうございます。♥

ショートステイのへじ

6・7月の行事

- 6月20日 おやつ作りと誕生会
- 6月26日 町外ドライブ(NAMIKI)
- 7月3日 町外ドライブ(NAMIKI)
- 7月7日 七夕短冊飾り

おやつ作り



桜餅(長命寺)を作りました。白玉粉と薄力粉で薄い生地を焼き、あんこを乗せて生地を折るように包みます。あんこは桜あんでふんわり桜の香りがします。みんなで順番に生地を混ぜ、1人ずつホットプレートで焼き上げました。最後はあんこを包んで完成です。ホールに甘い香りが漂う中、「美味しい」「これいいね」と喜ばれていました。

母の日



今年も色とりどりの手作りカーネーションをプレゼントしました。「ありがとう」「かわいいね」と喜んで頂けました。その後にカラオケやミニゲームで楽しみました。これからも健康に気を付けて元気で長生きして下さいね。



のへじ栄養管理室

母の日行事食

5月11日は母の日行事食で「筍ご飯、すまし汁、天ぷら盛り合わせ、ブロッコリーの青じそ和え、いちご」を提供しました。春が旬のいちごは、ビタミンCが豊富に含まれており、風邪予防や美肌効果があります。ビタミンCは水に溶けやすい栄養素です。いちごを洗う時にヘタをとってから洗うと、そこからビタミンCが水に溶けて流出してしまいますので、ヘタがついたまま洗いましょう。



福祉の里 歯科衛生コーナー

ご挨拶

昨年5月より福祉の里老人保健施設みのり苑に歯科衛生士として勤務しております。歯科衛生士は口腔ケアを通じて「食べる力」や「話す力」を支え誤嚥や体調不良のリスクを減らし、安心して日々をお過ごしいただき健やかな暮らしを続けていただくための、お力添えをすることを目指しております。

ご利用者様お一人おひとりのお口の状態に丁寧に寄り添いながら安心安全なケア提供に努めて参ります。また、広報誌では時々のお便りとして口腔の健康に関する情報をお届けしてまいりますので、ご一読いただけましたら幸いに存じます。

みのり苑 歯科衛生士 伊勢一美・氣田恵美子



福祉の里 リハビリ室

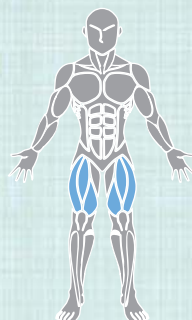
リハビリ機器のご紹介

当施設のリハビリ機器のひとつ「水平レッグプレス」についてご紹介します。「水平レッグプレス」とは座った姿勢のまま足を使って板を押す運動を行う機械です。負荷量を調整できるため、ご自身の体力や筋力に合わせて無理なく取り組むことができます。この運動は大腿四頭筋（太ももの前面）、ハムストリングス（太ももの後面）、大殿筋（お尻）の筋力を安全に効果的に鍛えられます。筋力がつくことで、立ち上がりや歩行動作が安定し、転倒予防につながります。

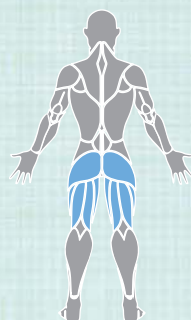


水平レッグプレス

鍛えられる筋肉



・大腿四頭筋
(太ももの前面)



・大殿筋 (お尻)
・ハムストリングス
(太ももの後面)

～我が家の家族で癒されませんか～



老健のへじ入所介護室 K.Tさんの家族です。

【名前】・ハナ(7歳) ※鼻が茶 ・アル(2歳) ※鼻が黒
【種類】ミニチュアダックスフンド

【自己紹介】

ダックスは、元は狩猟犬だったそうで、とても敏感でちょっとした物音で大きく吠えます。でもなつくととても表情が愛らしく甘えたり人懐っこく、とても癒されます。

■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