

# 峰のひかり

発行人

社会福祉法人七峰会

理事長 大平 和夫

〒036-8356  
青森県弘前市大字下白銀町21番地8  
電話 (0172) 33-8861  
FAX (0172) 33-8862



## 変化する時代における進化

理事長 大平 和夫

昨今、世界中のあらゆるモノが進化し続けています。従って停滞する事は、遅れる事に繋がるため、前進する努力を怠ってはなりません。

さて、新型コロナウイルスが世界中で猛威を振るって一年以上となります。外国ではワクチン接種もすすんでいます。更に感染力の強い変異株が広がり、日本でも最近相当数が発見されてきました。これは、新型コロナウイルスにとって生き残りの為の進化であると考えます。先日とある報道番組で、小泉環境大臣の話聞く機会がありました。地球温暖化による気候変動、自然変動にて自然災害の

大規模化や回数増が予測されるこのことです。更には、2050年までに温室効果ガスの排出を全体としてゼロにする世界的総意の「カーボンニュートラル構想」も話題となりました。尚、日本で、この構想を実現するためには、2030年までに現在18%の再生可能エネルギーによる発電量比率を40%まで上昇させねばならないとのことでありました。その為にもカーボンプライシング（炭素税）や脱プラスチック法案等のルールづくりや実行、更にはエネルギー源としての水素の活用等が急務であり、世界の中での日本による生き残りをかけたエネルギー

対策「新産業革命」突入への幕開けとも感じられました。

さて、この変化する時代において私たち社会福祉法人七峰会は、十年一日のごときマンネリズムに陥っていないでしょうか。今、我々が為すべきことは、現在のサービス継続に加え、組織や職員の考え方が、コロナ後に良い意味で福祉サービスの改善と進化につながるよう情報収集や研究などの準備をすべき時ではないかと考えるこの頃です。



**祝**  
**100歳**  
**顕彰状贈呈式**

障害者支援施設拓光園

主任生活支援員 田村千賀子

障害者支援施設拓光園では、令和3年2月20日に100歳の誕生日を迎えられた五十嵐儀三郎様の100歳を祝う会及び、顕彰状の贈呈式を行いました。

五十嵐様は、大正10年2月弘前市駒越にて7人きょうだいの5番目として生まれ、船沢小学校卒業後、家事手伝いを経て、昭和49年に拓光園へ入所しました。

入所当初は、家畜飼育係として豚やアヒル・七面鳥の世話を一生懸命行い、日々汗を流しながら活動をし



て過ごしておられました。現在は、温厚で優しい人柄を活かして趣味のハーモニカを吹いて周囲の人々を和ませていきます。

100歳を祝う会には、弘前市の櫻田市長が訪れ、親戚や施設職員が見守る中、五十嵐様へ顕彰状や記念品の金杯を贈呈しました。また、拓光園からは花束や誕生日ケーキがブレゼントされ終始笑顔が見られました。長生きの秘訣について、「甘いものをたくさん食べること」と話していました。

現在、拓光園では65歳以上の高齢者の方が3割ほど入所されています。私たち職員は、高齢になっても生き生きと安心して暮らせるようこれからも支援していきたいと思えます。

**初の試み『シームレスケア』**

山郷館デイサービスセンター弘前

生活支援員 本間 彩香

暖かい日差しが心地よい季節となり、山郷館児童デイサービスセンターで、山郷館児童デイサービスセンターが一名学校卒業を迎えました。見から者となり、今までと状況が変わる中、通い慣れたど・れ・れ・みと隣接したなじみの環境で、新生活を始めるお手伝いができます。利用者さんの不安を少しでも取り除き安心してご利用頂けるよう、切れ目のない支援をしていきます。



**退園激励会**

青葉もみじグループ「もみじ学園」

児童指導員 星 晃喜

令和3年3月26日、もみじ学園で『退園激励会』を開催しました。今年度は黒石養護学校を卒業する方が1人と少ない状況でしたが、職員・利用者さん共に新たな生活へ向けて頑張ってもらえるよう盛大なお祝いをしました。総合施設長や在園利用者さんからの言葉では、学園で過ごした日々を思い出しながら新生活を頑張るって欲しい、といった応援の言葉と共に、「寂しい」「もつと一緒に遊びたかった」と哀愁ある言葉も聞かれました。

余興では学園で過ごしてきた思い出として、写真スライドショーのDVDを視聴。職員・利用者さん共に様々な思いを抱きながら楽しんでいった様子でした。

別れと出会の季節、大人の仲間入りをする若人が新たな出会いと共に、成長していきけるよう願っています。





# シリーズ「かだる」

## 「2年目の抱負」

特別養護老人ホームサンアップルホーム

介護職員 花田 忍



勤め始めた頃の私は、介護経験もなく、不安で心がいっぱいでした。しかし、先輩職員や利用者さんが優しく迎え入れてくれたことで、不安が徐々になくなってきました。一年間を通して、あることを大切にして働こうと心掛けてきました。それは、「一日一日を大切にする」という事です。体調が急変される方もいます。利用者さんにとって、一日はとても貴重な時間だと介護を通して実感しま

特別養護老人ホームサンアップルホーム

介護職員 山本さくら



初めでの介護の仕事ということもあり、緊張や不安がありました。が、先輩に介助方法や接し方を教えてもらうことで、環境にも慣れていくことが出来ました。また、利用者さんとお話している時間がとても楽しく、癒されたり、勉強になったり、時には励みになることもありました。「ありがとう」と声を掛けられると、これからも頑張ろうという気持ちになります。今年度も利用者さんに笑顔になっただけのような介護を目標に頑張っていきます。

### 減塩メニュー紹介

障害者支援施設拓光園 管理栄養士 舘山 郁子

### 鶏肉のヨーグルト煮

#### 作り方

- 1 鶏肉をひと口大に切る。ボウルに入れて塩コショウ、ヨーグルトを混ぜて1時間くらい置く。
- 2 トマトを横半分切る。パプリカはひと口大に切る。
- 3 鍋にサラダ油、玉ねぎ、にんにく、しょうがを入れて炒める。唐辛子と①の肉をヨーグルトごと加え肉が白くなるまで炒める。
- 4 パプリカを加え、トマトを乗せてフタをして15分煮る。15分経ったらトマトの皮を取り除き4つ割りにしてさっと混ぜる。
- 5 器に盛りイタリアンパセリを飾る。

#### 材料(2人分)

- 鶏もも肉 ..... 160g
- 塩 ..... 2g
- こしょう ..... 少々
- プレーンヨーグルト... 1/2カップ
- ・パプリカ(赤、黄 各60g)
- ・トマト ..... 小1個(160g)
- ・にんにく生姜 (みじん切り 各小さじ1)
- ・赤唐辛子 ..... 1本
- ・サラダ油 ..... 小さじ2
- ・イタリアンパセリ ..... 適宜

1人当たり  
 ..... 302キロカロリー  
 たんぱく質 ..... 17.3g  
 塩分 ..... 1.0g



『ヨーグルト効果』  
 腸の健康のためには善玉菌を増やすことが大切です。手軽で整腸作用の高いヨーグルトは加熱してもその効果は変わりません。ヨーグルトの乳酸がたんぱく質を分解してうまみをアップしてくれるので、減塩でもおいしく仕上がります。また、肉をヨーグルトに漬け込むことで、肉の筋繊維が乳酸で溶かされ柔らかくなります。ヨーグルトでおいしく腸を元気にしましょう。

#### 利用者さんの紹介

### 森英二さんの自慢

私はリサイクルの会社に勤めて数十年になります。定年後も再雇用していただき、元気に働いていることが私の自慢です。コロナウイルスが落ち着いたら、貯めているお金で愛する妻と旅行に行きたいです。



## 桃の節句「雛祭り会」

児童発達支援センター花りんご

保育士 工藤 裕子

3月某日、「あかりをつけましょ、ぼんぼりに。お花をあげましょ、桃の花」のかわいらしい歌声を施設いっばいに響かせながら雛祭り会が行われました。職員が扮する顔出しお雛様が登場すると笑いが起こったり、ひなパラシユートを作り飛ばすと歓声が上がったりと、楽しい時間を過ごすことができました。ひなパラシユートを上手く飛ばし大喜びするお子さんの顔を見ると「楽しさが子どもを成長させてくれる」と改めて感じることでしました。雛祭り会を通して利用するおじさんが健やかに成長してくれることを心より願っています。



## パン工房エイブル

### 新商品の紹介

ただ今、春の期間限定商品2種が販売中です。

「さくらあんパン」は、ほんのりとした桜の香りの餡に、塩漬けの桜花がアクセントです。あんこの甘さと桜の塩漬けのしよっぱさが絶妙なおいしさを演出しています。

「うぐいすあんパン」は、さわやかな緑色のうぐいす餡と、うぐいすかのこがポイントです。ふんわりしっとりとした食感になるように焼き上げています。



ハグワーク（弘前市役所）等で販売していますので、見かけた際にはお買い求めください。



各施設グループの  
ホームページでも  
情報発信中！



### 編集後記

コロナ禍でも弘前公園の桜は、綺麗な花を咲かせています。コロナに負けず、未来に向かって。

編集委員一同

## 委託事業

- 青森県指定 津軽障害者就業・生活支援センター ☎4524
- 弘前市委託事業 弘前市障害者生活支援センター ☎21400
- 弘前市委託事業 弘前市北部地域包括支援センター ☎2100
- 弘前市委託事業 山郷館地域活動支援センターくれはん ☎9040
- 山郷館サポーセンターへんご ☎5018

## 障がい者支援

### 主に知的・精神

- 拓光園グループ
  - 拓光園共同生活援助事業所アバンセ ☎26331
  - 拓心館グループ
    - 障がい者総合支援センター拓心館 ☎4520
    - 津軽生活支援センター ☎4520
    - 就労サポートひまわり ☎5770
    - 自立訓練事業―通勤寮拓心館 ☎4520
    - 児童発達支援センターはまご ☎5760
    - エイブル ☎9060
- 青葉もみじグループ
  - 障害児支援施設青葉寮 ☎8826
  - 障害児入所施設もみじ学園 ☎8826
  - 障害児支援施設もみじ学園 ☎8828

### 主に身体・精神

- 山郷館黒石グループ
  - 山郷館黒石サレビスセンター ☎7300
  - 山郷館黒石サレビスセンター弘前 ☎7300
  - 山郷館訪問介護センター ☎7357
  - 山郷館黒石サレビスセンター ☎9040
- 山郷館黒石グループ
  - 障害者支援施設山郷館くろいし ☎3070
  - 山郷館総合支援センター黒石 ☎5018
  - 山郷館くろいし共同生活援助 ☎5344
  - 児童発達支援センター花りんご ☎9345
- 旭光園グループ
  - 障害者支援施設旭光園 ☎5155
- 拓光園グループ
  - 拓光園障害者サレビスセンター ☎2631
  - 拓光園障害者サレビスセンター ☎2631
  - 拓光園障害者サレビスセンター ☎2631
  - 山郷館総合支援センター ☎2631
  - 山郷館総合支援センター ☎2631
  - 山郷館総合支援センター ☎2631

## 高齢者介護

- サンアップルホームグループ
  - 特別養護老人ホームサンアップルホーム ☎2111
  - サンアップルホームケアサレビスセンター ☎2131
  - サンアップルヘルパーセンター ☎3758
  - 認知症グループホームアップル ☎2778
  - 認知症グループホームわかば ☎1176
  - デイサービスセンターわかば ☎1165
  - 看護支援センターサンアップル ☎5330
  - 住宅型有料老人ホーム「わかば」 ☎1888
- 山郷館サポーセンターへんご ☎5018
- 旭光園相談支援事業所 ☎5155
- 七峰会総合福祉 相談支援センターヒール ☎5740
- 山郷館住宅介護支援センター ☎0250
- サンアップル 居宅介護支援センター ☎2131

## 相談