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

児童発達支援センター花りんご

『パラリンピック聖火フェスティバル』

保育士 大谷 真紀

8月16日に『パラリンピック聖火フェスティバル』が開催されました。～あなたは、きっと、誰かの光だ～をコンセプトのもと、様々な障がいがありながらも、希望に満ち溢れ、互いに尊重し、支え合う子ども達にとって、最高の思い出が出来ました。黒石市髙樋市長のご挨拶を真剣に聞き、いつもとは違う雰囲気に子ども達も緊張気味でしたが、聖火のランタン登場には、子ども達からも、「すごーい!!」と歓声が上がりました。写真撮影での子ども達の笑顔は、マスク越しでもわかるくらい輝いていました。夏休み期間中だったこともあり就学児童も参加でき、絵日記を書く子どもも多く、今回の経験が良い思い出になればと思っています。この子達のためにも早くコロナが終結し、以前のように生活出来る事を願っています。

「長寿を祝って」

グループホームアップル
管理者　葛西　未絵

９月５日、グループホームアップルに入居されている花田キミエ様が１００歳を迎えられ、顕彰式を開催致しました。式典にはご家族様も同席され、花田様は少し緊張したような表情で、弘前市からの顕彰状・記念品を受け取っていらっしゃいました。花田様は、90代後半まで畑仕事をするほど、仕事一筋な方で、今もしっかりと自分の足で歩いています。長生きの秘訣を聞くと「わからない。あっという間に気付けば１００歳だった」と笑って話されていました。

また、９月20日、サンアップルホームグループの入所施設では、『敬老会』を開催致しました。今年１００歳以上を迎えられた方は４人となり、最高齢者は１０２歳です。コロナ禍で例年より縮小しての開催でしたが、職員による余興では、お祭りマンボの歌に合わせたダンスを披露し、利用者さんも一緒に手拍子したりと、楽しいひと時となりました。これからも利用者さんが元気で、楽しんで日々生活できるよう、支援して参ります。

「卒寿のお祝い」

障害者支援施設青葉寮
サービス管理責任者　岡崎　亮

青葉寮は令和４年に築40年を迎えようとしています。その40年間を一緒に過ごされた利用者様は25名程いらっしゃいますが、その中でも今年の敬老会で90歳を迎える方が１名いらっしゃいます。

若い頃は畑作業に精を出し、そのバイタリティが溢れ、今でも掃除しようとしたり、布団を片付けたりと元気いっぱいです。年齢を感じさせないところが他利用者様や職員の見本となっています。めざせ、白寿！

敬老会を行いました

障害者支援施設拓光園
生活支援員　藤田　怜

９月21日敬老会を開催しました。新型コロナウイルスの影響で小規模ではありましたが、開催出来ました。会場には今年度利用者様が作成したぬり絵や千羽鶴などの作品と顔写真を掲示し職員の目を惹きつけていました。喜寿（77歳）を迎える工藤繁広様、米寿（88歳）を迎える今キミエ様を代表者として表彰しました。今様は「ありがとうございます」と涙ぐみ挨拶して下さいました。その後は同会場で記念撮影後、角長より届いたお祝い弁当を皆で食べお開きとなりました。開園当時から拓光園を支えて下さっている方もおり懐かしい話に花を咲かせ、長寿のお祝いと共に施設の歴史を振り返る良い会となりました。

シリーズ「かだる」

デイサービスセンターくれよん
生活支援員 鈴木 隆之

令和２年４月、それまで勤務していた入所施設からの異動でくれよん勤務になりました。初めてのデイサービス業務です。送迎中、利用者さんから「ここは昔○○であった」「ここに○○があった」等の話を聞いて昔の街並みや建物、文化を想像して思いを巡らせていました。

自分の街はどうだったかな？ 今から50年以上前の幼い頃の記憶が少しずつ甦ってきます。

自分の記憶は昭和40年代の五所川原の街並みが一番古く４、５歳時の記憶です。当時の建物や商売をしている様子、瀬戸物屋、金物屋、映画館、デパート等当時の五所川原の賑わい、往来を闊歩している様子や街並みに思いを馳せています。

今では思いを巡らせるだけでなく休日を利用して街に出て自身の記憶を辿り確認しながら歩き回っています。秘密兵器の写真本を抱え、昭和初期の様子も想像しながら、ここ１年間のマイブームとなりました。

利用者さん紹介

障害者支援施設
山郷館くろいし 木浪 昇 様

私の楽しみは月一回の書道の活動です。山郷館くろいしに入所をしてから書道が得意な職員に勧められて始めました。四肢麻痺のため口に筆を咥え、職員に半紙を動かしてもらいながら書いてします。題材にする文字を探しながら新聞を読むのが毎日の日課となっています。年末に年賀状を書くことがこれからの楽しみです。

レシピ紹介

特別養護老人ホームサンアップルホーム
管理栄養士 堀米 芳子

蓮根はさみ焼き

〈材料〉1人分

- 蓮根 100g
- 鶏ひき肉 80g
- 青じそ 3枚
- 人参 10g
- 生姜 1／2片
- 片栗粉 適宜
- サラダ油（ゴマ油）
- A
  - 片栗粉 大さじ1／2
  - 塩 少々
  - こしょう 0.5g
- B
  - 砂糖 小さじ1／2
  - みりん・醤油 各小さじ1杯
  - 酒 小さじ1と1／2杯

エネルギー：90kcal 塩分：0.6g
たれをかけると1.3g

秋～冬が旬の蓮根は、栄養が豊富に含まれ、特にカリウムは高血圧予防・むくみ予防にも効果があります。

薬膳では、蓮根は乾燥しやすいこの時期に肺を潤し、しそは夏の疲れをとり、鶏肉は体力低下を防ぐと言われ、夏の疲れをとり、秋にむけて体を整える組み合わせです。

〈作り方〉

1. 蓮根は厚さ5～8㎜の輪切りにし水につけておく。
2. 青じそは粗みじん切り、人参、生姜はすりおろす。
3. ボウルに鶏ひき肉、②とAを入れて粘りが出るまでよく混ぜる。
4. 蓮根の水気をよく拭き取り、片面に片栗粉を薄くまぶす。
5. 片栗粉をまぶした面に③をのせ、もう一枚の蓮根ではさむ。
6. フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し⑤を焼き色が付くまで3～4分焼く。
7. 焼き色がついたら裏返し、少量の水を加え、蓋をして蒸し焼きにする。
8. 焼いている間にBの調味料を小鍋で温め、たれを作る。
9. 鶏肉に火がとおったら皿に盛りつけ、たれを添えて完成。お好みで七味唐辛子を添える。

嶽きみドライブ

山郷館弘前グループ

期間限定

「嶽きみプリン」の販売開始！

就労サポートひろさき
サービス管理責任者　岩渕　雅人

就労サポートひろさきでは、新鮮な国産濃厚豆乳を使用した「豆乳プリン」を作っています。嶽きみが収穫されるこの時期は、事業所で茹でて乾燥した後、パウダー状にした嶽きみをたっぷりと使用した「嶽きみ豆乳プリン」を販売しています。糖度18度以上ある「嶽きみ」の自然な甘さが引き立つ、今一番おすすめの濃厚プリンに仕上がっています。ヒロロ地下のフレッシュファームフォーレ、産直四季彩館、田さ恋むらで購入できるほか、弘前市役所内で月２回行われているハグワークでも販売しておりますので、気軽にお問い合わせください。また、電話での予約販売もお受けいたしておりますので、是非召しあがってみてください。

「SSTってなぁに？」

障害児入所施設もみじ学園
児童指導員　古川　智也

夏休み期間中、もみじ学園では児童を対象にソーシャルスキルトレーニングに取り組みました。「ソーシャルスキルトレーニング」とは、人が社会で生きていくうえで必要な、集団行動や対人関係を上手に営んでいくための技術を習得する訓練のことです。

1回の活動は、60～90分程度で「ゲーム方式」でトレーニングを行います。そのなかで仲間と仲良く、楽しく過ごす方法や問題解決の仕方などを学んでいきます。

今回の活動を通して今後、児童の皆様が卒業した際に少しでも将来の役に立つことを願っています。

編集後記

早いもので、「峰のひかり 135 号」は令和３年最後の号となります。

早いといえば今年の稲刈りも平年よりやや早く、富士山の初冠雪も例年より早かったそうです。

コロナ禍の中で、色々な情報をお伝え出来た事は皆さまの温かいご支援のお陰です。

１日も早いコロナウイルスの終息を願いつつ、令和４年新年号「峰のひかり 136 号」の発行と、これからも皆さまにご愛読される紙面作りに取り組んで参ります。

障害者支援施設旭光園
サービス管理責任者　船水　　玲

各施設グループのホームページでも情報発信中！

相談

- サンアップル 居宅介護支援センター ☎(57)2131
- 七峰会総合福祉 相談支援センタービリーブ ☎(82)5740
- 旭光園相談支援事業所 ☎(57)5155
- 山郷館サポートセンターくろいし ☎(88)5018

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 ☎(57)2111
- サンアップルホームデイサービスセンター ☎(57)2131
- サンアップルヘルパーセンター ☎(95)3758
- 認知症グループホームアップル ☎(57)2778
- 認知症グループホームわかば ☎(37)1176
- デイサービスセンターわかば ☎(37)1165
- 看護小規模多機能ホームサンアップル（保育園ポム） ☎(26)5330
- 住宅型有料老人ホーム「わかば」 ☎(32)1888

障がい者支援

主に身体・精神

山郷館弘前グループ
- 障害者支援施設山郷館 ☎(57)2211
- 山郷館児童デイサービスセンターどれみ ☎(88)5546
- 山郷館デイサービスセンター弘前 ☎(33)7300
- 山郷館訪問介護センター ☎(33)7357
- 山郷館デイサービスセンターくれよん ☎(37)9040

山郷館黒石グループ
- 障害者支援施設山郷館くろいし ☎(53)3070
- 山郷館総合支援センター黒石 ☎(88)5018
- 山郷館くろいし共同生活援助 ☎(53)2344
- 児童発達支援センター花りんご ☎(88)9345

旭光園グループ
- 障害者支援施設旭光園 ☎(57)5155

主に知的・精神

拓光園グループ
- 障害者支援施設拓光園 ☎(96)2331
- 拓光園放課後等デイサービスセンターぱすてる ☎(96)2331
- 拓光園共同生活援助事業所アバンセ ☎(96)2331

拓心館グループ
- 障がい者総合支援センター拓心館 ☎(82)4520
- 津軽生活支援センター ☎(82)4520
- 就労サポートひろさき ☎(82)5700
- 自立訓練事業「通勤寮拓心館」 ☎(82)4520
- 児童発達支援センターはぁと ☎(82)5800
- エイプル ☎(37)9060

青葉もみじグループ
- 障害者支援施設青葉寮 ☎(44)8231
- 障害児入所施設もみじ学園 ☎(54)8228
- 障害者支援施設もみじ学園 ☎(54)8228

委託事業

- 青森県指定 津軽障害者就業・生活支援センター ☎(82)4524
- 弘前市委託事業 弘前市障害者生活支援センター ☎(31)2400
- 弘前市委託事業 弘前市北部地域包括支援センター ☎(95)2100
- 弘前市委託事業 山郷館地域活動支援センターくれよん ☎(37)9040
- 黒石市委託事業 山郷館サポートセンターくろいし ☎(88)5018