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

拓心館グループ

苗の植え付けをしました！

就労サポートひろさき 管理者 坂本 みどり

今年も農福連携、当事業所農園での畑作業がいよいよ本格的に始まりました。

農福連携においては、毎年連携しているりんご農園で摘果作業、ピーマン農園では除草作業等を行なっています。利用者の皆さんも毎年手伝いに行っている畑なので、作業も手馴れており、やりがいを持って取り組まれています。

また、当事業所の農園でも苗の植え付けがひと段落し、今後は毎日の管理が忙しい時期に入っていきました。

ちなみに今年度は

- ●メロン　４６８本
- ●トマト　大玉８００本　ミニ１２０本
- ●枝豆　約１０００本
- ●じゃがいも　３００株

を植え付けしました。順調に生育が進み、収穫となったら市内近隣のスーパーや産直、市場へ出荷する予定となっております。

農業を通じて、障がいのある方の「働く力」を地域の方々に知っていただくと同時に、私たちも農業という地域産業を支える一助となれる社会を目指していきたいと思います。

椎茸栽培

障害者支援施設拓光園 生活支援員 山口 純輝

岩木山の麓にある拓光園は、豊かな自然環境を活かした作業活動に取り組んでいます。拓光園の伝統を受け継ぐ椎茸栽培は、今春も２００本の原木に種菌を植え付けました。また、原木椎茸に並ぶ生産活動を目指した野菜作りへ励み、夏野菜や食用菊の栽培では手入れや草取り、収穫等の作業体験を展開しています。就労支援や地域交流へつながる活動機会を通して、利用者さま一人ひとりの生きがいや喜びにつなげる支援を実践しています。

花りんご懇親会

児童発達支援センター花りんご
保育士　尾上　純子

令和5年5月27日、就学に対しての疑問や不安等を、小学生の児童を持つお母さんからの経験談を聞いて情報を得ると共に、保護者同士が積極的に交流を図り親交を深めるという目的のもと、花りんごでの懇親会を開催いたしました。当日は、お子様の就学を控えたお母さん9名と、小学生の児童を持つお母さん2名が参加しました。小学生の児童を持つお母さんからは、どのようにして小学校を選んだのか、また、事前にやっておいたほうが良いこと、入学後に感じたこと等、当時の思いを話していただきました。就学を控えたお母さんの中には、放課後等デイサービス利用に関する具体的なことや、小学校に関する情報を熱心に聞きながらメモをとり、質問をする方もいました。また、就学を控えたお母さんから、申込時に事前質問をいただいていたので、現時点での就学に対する不安や疑問に丁寧に答えていただくとともに、日常の子育てに対しての困り感や危険行動に対するアドバイスもいただけたので、非常に有意義な時間となりました。

一票に込めた思い

障害者支援施設山郷館
主任生活支援員　竹浪　久美

令和5年5月30日、障害者支援施設山郷館にて青森県知事選挙の不在者投票が行われました。利用者の皆さんが立候補者名簿から投票したい候補者を選び、職員のサポートを受けながら、それぞれの思いを込めた一票を投じていました。

シリーズ「かだる」

障害者支援施設旭光園　生活支援員　澁谷　麻貴

平成30年７月から七峰会に採用され、旭光園に勤務してから５年が経過します。前職では病院の看護助手として15年勤務していたため体力には自信があったはずだったのですが、ふとした拍子にぎっくり腰を起こしてしまうアクシデントがあってから、ジムに通い出しました。

初めは筋力作りの目的で始めていましたが、通っているジムが緩和型通所サービスA型を併設した所だったため、デイサービス利用者の方がいる際は、指導員（理学療法士資格あり）の指導の様子を見て、旭光園での日中活動の運動プログラムに活かせるよう、参考にさせてもらっています。

フレイル、ロコモティブシンドローム、サルコペニア、原因や機能低下の質はそれぞれ異なりますが、筋力低下をもたらす状態で、聞いたことがあるという方は多いのではないでしょうか。普段の運動と食事で予防ができることが共通点として挙げられており、健康寿命を延ばすために重要な要素と言えます。

「医者の不養生」ではありませんが、利用者さまに食事や運動の支援をする立場でありながら、私自身ができていなかったことにきづかされ、生活を見つめ直すいいきっかけになった出来事でした。

筋肉は使わなければ衰え、使えば必ず答えてくれます。筋肉は裏切らない。パワー!!

利用者さん紹介

障害者支援施設青葉寮　生活支援員　鈴木　紅葉

今回ご紹介する利用者さまは青葉寮にて生活されている工藤孝子さんです。

孝子さんは、指先を使った細かな作業を得意とされており、余暇時間を利用して刺し子やビーズの仕分けを行われています。どちらも手先を器用に動かしつつ、目を凝らし、狙いをさだめて行うものです。目や肩が疲れてしまう作業ですが「そんなことさえ忘れちゃう。寝る時間も忘れるほど夢中になっちゃう。針を刺す場所を間違わないように気を付けている。機会があれば難しいジグソーパズルにも挑戦したい」と話されていました。意欲的に取り組まれる孝子さん、得意分野がもっと広がり続けていけるよう、施設全体でサポートしていきます。

昼食会 うまいものまつり

特別養護老人ホーム　サンアップルホーム　介護職員　笹　秋帆

5月19日に開催された昼食会（うまいものまつり）では、利用者さまアンケートで「うなぎが食べたい」という声が多くあり、炭火焼鰻料理米吉様のご協力でうなぎ弁当を用意しました。国産のうなぎを使用し、職人によって炭火で丁寧に焼き上げたうなぎは、お弁当を開けると香ばしい香りで溢れ、またそのうなぎのふっくらとした身と大きさに「わあ～！」と驚きの声があちこちから上がり、自然と笑顔がこぼれていました。

うなぎは夏バテ防止と滋養強壮に効果があると言われています。サンアップルホームの利用者さまは、うなぎを食べ、これからの暑い夏を上手に乗り切り、元気いっぱい過ごしていくことでしょう。

おらほのメニュー

「笑顔」になれる食事提供を目指して

障がい者総合支援センター拓心館　調理員　芳賀　勇亮

拓心館では毎月、誕生日メニューとして、普段のメニューよりも少し豪華な食事メニューを提供しております。

5月の誕生日メニューは「ご飯」「きのこソースハンバーグ」「卵スープ」「プリンアラモード」を提供しました。利用者さまに喜んでいただけるよう気持ちを込めて作りました。

昼食後、利用者さま達から「おいしかったよ！」「ごちそうさまでした！」などと笑顔で話してもらえたのでとても嬉しかったです。

誕生日メニューに関わらず、「食事」は毎日の楽しみの一つだと思います。利用者さまに少しでも喜んで頂けるよう、新しいメニューの考案や嗜好調査などを行い、日々試行錯誤していきたいと思います。

『そうごう薬局』様による お薬勉強会

障害者支援施設旭光園　看護職員　鈴木　絵里香

4月17日、そうごう薬局様によるお薬勉強会を行いました。

薬剤師2名が来園し、薬についての基礎知識として「正しい飲み方」「薬を飲み忘れてしまう方へのアプローチ方法」を学んだ他、

①薬の説明をして理解を深めることで薬に対する恐怖・抵抗の解消を図る

②薬によっては用法を減らせるものもあるため薬剤師に相談する

③味や飲み込み不良の場合はお薬ゼリーを活用する、などの貴重なアドバイスもあり、また、職員からの質問に対する回答としては、

④漢方薬は服用後すぐに食事を摂っても良いか？

→空腹時の服用が望ましいため、10～30分前に服用する。

⑤下剤の種類を知りたい。

→代表的な下剤の紹介。腸管への刺激によるもの、腸管内へ水分を引き寄せ便を軟らかくするもの等。

⑥市販薬との違いについて。

→市販薬の特徴は安全に広範囲に作用する。処方薬は症状に直接的に作用する。

⑦誤薬時の対応

→経過観察はNG。「大丈夫だろう」の判断は医師法の医療行為に該当するため基本は医師に報告をする！相談として薬剤師に連絡もあり。

まずはなぜ間違えたかを明確にし、職員で共有する。

誤薬が起きた場合は間違えた個人を責めない（原因の特定や対策を誤ることに繋がる）

といった解説があり、認識を改めた職員も多数に上ったようです。

「お薬を飲む」という行為を安全に支援するために、今後も継続して勉強会を開催し、薬に対する理解と知識を深めていきたいと思います。

七峰会 有縁物故者供養法要

法人本部事務局

5月12日、晴れ渡る青空のもと、『津軽山革秀寺』において第43回七峰会有縁物故者供養法要を執り行いました。今年は新型コロナウイルスの感染分類が2類から5類に移行となりましたが、昨年同様、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から総合施設長など8名のみ出席し、平山導師様の読経の中、法要出席者全員による焼香を終え、浄心天華碑に移動して物故者794名（今次26名）のご冥福をお祈りしました。

法要後、物故者への思いを馳せ、故人を懐かしむひと時を過ごしました。

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

峰のひかり145号をお読みいただきありがとうございます。

私は岩木山に向かいながら通勤をしていますが、ここ最近は山頂にまだ雪が残っているかどうか、というのを見ながら車を走らせています。次の峰のひかりが発行になる頃には雪が全部溶けて、青々とした岩木山の姿が見れることと思います。山の移り変わりを皆様もぜひ眺めてみてはいかがでしょうか。

サンアップル居宅介護支援センター　白川まり子

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　☎(97)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)5780
- エイブル　☎(37)9060

青葉もみじグループ

- 障害者支援施設青葉寮　☎(44)8231

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