湖岳の郷

こ　が く　さ と

題　字／橋阪山長久寺　住職　霜中隆起師
発行所／社会福祉法人　美方福祉会

特別養護老人ホーム　湖岳の郷
〒919-1145
福井県三方郡美浜町金山2-3-27
TEL（0770）32-2082　FAX（0770）32-2408
美浜町居宅介護支援センター　湖岳の郷
TEL（0770）32-2083　FAX（0770）32-2823
グループホーム湖岳の郷
〒919-1124
福井県三方郡美浜町早瀬7-31-5
TEL（0770）32-0505　FAX（0770）32-3255
発行人／理事長　松本　徳裕

第49号
発行：令和7年7月7日

施設のサクラでお花見

ごあいさつ

理事長
松本　徳裕

初夏の候　皆様方におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

平素は、美方福祉会に対しまして、格別のご高配とご協力を賜りまして厚くお礼申し上げます。

生活の場であります施設では、月に一度のキッチンカーでの販売があります。入所者様の笑顔が大変印象的で、「おいしいですか」と尋ねると、口いっぱいにほおばりながらうなずかれる姿がとても印象的です。中々外に出られることが少ないのが現状であり、少しでも利用者様の心の安らぎになればと工夫を凝らしながら頑張っている次第です。

私たちの目指すところは、「利用者様の安心と信頼」であります。これからも、利用者様、ご家族の皆様、そして施設にかかわるすべての皆様からお声をいただき、ともに健やかな毎日をおくれますように、役職員一同努力致してまいります。

合　掌

特養行事

春から夏へ

施設で過ごしつつ、
自然を感じ、
自然と触れ合い、
季節を感じながら…。
ご自宅で過ごしていた環境や、
ご自宅での想い出を懐かしみつつ、
穏やかに過ごしています。
今年も、満開のサクラに
出逢えた嬉しさ。
山菜を収穫し、
昔ながらの味を懐かしむ…。
この先も季節の移り変わりを
感じながら
みなさんと一緒に
過ごしていきたいと思います。

グループホームから こんにちは

外出行事と月々のレクにて、感性豊かな日々を過ごして頂きました。
これからも皆様の幸せと豊かな生活を一丸となってお手伝いさせていただきます。

12月

Xマスソングを熱唱!

1月 書初め

今年の干支や抱負を書きました

2月 豆まき

長年生きてきて、怖いものなし

3月 梅の里会館

梅まつりへお出掛け

4月

子供の日に鯉のぼりの形のいなり寿司やオードブルを食べました

感謝をこめてちらし寿司を作りました

お花見

地元の自然に、癒され、とっても幸せ❤

5月 外気浴

こちら 美浜町居宅介護支援センター 湖岳の郷です。

高齢になっても住み慣れた自宅での生活が継続できるよう、必要に応じて介護保険サービスやそれ以外のサービスを調整し、安心して生活できるようにサポートさせて頂きます。

ご本人の希望を大切にしつつも、自立を支援する視点でサービスを調整し、お元気にできることを行いながら暮らしていけるように一緒に考えます。生活のお困りごと等ありましたら些細なことでもお気軽にご相談ください。

お問合せ先
TEL.0770-32-2083 FAX.0770-32-2823
E-mail:kyotaku@kogakunosato.jp

支援センター業務の様子 ～退院支援～

退院後の生活に不安を感じる方も多いと思いますが、多くの専門職が連携してサポートする体制が整っていますので、ご安心ください☺

- **退院前カンファレンス**…ご本人、ご家族、医療機関と在宅支援チームが一堂に会し、情報共有と支援計画を立てます
  - 退院後の生活イメージと必要なサービスの提案
  - 医療機関スタッフとの意見交換
  - 入院中の生活状況の確認
  - 退院後の支援内容の決定
- **退院に向けた準備**…カンファレンス後は決定事項に基づいて具体的な準備を進めます
  - 環境整備と福祉用具の調整
  - サービス事業者との情報共有
- **退院後の継続的な支援**…切れ目のない支援を提供するために

利用者様ご本人とご家族様、多職種が連携し、継続的な情報共有や状況変化の迅速な把握と対応を行っていきます。

夏こそ湯船に 生活ほっと情報

温かいお湯に入ると、誰でもリラックスした気分になれます。これは、入浴することにより、身体に3つの物理作用（温熱・水圧及び浮力）が働くためです。

☆**ストレスを解消したい時**…40℃以下のお湯に、ゆっくりと長くつかるとよい。
⇒ぬるい湯は副交感神経優位で、心身を鎮静させる作用がある。

☆**安眠したい時**…一般的には、38～40℃のぬるめの湯にゆっくり入るとよい。
⇒身体の緊張が取れて、本来の疲れがどっと表に出てくる。神経は鎮静化。

☆**肌を美しくしたい時**…一番風呂は避ける。40℃前後の、ややぬるめの湯のほうがよい。あまり長時間入って肌をふやけさせないこと。
⇒熱い湯に入ると保湿成分が皮膚から溶け出してしまい、皮膚を乾燥させる。あまり石鹸でゴシゴシこすらないこと。入浴後は、保湿クリームの補充を十分に。

♪ご自身の好きな香りの入浴アイテムを活用すれば、相乗的にリラックス効果も上がるはずですよ～♪

管理栄養士の

かんたんクッキング

ちょっとした工夫でできる
美味しい料理をご紹介！

暑い夏にピッタリ！

「山形のだし」そうめん

【材料】(3〜4人前)

- なす……中サイズ1本
- きゅうり……1本
- みょうが……1個
- 大葉……5枚
- めかぶ……1パック

Ⓐ
- めんつゆ……60ml
- 鶏ガラスープ……小さじ1

- かつお節……適量
- 生姜……適量
- ネギ……適量

【作り方】

① なす・きゅうり・オクラ・みょうがを細かいみじん切りにする
② 大葉は千切りにする
③ ①②の野菜とめかぶ、Ⓐの調味料をボウルで混ぜ合わせる
④ 30分〜1時間冷蔵庫で味をなじませる
⑤ そうめんを茹でて、④をかけて食べる

Point!

暑い季節に食欲が落ちる時に冷蔵庫に常備しておくと「冷奴」に乗せたり「ごはん」に乗せて丼にしたり簡単に栄養が取れます。又、夏野菜には体を冷やす作用もあり、食べる事で夏バテ予防になります。

地域に根ざす

みなさまのご厚意に深く感謝申し上げます。

地域のお祭りへ

ビハーラ若狭のみなさんと交流

年縞博物館へ

キッチンカー カルム

地元の水ようかんでおやつ

新人スタッフ紹介

● 特養介護職員

チャン バオ ティ

皆様、こんにちは。
わたしの名前は“チャン バオ ティ”と申します。
令和７年４月１日付で特別養護老人ホーム湖岳の郷にお世話になる事になりました。
夢だった介護の仕事ができて、毎日がとても楽しいです。利用者様が笑顔で安心して過ごして頂ける環境をつくれるように頑張ります。
これからもよろしくお願いいたします。

ご協力ありがとうございます

ボランティア・訪問・交流などの皆様いつもありがとうございます。

キッチンカーカルム 様……キッチンカー
小麦の奴隷 様……パンの販売
天理教嶺南支部 様……シーツ交換
第五教区寺族会 様……古布裁断
ビハーラ若狭 様……法話・ふれあい
美浜町婦人福祉協議会 様……シーツ交換
弥美商工会 様……シーツ交換
森山 暁 様……読み聞かせ

ほっとニュース NEWS

寄付金品 協賛

「湖岳の郷」に金品の温かいご寄付を頂戴いたしました。紙面にお名前をあげさせていただき、心よりお礼を申し上げます。

令和7年5月29日現在

フラワーショップ花苑 様
美浜町婦人福祉協議会 様
美浜町／永井洋子 様
若狭町／清水啓二 様
美浜町／匿名 様 3名
若狭町／匿名 様 1名
敦賀市／匿名 様 1名

ボランティアなど募集中！

- シーツ交換
- 入所者さんの話し相手
- 趣味を生かしたボランティア
- 行事関係のボランティア
- キッチンカーなど施設に出向いての販売

等の各種ボランティアの受入をしています。
ボランティアに興味のある方は、
また、してみたいと思っている方は
湖岳の郷（**0770-32-2082**）まで
お問合せください。

湖岳の郷HP　（公式）X　（公式）Instagram　（公式）Facebook

苦情・相談受付窓口のご案内

当施設ではご利用される皆さんにより満足していただけるように、苦情、相談、意見、要望等を真摯に受け止め、さらに信頼できる施設となるよう解決に向けて取り組んでおります。どんな事でも結構ですので、苦情等がございましたら湖岳の郷、またはグループホーム湖岳の郷までご連絡ください。

（湖岳の郷）
0770-32-2082
（グループホーム湖岳の郷）
0770-32-0505

職員募集

利用者様との楽しい時間や、スキルアップのために私達と一緒に、楽しくお仕事をしてみませんか？
当法人の理念や方針を理解し、利用者様に対して温かい心で接する方を歓迎致します。
詳細な求人情報等につきましては、

【湖岳の郷】
0770-32-2082
（求人担当まで）

編集後記

年々、春夏秋冬から、春と秋が消えつつあるように感じます。短い春を少しでも感じながら楽しい時間を過ごすことが出来ていたのではないでしょうか。
暑い日々が続きますので、熱中症などに気を付けながらみなさんと一緒に楽しめたらと思います。

（各事業所担当より）