

寿康園 みすみ

❖ 第 42 号 ❖

令和 7 年 9 月 1 日 発行

発 行 〒999-6712
山 形 県 酒 田 市 檜 橋
字 大 柳 3 番 地 の 1
社 会 福 祉 法 人 平 田 厚 生 会
TEL 0234(52)3413
FAX 0234(52)3414
E-mail jukouen@jeans.ocn.ne.jp
http://www.hirata.or.jp/
発行責任者 理 事 長 佐 藤 和 彦
印 刷 所 鶴 岡 印 刷 株 式 会 社 ・ 酒 田 印 刷



も く じ

- 表紙 スナップ写真 1
- ご挨拶 2
(平田厚生会 常務理事／平田厚生会 事務局長／寿康園・みすみ 施設長)
令和7年度平田厚生会役員紹介
- 天皇陛下から御下賜金を拝受・出前講座 3
- おもいで写真館 4
- 「転倒」を予防して いつまでも元気に・災害時の備え 5
- みすみ在宅部門の紹介・新職員紹介 6～7
- 感謝録・寿康園ショートステイご利用案内 8



笑顔ふたたび

平田厚生会
常務理事

山口 貴明

昭和57年に特別養護老人ホーム「寿康園」を開園し、今年で44年目となりました。

これまで、沢山の地域の皆様に支えられ運営出来ます事まずもって御礼申し上げます。

さて、新型コロナウイルスの影響により施設内での行事を暫く休止して居りましたが、今年度は徐々に色々な事業を再開させ、ご自宅で過ごす様な楽しい日常を取り戻そうと努力しているところです。

過日、とても嬉しいことが有りました。施設職員OGの方々より「観桜会」では抹茶を点ていただき、また別の日には「笹巻づくり」の指導をいただき、懐かしい味を賞味出来たことです。

施設のご利用者からは沢山の笑顔がこぼれていました。

ごあいさつ

平田厚生会
事務局長

石黒 真

長年、「寿康園」「みすみ」と施設及び在宅での介護現場最前線での仕事に従事してきました。特に、在宅事業所施設長の折に

寿康園・みすみ
施設長

齋藤 由美

これまでの感謝を胸に

日頃より、平田厚生会に対して、ご利用者をはじめご家族、地域の皆様、多くの方々温かいご支援とご協力をいただき、心からお礼を申し上げます。

この度、令和7年4月1日付で施設長に就任いたしました齋藤由美と申します。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。長きにわたり、寿康園の介護

は、地域の皆様から多方面に渡り、ご支援ご協力をいただき誠にありがとうございます。感謝申し上げます。

昨年10月1日からは、平田厚生会の法人運営に携わる事務局長として日々奮闘しているところでございます。微力ではありますが、当法人が地域における高齢者福祉の拠点となるように努めてまいりたいと思っております。今後とも、ご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

員、介護支援専門員、みすみでは相談員として、施設運営に携わって参りました。また、たくさんのご利用者・ご家族、地域の皆様との出会いもあり、多くを学ばせていただきました。これまでの感謝の気持ちを胸に、寿康園・みすみの経験と出会いを大切に、ご利用者一人ひとりの尊厳を尊重し、温かい心の通うケアを提供できるように職員一同協力して取り組んでいきたいと考えております。

平田厚生会が、ご利用者・ご家族の皆様、地域の皆様に信頼される福祉拠点であるべく、さらなるサービスの向上と、職員の研鑽に努めて参りますので、今後ともご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

平田厚生会各事業所

地域包括
支援センター
ひらた

みすみ
居宅介護
支援事業所

みすみ
訪問介護
事業所

みすみ
通所介護
事業所

寿康園
短期入所生活
介護事業所

寿康園
特別養護
老人ホーム

苦情解決第三者委員

久渡 松部 勝千佳郎
(敬称略)

菅前久石 原田松川 茂勝忠 にお実郎春
任期：令和7年6月27日、令和11年6月定時評議員会まで

評議員選任・解任委員

東齋庄久高佐齋久後伊小 海藤司松橋藤藤松藤藤林 正志美光宗幸啓信 保智 樹子喜一一子 智
任期：令和7年6月28日、令和11年6月定時評議員会まで

平田厚生会評議員

佐前齋石山佐池齋阿佐 藤田藤黒口藤田藤部藤 良茂由 貴和知善ま幸 広実美 明彦子和み一
任期：令和7年6月27日、令和9年6月定時評議員会まで

平田厚生会理事・監事

天皇陛下から

御下賜金を賜りました

昨年度、天皇陛下より「特別養護老人ホーム寿康園」に対して、優良民間社会福祉事業施設として、御下賜金を拝受いたしました。

この御下賜金とは、天皇陛下から2月23日の天皇誕生日に際し、社会福祉事業御奨励の思召しをもって、優良な民間社会福祉事業施設や団体に金一封を下賜されるものです。

特別養護老人ホーム寿康園は、昭和57年4月に開設した施設であり、平成21年からはユニットケアを開始し、地域における高齢者福祉の拠点として、永年にわたり本県の高齢者福祉の向上に貢献してきました。

御下賜金の伝達式が、令和7年2月26日に山形県庁にて行われ、県健康福祉部長 柴田優様より



ありがたく拝受いたしました。お世話になりました関係各位に厚くお礼を申し上げるとともに、今後この荣誉に恥じない活動を積み重ねてまいりたいと思います。

出前講座 ～地域の皆さまと楽しい時間を共に～



平田厚生会では地域に貢献する取り組みの一つとして出前講座を用意しております。福祉分野に従事している専門職が地域の皆さまのご希望の会場にお伺いし、お話しをさせていただきます。どうぞご活用ください。

講座の内容

- 介護保険制度・サービスについて
- 介護や身体について
- 高齢者の栄養について
- 口腔ケアについて
- 認知症について
- 感染症予防について
- 介護予防について

※社会福祉士、介護福祉士、看護師、理学療法士、管理栄養士、歯科衛生士が、それぞれ得意なことや知識を活かして講座を行っています。掲載された講座以外のご希望がありましたらご相談ください。



【お問い合わせ】 寿康園 TEL. 52-3413 (相談員まで)

「出前講座」の

講話をとおして

管理栄養士 齋藤 彩

これまで、出前講座(栄養講話)の講師として数回参加させて頂いています。最近では減塩・骨折予防・認知症予防(食事)についての講話を致しました。減塩では家庭で出来る減塩予防の具体例をご紹介し、骨折予防については、骨折につながる要因や対策を。認知症予防については、脳の老化を防ぐ効果のある食材の紹介等を致しました。

減塩と骨折予防では、共通する食材や食品が多く(カフェインや塩、アルコール等)、認知症予防にも減塩等による生活習慣病の予防や治療の継続が大切であり同様に大切なのは人との関わりである事をご説明させて頂きました。皆さん熱心に講話を聴いてくださり、また笑いもあり楽しい時間を皆さんと共有する事が出来ました。今後とも宜しくお願ひ致します。





お花見会



たけのこの皮むき



お花の水やり



祝43周年開園記念お茶会



秋の
うた祭り



母の日会

お母さん
いつも
ありがとう



父の日会

お父さん
いつも
ありがとう

Merry
Xmas



クリスマス会



冬のまり入れ合戦

おもいで写真館

やってみよう転倒リスク評価！

- ①質問用紙を用いて、自身が転倒しやすい状態かどうかチェックしてみましょう。

質問項目 はい いいえ

過去1年間に転んだことがある 5点 0点

歩く速度が遅くなったと思う 2点 0点

杖を使っている 2点 0点

背中が丸くなってきた 2点 0点

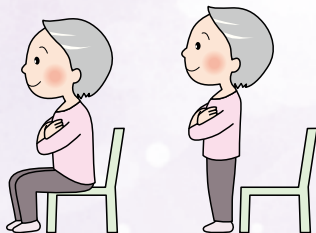
毎日お薬を5種類以上飲んでいる 2点 0点

- 合計点が6点以上になると、転倒しやすい状態と考えられます。

- ②椅子からの立ち上がりで脚の機能をチェックしてみましょう。

- ▶椅子に座り、立ち上がり動作を5回繰り返します。

12秒以内に完了できれば、脚の機能が保たれています。



転倒は骨折などの大きなケガにつながることも多いため、寿康園でも特に注意を払っています。安全をとって動かないことよりも、環境整備や、転倒しにくい身体作りをして楽しく活動できることで生活の質の低下を予防することが大切です。以下に日本理学療法士協会が推奨する転倒リスクのチェック方法と、転倒予防トレーニングをご紹介します。もし、転倒リスクが高くても無理のない範囲で運動を習慣化して転倒予防を図りながら、外出など、社会参加の機会をもって健康寿命の延伸を目指しましょう。

やっておきたい2つの運動！

▶転倒予防にはバランス能力と筋力の向上が大切です。

1 椅子からの立ち座り運動

立ち上がり運動で、太ももの筋肉を強化しましょう。階段昇降などに不可欠な筋肉です。

- ▶1セット10～15回
▶2セット行いましょう



2 片脚立ち運動

立ったまま靴下や靴の着脱がしにくくなるとバランス能力低下のサインです。片脚立ち運動でバランス能力を向上させましょう。

- ▶片足ずつ10秒
▶10～15回行いましょう



「転倒」を予防していつまでも元気に

理学療法士 齋藤 るみ



昨日、各地で災害のニュースが流れ、ご家庭でも災害時の備えとして様々な備蓄をされていると思います。日用品の中で、意外と忘れがちなのが「歯ブラシ」です。お口の中を清潔に保つことは、虫歯や歯周病、病気を防ぎ、受診リスクを減らします。いつもと同じ生活習慣を行うことで、安心感や気持ちのリフレッシュにも繋がります。お水が使えない場合も予想して「洗口剤」（うがい薬）も一緒に準備しておくとも良いかもしれません。ぜひ今一度、備えたものの見直しをされてみてはいかがでしょうか。

歯科衛生士 成澤 尚美

「災害時の備え」
していますか

酒田市地域包括支援センターひらた



高齢者が安心して暮らせる地域に

酒田市地域包括支援センター
ひらたセンター長 佐藤 立彦

地域の皆さまからは日頃より当センターの活動にご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

現在、平田地区には約2、150名の高齢者が暮らしておられますが、現役世代と変わらないうらい元気な方も多くいらっしゃる一方で、介護や福祉など何らかの支援を必要とされる方もまた同様です。当センターでは相談対象者の心身の健康状態や性格、家庭環境などを考慮しながら、地域関係者・関係機関とも連携を図り、「その人らしさ」を大事にした支援を続けて参りたいと思いますので、今後とも何卒よろしくお願い申し上げます。

みすみ指定居宅介護支援事業所



その人らしさを大切に

主任介護支援専門員 井畑 絹子

私たちがご利用者様の支援の際に最も心がけていることは「その人らしさ」を大切にすることです。そのために、意向や生活状況を確認させて頂くことはもちろん、ご家族様への聞き取りも丁寧に行っております。残された機能や能力でできることはたくさんあります。私たちと一緒にそれを見つけていく作業を行うことで、その人らしい目標を立て意欲を引き出し、自立支援につなげることができればと思っています。

みすみ訪問介護事業所

ご利用までの流れ

① ケアマネジャーに相談



② サービス担当者会議
(サービス内容の相談)



③ サービス契約



④ サービス利用開始

利用開始まで
1～2週間



いたしたら、いつでもご相談ください。

訪問介護は、私たちホームヘルパーが、ご利用者の自宅に訪問し、調理・掃除・洗濯・買い物などを行ったり、入浴や排泄のお手伝いをさせて頂いたサービスです。

そのなかでも調理や掃除・洗濯の支援では、ご利用者とヘルパーと一緒にやることもできます。「この掃除をしたいけど一人では大変だな」「あの料理を作りたいけど、一人では不安だな」生活の中でそんな困りごとはありませんか？自分でできることはできる限りご自身で続けていただきながら、大変なところを私たちヘルパーがサポートさせていただきます。

いつまでもご自宅で過ごせますよう、お困りのことがございましたら、いつでもご相談ください。

いつまでもご自宅で
過ごせますように

訪問介護員 富樫 清美

デイサービスセンターみすみ

みすみの日課

月曜～土曜 9:00～16:15

※ご自宅まで送迎に伺います

9:00	健康チェック
9:30	機能訓練…持続歩行訓練、基礎トレーニング (YouTube動画)、ミニハードル、 排泄誘導・介助、入浴
12:00	口腔体操、朝食、口腔ケア、排泄誘導・介助、休養
13:00	リズム体操、脳トレーニング、モフトレーニング、 ストレッチ・筋力アップトレーニング、排泄誘 導・介助
14:00	レク活動、ティータイム (おやつをいただきな がら、楽しくおしゃべり)
15:30	排泄誘導・介助
16:00	帰りの会

地域での生活を支える事業所として
 デイサービスセンターみすみは、令和7年3月31日をもって、認知症対応型介護事業を廃止し、一般型事業一本化で展開していくこととなりました。引き続き、自立支援のための機能訓練の実施や医療依存度の高い方への対応、認知症予防も含めた取り組み、筋力強化等に力を入れたサービスを提供していきます。また、ご利用者の心身機能の活性化と社会的交流を促進するために、レクリエーション活動などの楽しさも取り入れ、精神面での健康維持にもつなげていきたいと考えております。

「デイサービスセンターみすみでは、これからも「ご利用者や地域の皆様の在宅生活をずっと支える事業所」でありたいと思います。」

イムでは「かき氷」をいただく等、皆様に喜んでいただき、モチベーションアップを図りました。デイサービスセンターみすみでは、楽しみのあるレクリエーション活動やドライブ、季節感のある行事を企画し、ご利用者・ご家族の満足度向上につなげていきたいと考えております。

また、「見学」「体験利用」も行っておりますので、お気軽にご相談ください。職員一同お待ちしております。



この夏は「ゲーム大会」を開催し、点数を競ったり、ティータイム



ターみすみの一日の流れとしては、ICTを活用したモフトレーニングや歩行訓練、筋力アップ体操、脳トレーニング等、機能訓練を重視した内容となっております。お一人お一人の「自分でできること」の維持向上に合わせたメニューを提供しています。その他にも、定期的にレクリエーション週間を設け、ご利用者が楽しみながら日頃の訓練の成果を実感できる企画を行っています。この夏は「ゲーム大会」を開催し、点数を競ったり、ティータイム

介護員 久松 真彦

新職員紹介



みすみ職員

— 左より —

小野寺 晴香・小松原 すを・富樫 清美



寿康園職員

— 左より —

仲村 瑠奈・笹原 風音・高橋 千恵・寒河江 理沙子・齋藤 彩

寄付金ご芳名

令和6年4月1日～令和7年3月31日

(五十音順)

- | | | | | | | | | | |
|--------|--------|---------|--------|---------|---------|---------|--------------|--------|---------|
| ○相澤和男様 | ○阿蘇 妙様 | ○川島 真様 | ○工藤秋夫様 | ○光 傳 寺様 | ○長 應 寺様 | ○小林 健様 | ○酒田市老人クラブ連合会 | ○平田支部様 | ○佐藤完二様 |
| ○阿蘇 妙様 | ○佐藤正和様 | ○佐藤とも子様 | ○高橋 大様 | ○早苗様 | ○高橋登茂子様 | ○田中井明弘様 | ○東海林真知子様 | ○三浦 守様 | ○渡部千佳子様 |
| ○阿蘇 妙様 | ○佐藤正和様 | ○佐藤とも子様 | ○高橋 大様 | ○早苗様 | ○高橋登茂子様 | ○田中井明弘様 | ○東海林真知子様 | ○三浦 守様 | ○渡部千佳子様 |
| ○阿蘇 妙様 | ○佐藤正和様 | ○佐藤とも子様 | ○高橋 大様 | ○早苗様 | ○高橋登茂子様 | ○田中井明弘様 | ○東海林真知子様 | ○三浦 守様 | ○渡部千佳子様 |

寄贈品ご芳名

令和6年4月1日～令和7年3月31日

(五十音順)

- | | | | | | | | | | | |
|------------|--------|--------|---------|---------|---------|------------|--------|---------|--------|---------|
| ○阿蘇食品株式会社様 | ○阿部徳義様 | ○石井久也様 | ○岩間恵美子様 | ○花王株式会社 | ○加藤美恵子様 | ○酒田酒造株式会社様 | ○佐藤幸一様 | ○佐藤とも子様 | ○荘司悦子様 | ○砂越婦人会様 |
| ○阿蘇食品株式会社様 | ○阿部徳義様 | ○石井久也様 | ○岩間恵美子様 | ○花王株式会社 | ○加藤美恵子様 | ○酒田酒造株式会社様 | ○佐藤幸一様 | ○佐藤とも子様 | ○荘司悦子様 | ○砂越婦人会様 |

心より感謝
申し上げます



寿康園家族会様《車イス清掃》



平田民生児童委員協議会様《花植え》

ボランティア

令和6年8月～令和7年6月 (五十音順)

ボランティア

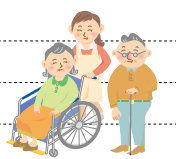
- | | | | | | | | | | | | | |
|---------|-----------|---------------|----------|--------------|---------------|---------------|-------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------|-------------------|-----------------|
| ○砂越婦人会様 | ○砂越緑町婦人会様 | ○平田民生児童委員協議会様 | ○寿康園家族会様 | ○石川和子様 (お茶会) | ○喜連かや乃様 (お茶会) | ○中町中和会様 (お囃子) | ○めぐみ歌謡会様 (クリスマス会) | ○山谷フラダンス愛好会様 (クリスマス会) | ○南平田小学校1年生 (メッセーシカード) | ○庄司美智子様 (開園記念お茶会) | ○石黒多美子様 (開園記念お茶会) | ○荘司悦子様 (笹巻作り講師) |
|---------|-----------|---------------|----------|--------------|---------------|---------------|-------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------|-------------------|-----------------|

寿康園ショートステイご利用案内

家庭で生活する要介護認定を受けている要支援1～要介護5の方が短期間施設に宿泊しながら、入浴・排せつなど日常生活上の介護や機能訓練を受けることができます。

ご家族の都合で利用

- ・冠婚葬祭
- ・旅行、出張など
- ・介護負担の軽減
- ・自宅での介護が困難 (寝たきり、認知症状の進行など)



ご本人の希望で利用

- ・リハビリ目的
- ・家族の負担になりたくない
- ・退院後の療養
- ・生活リズムの改善 (昼夜逆転など)
- ・体調改善 (低栄養、服薬管理、排便管理)

ご利用を希望される方は担当のケアマネジャーにご相談下さい。

※施設に直接ご連絡いただいた場合は、ご案内いたします。※居室の空きがないときは、ご利用いただけないことがあります。

あとがき

日頃より地域の皆様にはお世話になり、感謝を申し上げます。今年もおかげさまで第42号が無事に発行でき広報担当者として安堵しています。地域の皆様、ご家族の皆様、ご利用者様のご協力に支えられて、施設生活を日々送る事ができています。広報内で一部ですが、ご家庭でも役立つ情報を載せてみました。今後とも皆様のご支援をよろしくお願い致します。



平田厚生会決算、寿康園及び通所介護・訪問介護の利用料金について

詳しくは
ホームページを
ご覧ください！



<https://www.hirata.or.jp/>

平田厚生会

検索