広　報

愛情　思いやり　奉仕の心

令和６年度版

社会福祉法人

櫛引福寿会

5年ぶりの桃寿荘まつり

写真：祥雲御山太鼓の皆さん

ご挨拶

社会福祉法人　櫛引福寿会常務理事
特別養護老人ホーム 桃寿荘
グループホームはもれび　施設長
櫛引西学童保育所
櫛引東学童保育所

宮崎　哲

日頃より当法人の運営につきましてはご理解とご支援を賜り感謝申し上げます。新しい年が災害のない穏やかな年明けとなりましたことを喜び、今年一年が良い年になりますよう皆様と共に心から願いたいと思います。

二〇二五年を迎え団塊の世代がすべて七十五歳以上となる時代に入りました。六十五歳以上に占める要介護と要支援認定者数の割合は全国でおよそ二割になっています。健康維持の重要性が増す一方で、これから十年程度は介護の需要が高まっていくと予想されます。櫛引福寿会はご案内のとおり特別養護老人ホーム桃寿荘「定員一〇〇名（従来型五十名、ユニット型五十名）」、短期入所（定員十四名）、認知症対応型グループホームはもれび（定員十八名）、そして櫛引地域の小学生の学童保育所を運営しています。これからもこの地域の福祉と生活を支える一員として、誠心誠意その役割を担って参りたいと考えております。

コロナ禍を経て、昨年は面会や外出、人同士の接触も以前の様に出来る様になり、施設では様々な行事や慰問の受け入れなどを実施しました。当広報誌でその一端をご紹介させていただいておりますが、皆が安心して過ごし笑顔になれる環境づくりに努めていきたいと思っています。入居者・利用者の皆様とのご縁をいただいてその人生の一部を共に過ごさせていただくことに感謝しながら、「愛情・思いやり・奉仕の心」の理念を忘れず、職員一緒になって取り組みを進めてまいります。これからもどうぞよろしくお願いいたします。

四季彩々

特別養護老人ホーム　桃寿荘

芋煮会

クリスマス会

書　道

介護実習生による
レクリエーション

干し柿づくり

厨房だより　口福の時間

給食課長（管理栄養士）　髙田泰典

はたらく腸内細菌

ヒトの腸内には約1000種類100兆個の細菌が生息しており、その働きや宿主に与える影響などで三つに大別されています。

善玉菌はアレルギー抑制や感染防御など宿主に有益ですが、悪玉菌は有害物質の発生などにより様々な悪影響をもたらします。宿主の食生活や生活習慣でこの二つの勢力の戦況は変化していきますが、そこで重要になってくるのが第三の勢力であるどちらの菌にも属さない日和見菌です。善と悪の両方の性質を持っているこの菌は普段は中立の立場ですが、一方が優位に立つと強い方に加勢し戦況を大きく傾らせてしまいます。

宿主としては良い腸内環境を保つためにも善玉菌には優位に立ってもらいたいですが、食生活で腸内環境改善するにはどのようにしたらよいのでしょう。

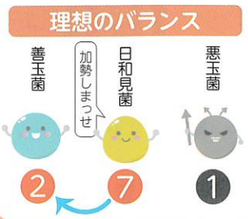
そんな時には善玉菌に「増援」と「救援物資」を送り支援してあげましょう。

増援は「プロバイオティクス」と言いビフィズス菌や納豆菌などの善玉菌を生きたまま腸内に送り込むことをいいます。

救援物資は「プレバイオティクス」と言い食物繊維やオリゴ糖など善玉菌のエサを取り込むことで腸内での活発化を促します。

これらを含む食品は発酵食品や野菜、果物など手軽に入手できるものばかりです。少し意識し食事に取り入れるだけで腸内環境を整えることができるので「腸活」を始めたい方はぜひ試してみてはいかがでしょう。善玉菌は皆さんの助けを待っています。

豆乳入りキムチ味噌鍋



医務室だより

食後の休息について

医務課長（看護師）　渡部公志

食後に「はぁ～っ」少し休もうとすぐに横になる方がいらっしゃいませんか？

では、食後にどちら向きで休むのが身体や消化に良いか考えたことありませんか？

胃の形状上、右向きで横になるのが消化に楽であると言われているのを聞いた事ある方がいらっしゃると思います。しかし、近年、胃の形状上、右向きは逆流も起こしやすいという意見が多々あります。見た目だけではなく胃腸など消化器も年齢を重ね、歳を取ります。故に食べ物を消化する力も衰え時間がかかります。身体や消化を考えるのであれば横になる前に二十～三十分は状態を起こしたまま過ごすのが得策。

「食べた後すぐ横になると牛になるぞ」と言われたことがあります。太るからという意味もありますが身体や消化を気遣った昔の人の知恵なんだなと最近気づかされました！

四季彩々

グループホーム　はもれび

食事の準備中

下山添八幡神社の獅子舞

食事の準備と後片付け

これな～んだ？

きれいだのぉ(^^♪

ドライブのひとコマ

くしびき東部保育園児の慰問

ハイ！ごほうび

午後の風景

運動もしないとね！

帰ってきた 桃寿荘まつり

令和６年９月４日
桃寿荘　正面駐車場にて

櫛引学童保育所

学童だより

総務主任
安野　睦

櫛引東学童保育所

人気の
レゴブロック☺

櫛引西学童保育所

みんなで
「帽子とり
ボードゲーム」
取って取られての
白熱ゲーム!!

櫛引西・東合同保育の様子

冬休み中のお楽しみ会の様子('ω') ノ
班ごと★ウォークラリー!! ★

上の学年を
中心に答えを
導き出してます
('◇') ゞ

地域貢献活動

総務課長　長澤 祐子

☆彡カーブミラー清掃☆彡
（令和６年10月27日）

鶴岡市シルバー人材センターと櫛引福祉センターが主催した櫛引地域カーブミラー清掃に、職員８名が参加しました。地域の方々と交流しながら地域貢献活動に取り組んでいます。

☆彡くしびき文化祭、
下山添地区文化祭へ出品彡
（令和６年11月１日～
11月４日）

桃寿荘、はもれびのご利用者様が習字教室で書いた書や色紙で作成した壁飾りなどを出品しました。

☆彡認知症カフェ「来てみっ茶屋」の開催彡
（令和６年11月11日）

「専門職がもっと地域に」を合言葉に、櫛引地域の高齢者福祉事業所がチームを組み、認知症カフェ（年４回）を開催しました。おいしい飲み物やお菓子を食べながらほっと安心できる場づくりに、今後も努めて参ります。

☆彡フードドライブ彡
（令和６年12月２日～12月15日）

鶴岡市の社会福祉法人が連携して取り組む「フードドライブ」は、様々な事情で生活にお困りの方々への支援を目的として、職員が家庭に眠っている食品を持ち寄り、役立てて頂くもので、年末恒例の活動として定着しています。

夜火災想定大規模避難訓練

防火管理者
業務係長　釼持 和人

令和６年８月22日夜に桃寿荘職員45名と地元たらのき代地区役員より参加いただき実施しました。勤務職員が最も少ない夜勤帯にユニット棟２階から出火した想定で実施しました。コロナ禍を経て、５年ぶりの大規模訓練でした。

長生き万歳

介護課長（社会福祉士）
伊藤 匡二

令和六年九月に山形県より秋山かほる様に「長寿」、安野たけゑ様、蛸井芳子様に、「白寿」、鶴岡市より佐藤幹夫様（はもれび）に、「米寿」の賀詞・伝達が行われています。まだまだ寒い日が続きます。体調には十分留意され健やかに過ごされますよう、私達もサポートさせていただきます。この度は本当におめでとうございます。

慰問・訪問

総務課長（社会福祉士）
長澤 祐子

●櫛引南小学校４年生 様（10月22日）劇と歌の発表

車いすや機械浴槽の操作方法や乗車体験のあと、学校祭で披露する予定の歌と劇の発表がありました。子供たちの真剣なお芝居と心に響く歌声に目を細めておりました。

●すこやかな会 様（12月９日）歌と踊り

主に羽黒地域で慰問をされていましたが当施設に入居している方とのご縁で、この度初めて訪問いただきました。会長の丸山三喜男様が吹く山伏のほら貝から始まり、舞踊や民謡など華やかな衣装で目をも楽しませていただきました。笑いを誘う演出もあり大変楽しませていただきました。

●出羽商工会青年部 様（12月17日）餅つき訪問

コロナ禍を経て、昨年に引き続き今年も餅つき訪問に来て下さいました。

餅つきが始まると「ヨイショー。ヨイショー!!」との掛け声や、「昔は家でもついだもんだ～。」と利用者同士で話されたり、餅を返す手のしぐさをされたりと餅がつきあがる時間を楽しみました。肉餅と小豆餅に調理され昼食で美味しくいただきました。

文化祭

令和六年十一月十九日、桃寿荘文化祭を開催しました。食堂を会場に、喫茶コーナー、書道コーナー、写真コーナー、造花アレンジメントの四つのコーナーを設け、お好きなコーナーから参加していただきました。（長澤）

あったかな心

ありがとうございます

寄附者名簿（R6.1.1～R6.12.31）

【団体】

櫛引地区民生児童委員協議会 様
櫛引南小学校４年生 様
櫛引西小学校 様
㈱産直あぐり 様
庄内しまい事業部 様
櫛引地域婦人会 様
馬渡地区婦人会 様

【個人】

平藤久喜 様　齋藤みち 様
太田　格 様　佐藤　順 様
小林光雄 様　梅津成夫 様
五十嵐誠一 様　清和ふみ子 様
五十嵐雄幸 様　小林　隆 様
渋谷俊美 様

櫛引地域婦人会様より、タオルを寄贈頂きました

車椅子清掃奉仕

令和六年十月十五日、櫛引地区民生児童委員の皆さんによる車椅子清掃ボランティアが五年ぶりに行われました。十八名の委員の方々が来荘し、車椅子二十台をウエスやブラシを使って隅々まで丁寧に清掃して下さいました。

不要なタオルやパッドなどがあればお持ちより下さい!!

ご家庭に不要なタオルや、残っている排泄用品（おむつ・尿とりパッドなど）はありませんか？お持ち寄りいただきました用品は、ポータブルトイレの吸収材としてや、ウエスなど有効に活用させていただきます。

介護職員募集中!!　詳しくはホームページをご覧ください

ホームページURL　https://kushibiki-fukujukai.or.jp

櫛引福寿会　検索

法人の事業活動及び決算状況については、法人ホームページに掲載しています。

職員のつ・ぶ・や・き

コロナも5類になり、少しずつ以前の様な生活に戻りつつありますね。

昨年の夏頃から釣りにどハマりし、休みの日になると、早朝から釣り竿片手に海へ出掛けていました。未だに半そで焼けの跡が取れません（笑）最近では夫婦の夢も一つ叶い、とても充実した一年でした。

桃寿荘では生活相談員兼介護支援専門員として働いているので気軽に話しかけていただけると嬉しいです☻

仕事も私生活も、色々な事へ挑戦し、健康に！楽しく！走り抜けていきたいと思います👍

（安藤）

広報

社会福祉法人 櫛引福寿会

特別養護老人ホーム桃寿荘
ユニット型特別養護老人ホーム桃寿荘
桃寿荘指定短期入所生活介護事業所
グループホームはもれび
櫛引西学童保育所・櫛引東学童保育所

令和６年度版

発行日　令和７年２月15日
発行　社会福祉法人　櫛引福寿会
山形県鶴岡市たらのき代字桃平123番地
発行責任者　常務理事　宮崎　哲
印刷　鶴岡印刷株式会社
山形県鶴岡市大淀川字洞合1－1

【広報委員】
長澤祐子　伊藤匡二
渡部公志　髙田泰典
佐藤幸治　阿部直樹
佐藤裕太　佐藤美恵
伊藤琢哉　安野　睦
奥山克也　安藤瑞記
井上貴文
委員長　鈗持和人