

広報 花輪ふくし会

社会福祉法人
花輪ふくし会
秋田県鹿角市花輪字案内63番地1
TEL 0186-22-4000
FAX 0186-22-4141

謹賀新年 2018年

「笑顔とありがとうの心で地域福祉を創造します」



新年あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、つつがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。さて、今年は医療報酬と介護報酬が同時に改正され、さらに障害者報酬も改定されることとなります。また、昨年の5月に成立した改正介護保険法により新たに「共生型サービス」の創設もされるようになります。

このように、事業所を取り巻く状況も大きく変化する中において、当ふくし会では、入居者の方やサービスを利用される方々が、できる限り住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるように、地域包括ケアシステムの深化発展に尽力し、また、地域に頼られる事業所として地域貢献活動へも力を傾注して参る所存であります。

今後とも、ご利用者様、ご家族様、そして地域の皆様、行政関係各位の皆様、当法人を支えてくださる全ての皆様のご期待に応えるべく、役員一丸となって頑張っておりますので、温かいご支援、ご協力を賜りますようお願いを申し上げます。新年のあいさつとさせていただきます。



花輪ふくし会理事長
関 重 征

新年のご挨拶

栄養士から

紅白の色はなぜ縁起が良い色なのか？

日本の国旗もそうですが、赤色というのは「日の光」を意味しており、赤いものは縁起がいいとされてきました。赤と白が揃うとおめでたいとされる理由にはいろいろな説あるようですが、日本人は昔からおめでたい事があると赤飯を炊き、白餅を振る舞う習慣があり、ハレの日の食べ物として食べられています。これが「紅白はおめでたい」という概念の基盤を形作っていると言われているようです。そこで今回は家で簡単に作れるめでたい紅白の肉巻きレシビを紹介いたします！



材 料

- (2人前)
- ・豚肉薄切り 150g ・人参 50g
 - ・大根 50g ・塩コショウ 少々
 - ・サラダ油 小さじ1
 - ・醤油 大さじ1 *みりん 大さじ1
 - *おろししょうが
 - *おろしにんにく

作 り 方

- ①はじめに大根と人参を拍子切りにします。
- ②そのままだと硬いので下茹でします。(レンジでもOK)
- ③豚肉を広げて並べて塩コショウを振る。
- ④そこに断面が市松模様になるように、人参と大根を交互に置いて巻く。
- ⑤油を引いたフライパンに入れて中火で焼く。焼き目が付いたらフタをして蒸し焼きにする。
- ⑥肉に火が通ったら*の調味料を入れて少し煮込んで味が付いたら完成。

花輪ふくし会が運営するお食事処



みんなのお店 わいわい

小坂町小坂鉦山字栗平23-1
TEL 0186-29-2061



比内地鶏 くらみせ

十和田毛馬内字毛馬内 62-1
TEL 0186-25-8262



比内地鶏 くらみせ

鹿角市花輪字上花輪 139-1
TEL 0186-25-8828



とじびわん

大館市清水一丁目1-20
TEL 0186-59-5234

編集後記



幸多き新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。年末年始は、いかがお過ごしになられましたでしょうか。年明けの七草は食養生にぴったりです。七草がゆは、「一年の無病息災を願う」「邪気を払い万病を除く」などと言われています。疲れた胃を休めては、いかがでしょうか。

皆さまにとって素晴らしい一年になりますよう、心よりお祈り申し上げます。

広報 花輪ふくし会
平成三〇年一月発行

発行者 秋田県鹿角市花輪字案内六三番地一
社会福祉法人 花輪ふくし会
印刷所 秋田県鹿角市小坂町小坂字五十刈五十三
社会福祉法人 花輪ふくし会
障害者センター ことか地域生活支援センター
ことかわいわいセンター印刷所

★一緒に働きますか。

花輪ふくし会では、契約職員を随時募集しております。

問い合わせ先

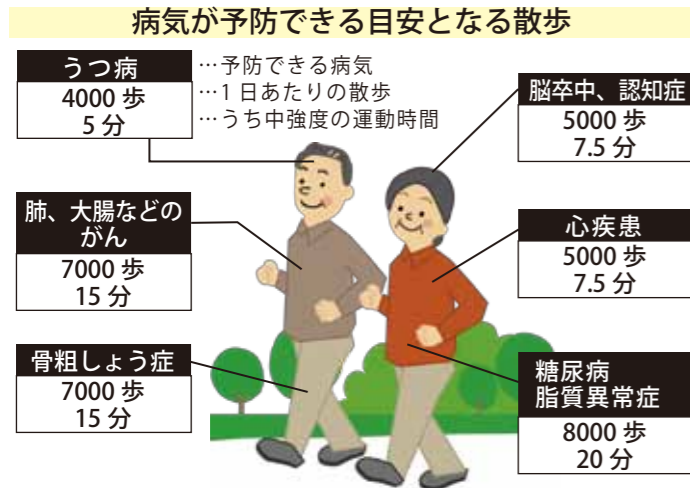
社会福祉法人花輪ふくし会
法人本部総務課 杉江まで
電話 22-4000

認知症と食べ物についての話では、生活習慣病を予防することが、脳の健康を守ることに繋がることをお伝えしました。生活習慣病である高血圧や肥満の予防には、近年、有酸素運動の効果に注目が集まっています。有酸素運動は脳機能の低下を防ぐことにも効果があり、脳に新鮮な酸素を含んだ血液が送り込まれることで脳が活発に働き、記憶力を増強させる働きがあります。

エアロバイクやヨガ、踏み台昇降、水泳などがありますが、おススメはウォーキングです。気軽にいつでも始められることができ、10分くらいのウォーキングで有酸素運動の効果も期待できます。外に出て歩くことは、周りの景色が変化し、それに合わせて目から入ってくる情報を脳が判断する為に働くという効果も期待できます。慣れてきたら週3〜4回30分程度のウォーキングをすると良いそうです。冬の除雪も有酸素運動と思ってやると、少しは気が楽になるかもしれませんね。

次回も「認知症予防と運動について」の続きをお知らせいたします。

認知症予防と運動について



(注) 東京都健康長寿医療センター研究所の調査結果に基づき作成。
中強度の運動は高齢者の場合、会話が出来る程度の早歩きが目安

郵便はがき

料金受取人払郵便

花輪局承認

279

秋田県鹿角市花輪字古館 4-1

特別養護老人ホーム 東恵園内

花輪ふくし会 広報担当係 行

平成30年1月31日まで (切手不要)

ご意見欄

お名前 様 電話番号 -

ご住所 〒 -

年齢 20才代 30才代 40才代 50才代
60才代 70才代 80才代 (才)

サービス向上のため、皆様からのご意見をお聞かせください。

ご応募の中から**厳正な**抽選で**10名**様に「みんなのお店」「ぐりとる」「くらみせ」「とりびあん」の**お食事券**が当たります。

※ご住所、お名前、電話番号を書き、切り取って1月25日までに投函して下さい。



(お客様の個人情報については、お客様の許可無く開示することは一切ありません。)

花輪ふくし会では、法人が経営しているお食事処やきりたんぼ等の就労支援事業に係る利益相当分については、全て、働いている利用者の方に支給しております。

花輪ふくし会の「地域における公益的な取組」について

「多世代交流スペース」、「高齢者グループリビング」という、地域住民の皆様が必要とされる事業を行っております。これは社会福祉法第24条第2項で規定され、「地域における公益的な取組」を実施する責務が社会福祉法人にあることに基づいています。

「多世代交流スペース」は、集会室や健康器具を備え、地域の皆様やサークル活動などの団体等が、自由に使える施設で使用料は頂いておりません。老若男女が気軽に集える場所が必要であると考えて整備をしました。

「高齢者グループリビング」は、自宅での生活が難しくなった高齢者が、早めに住み替えて暮らしていただける高齢者向けの共同住宅です。低所得者の独居高齢者等を対象としております。28,000円〜45,000円と所得に応じて設定しております。



多世代交流スペース「どまっこ」内には、「鹿角市十和田包括支援センター」の事務所も構えております。



はなわまちなかエリアには多世代交流スペース「まちっこ」、生きがい就労拠点「ぐりとる」、グループリビング「やちだまち」があります。



防音室に改装したカラオケ室(毛馬内どまっこ)無料で利用できます。(最長2時間)



洋風と和風の交流室、マッサージ機や運動機器があります。



グループリビングは、高齢者向けの共同アパートです。台所、トイレ、収納付個室、風呂、洗濯は共同です。



グループリビングは、高齢者向けの共同アパートです。台所、トイレ、収納付個室、風呂、洗濯は共同です。

お問い合わせ

鹿角市十和田毛馬内字毛馬内62-1
Tel 25-8264
多世代交流スペース「どまっこ」

鹿角市花輪字上花輪139-1
Tel 23-7755
多世代交流スペース「まちっこ」

※花輪ふくし会では
介護職員初任者研修事業(福祉人材の育成)、ヘルパーによる低料金の要介護者移送事業、病院内の付添サービス(介護保険外サービス)、介護保険における利用者負担の法人軽減、身体障がい者へ施設の入浴設備を開放した入浴支援、障がい者雇用の取り組み(雇用12名)、居宅介護支援事業、訪問入浴介護事業、特定旅客自動車運送業、地域包括支援センターの設置及び受託経営などの公益事業や公益的な取り組みを行っています。