

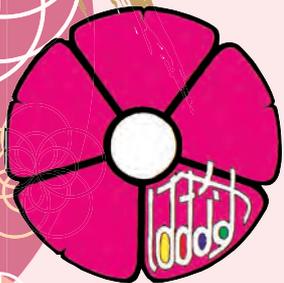
2023 第107号  
令和5年2月1日発行  
<http://www.hamanasuen.jp>



# はまなす

## お正月の華やぎ

今号はお正月らしい着物姿の皆さまが表紙を飾ってくださいました。年を重ねるごとに輝いていく笑顔は本当に素敵です。今年の干支のうさぎのように、たくさんの幸運に向かって飛躍の年になりますように。



# 新型コロナウイルス感染症について

令和4年秋以降の新型コロナウイルスの感染拡大においては、これまでの規模を大幅に超える感染者の発生が予測され、また、季節性インフルエンザとの同時流行も懸念されています。その場合でも、社会活動を維持しながら、高齢者等を守ることに重点を置いて感染拡大防止策を講じるとの国の基本方針が明示されています。

当法人でもマスクの着用や手洗い、三密を避けるといった従来からの対応を継続し、次の感染拡大防止策に取り組んでおります。皆さまには、度重なるお願いに対し、ご協力を頂いておりますことを、深く感謝申し上げます。



## PCR検査機器の導入

有事に備える水際対策として、感染が疑われる場合、法人独自で購入したPCR検査機器を活用し、迅速な感染対策を実施しています。

検査機器の整備により、速やかな初期の感染対応が可能となり、職員の勤務負担も大きく軽減されました。



PCR検査の様子

## 週1回の抗原定性検査の実施

さらに早期発見および感染拡大防止を図る目的で、「石川県高齢者施設等従事者への検査事業」を活用し、1週間に1回の頻度で、抗原定性検査キットを用いた自己検査を全職員が行っています。

## ワクチン接種

はまなす会では感染拡大防止および重症化予防の観点から、令和4年11月から特養ご入居者と法人職員がインフルエンザワクチン接種を受け、12月には5回目の新型コロナウイルスワクチン接種を行いました。

終息を願いつつも未だ先が見えないコロナ禍ですが、皆さまの安全で安心な生活を維持するために、職員一同、感染防止対策の取り組みを徹底してまいります。引き続きご協力ご支援をお願い申し上げます。

## 皆さまへのお願い

発熱やせき、のどの痛みなどの症状が見られる場合は、ご利用やご面会はお控えいただき、早期に医療機関への受診をしていただきますよう、お願い申し上げます。



受診



# 健康長寿を目指そう！「フレイル予防」

～フレイル予防の習慣を生活の中へ取り入れるために～

ウェル ビーイング  
*well-being*

(幸福・健康)



富来デイサービスセンター 看護主任

石田 好美

## 在宅で元気に過ごすには

- ① 食事 ② 適度な運動 ③ 睡眠 が大切です。

今回はそのうち ①食事と ②適度な運動についてお伝えします。

食事をおいしく摂るために、食事の前に唾液腺マッサージやパタカラ体操をするとよいでしょう。

### 唾液腺マッサージ

唾液腺マッサージとは、耳の前方から下を円を描くようにマッサージしたり、顎の下を軽く押さえたりします。唾液の分泌を促し、誤嚥の予防だけでなく口の中の乾燥を防ぐなどの効果があります。



### パタカラ体操

パタカラ体操は、「パ・タ・カ・ラ」と口を大きく動かし、繰り返しハッキリと発音します。口や舌の動きが鍛えられ、噛む力・飲み込む力が増し、脳の活性化にもつながります。



口を大きく動かし、はっきりと発音

日常生活を支えるために、適度な運動も大切です。筋力の衰えから転倒し骨折、寝たきりになる事があります。椅子に座りながらの足踏みや、つま先・かかと上げ、膝を伸ばしたままで数をかぞえたり無理のない範囲で動かしましょう。

大切なのは継続する事ですが、負担にならないよう誰でも簡単にできる体操を日々の生活に取り入れて健康長寿を伸ばしましょう。

# はまなす 歳時記

## デイサービス (赤住)

12 / 1

沢山の灯りを皆に  
届けてね～  
いつもより多く  
光ってます!!



志賀町の人気キャラク  
ターを皆で作ったよ!  
実物よりかわいい!!



## デイサービス (酒見)

100歳の  
お姉さんは誰…?



100歳になる  
お姉さんには  
負けないぞ～!



1 / 4 新年、レイウ・ゴー! カルタとり元気100%!!

1 / 6 今年は、うさぎ年「新しい事に挑戦・成長」

## デイサービス (高浜)

12 / 8



皆で楽しくクリスマスの飾りつけ♪  
プレゼントは何が当たるかな～??



職員による獅子舞!!  
健康な1年を過ごせますように!

1 / 3

## ショートステイ (高浜)

1 / 4



かわいいうさぎが完成しました。  
ブラボー!

# 春夏秋冬

## 特 養

10 / 5



広がる海にドライブの醍醐味を感じていただけましたか？

10 / 28



菊 薫る。満開になる日ももうすぐです。

11 / 6



白い画用紙に描かれたのは紫色の可憐なお花でした。

12 / 4



細部まで色を重ね、美味しそうな野菜ができあがり！

## グループホーム

1 / 4



ワクワクしながら着物を選びました♪

11 / 4

文化祭



生け花や花嫁のれんを堪能しました。花嫁のれんには嫁ぐ娘への想いが込められています。



作品の飾り付けまで皆さんで行いました。習字や手作りの作品が並びました。



# 皆様の善意に感謝いたします

(令和4年7月～12月) (五十音順、敬称略)

岩井 郁美  
 江下 敏満  
 大谷内 勉、泰子  
 岡本 安江  
 笠間 正秀  
 カンカン娘  
 坂下 貞男  
 酒見老人クラブ  
 志賀町赤十字奉仕団  
 熊野・上熊野支部  
 堀松支部  
 島田 豊子  
 下甘田ボランティア  
 白山 和江  
 白山 邦夫  
 新谷 光明  
 高田 喜一  
 高浜美容組合  
 谷 笑子  
 寺 美津栄  
 富地 静江、裕子  
 富 としみ  
 二輪草グループ  
 橋田眞知子  
 橋本 秀雄、千恵子



福田 瞬介  
 藤田 吉久  
 ほがらかグループ  
 ほほえみグループ  
 本田みよい  
 前田 正人  
 又谷 栄子  
 松田 優子  
 南 進  
 三原 直枝  
 宮野 勉  
 盛本 麗子  
 安田 拓生  
 山口 茂子  
 吉田 外江

## 職員募集

はまなす会では将来を見据え、随時、職員を募集しています。  
 常勤で働くほとんどの職員が6ヶ月程度で正職員になっています。  
 ぜひ、安定した当法人で働いてみませんか。



職種	職務内容	資格	勤務地
看護職員	利用者の看護業務	看護師または准看護師 (令和5年4月までに取得見込み可)	赤住、酒見、高浜町事業所のいずれか
調理員	利用者の食事の調理	不問。	赤住、酒見事業所のいずれか

- 人員 若干名
- 年齢 不問
- その他 その他の条件は面談のうえ決定
- 問い合わせ先 職員採用係  
電話 32-3888  
(平日 9:00~17:00)



- ✓ 新規採用者の育成体制
- ✓ キャリアパスと人材育成
- ✓ 職場環境
- ✓ 地域貢献・コンプライアンス

## 100歳おめでとうございます

発行 社会福祉法人はまなす会広報委員会

特別養護老人ホームはまなす園  
 ショートステイはまなす園  
 ☎ (0767) 32-3888

はまなす園デイサービスセンター  
 はまなす園訪問入浴センター  
 ☎ (0767) 32-3890

はまなす園生活支援センター  
 ☎ (0767) 32-4688  
 ☎ (0767) 42-2900

グループホームはまなす園  
 ☎ (0767) 32-5255

〒925-0161 石川県羽咋郡志賀町赤住ハの4番地1

はまなす園富来デイサービスセンター  
 ☎ (0767) 42-8181

〒925-0564 石川県羽咋郡志賀町酒見河原51番地

志賀町デイサービスセンター  
 ☎ (0767) 32-6000

志賀町ショートステイ  
 ☎ (0767) 32-6001

〒925-0141 石川県羽咋郡志賀町高浜町レの24番地1



ご家族から届いたメッセージカード

泉ふみ様、百歳おめでとうございます。

いつも素敵な笑顔で、元氣をもらっています。毎朝、新聞を読まれたり、手作業を頑張っています。

これからも、健やかで明るい生活を送ってください。

### 編集後記

暦の上では立春ですが、厳しい寒さが続いています。今年は大雪との予報でしたが、今のところ在宅サービスのご利用者様を安全にお迎えする事ができ、ホッとしております。まだまだ油断はできませんが、安全運転を心がけてまいります。さて、月日の経つのは早いもので、新型コロナウイルス感染症が発生し3年の月日が流れました。その間皆様には感染予防にご協力頂き誠にありがとうございました。今年はインフルエンザの流行もあり大きな不安を抱えお過ごしだと思います。職員もより一層感染予防に努めてまいりますので、今後ともよろしくお願いたします。

