



社会福祉法人青森社会福祉振興団

# まるめろ通信

[まるめろ通信 / 第 162 号]

特 費 ち の く 荘  
特 費 金 み の の 荘  
み 谷 み の の 荘  
ち の く り る  
特 費 ま め ろ



取得認証  
ISO 9001  
青森県認証介護  
サービス事業所



「絵手紙の指導は求められる限り続けたい」と語る義久さん。

## 絵手紙でみんなに笑顔をお届けます 目標は「一日でも長く自分の足で歩くこと」

にしむら よしひさ  
西村 義久さん 昭和24年生まれ 75歳 / むつ市北関根出身

私の小徑

周りから「絵手紙先生」と呼ばれる西村義久さんは、むつ市北関根に5人兄弟の末っ子として生まれました。子どもの頃は、夏は毎日のように浜関根の海に泳ぎに行き、冬は家の前の道路でそり滑りをする活発な子どもでした。

義久さんが生まれた数ヶ月後に父親が亡くなり、小学生の頃から田植えやイカ干し、菜の花の種の収穫など、母親の仕事の手伝いをしていました。「特に菜たね落としは暑くてきつかった。でもそう言う時代だったからな」と穏やかに語ります。

運動が得意で体力に自信があったこともあり、23歳の時に消防士の採用試験に応募し、見事合格します。消防士時代を振り返りながら、体力的には大変ではなかったけど、人命にかかわる仕事はつらかったと少し表情を曇らせます。

義久さんは25歳の時に農繁期に子どもを預かる保育所へ甥を預けに行き、そこで保育士実習生として来ていた義久さんと出会い結婚をします。恵まれた2人の男の子は運動が得意で、長男は陸上で、次男は野球で活躍し、大会があるたびに家族で応援に行きました。「長男は北北駅伝に出たし、次男は野球の東奥日報社杯で優勝したよ」。

違った義久さんは、小学4年生の時に東奥日報主催の絵画展で入賞しました。これをきっかけに、更なる絵画の楽しさを知ります。独学で絵画を学び、消防士になってからも時間を取って絵を描き続け、その絵を集めてむつ松木屋、むつ市立図書館、銀行のホールを借りて個展を開いたこともあります。

現在は、「むつ絵手紙サークル」の講師を務めています。むつ総合病院の渡り廊下の折々の絵手紙は、義久さんが指導するサークルの作品です。指導役を引き受けてから20年以上が経ち、今も月2回中央公民館に教えに行きます。

2023年頃から身体の動きに低下がみられ、月に数日間みちのく十二林ショートステイを利用しています。「山菜ときのこ採りが何よりも楽しかったけど、今はそれに行けなくなるとも残念だからこそ、今の目標は一日も長く自分の足で歩くこと。」と力強く語ってくれました。



義久さんの作品「パプリカ」の絵手紙

担当 / 奥島 義徳

### 青森社会福祉振興団の施設紹介

### 「金谷リハビリテーションセンター」 （短時間型）

「金谷リハビリテーションセンター」では、午前（9時～12時）、午後（13時～16時）の二部制の短時間型通所リハビリテーションとなっております。

介護認定を受けた方であればサービス利用可能です。主に整形外科疾患・脳血管疾患の方が多いですが、難病（神経難病（脊髄小脳変性症・ALS）等）の方でも理学療法士と一緒に運動メニューを考え、実施します。最近では、運動する機会が減った方に対しても体力向上に向けた、機械を使ったトレーニングや自主トレーニング指導を行っております。

皆さんと一緒に運動してみませんか？



コミュニケーションを取りながら、リハビリを行います。

「金谷リハビリテーションセンター」(短時間型)では、社会参加へ向けた身体機能の維持・向上や、日常生活の質の向上を目的としたリハビリを提供しています。

退院後の継続したりリハビリや、日常生活動作能力が低下してきた方がご利用いただけます。

金谷リハビリテーションセンターの一日の流れ	
送迎	自宅まで送迎
バイタル測定	体温・血圧を測定し、体調確認
体操	1時間ごとに「腰痛、腰痛予防」、「体力向上」「リラクゼーション」を目的とした体操
リハビリ	理学療法士が身体評価し、運動メニューを立案、実施
マシントレーニング	筋力評価、個々に応じた負荷を設定し筋力強化
物理療法	温熱療法、干渉波治療器、超音波治療器を用いて疼痛緩和
歩行トレーニング	万歩計を付けて歩行
エステ	「エステルーム SAKURA」にて肩もみ、フットマッサージ、ハンドマッサージ
※希望者のみ	ウォーターベッドも完備

### 利用の相談

担当のケアマネジャーにご相談ください。担当のケアマネジャーがいない場合は、「みちのくケアプランセンター」へご相談ください。

【お問い合わせ先】  
みちのくケアプランセンター TEL: 0175-23-7070

やさしい街づくりを応援しています。

快適な生活環境を創出して  
**谷川環境衛生開発株式会社**  
代表取締役 谷川 聡

業務項目

- 浄化槽保守点検・浄化槽清掃
- 下水管清掃
- 一般廃棄物収集運搬
- 産業廃棄物の収集運搬
- 排水管・排水処理浄化及び職機清掃
- 一般廃棄物最終処分場維持管理

例 年 昭和44年1月  
所在地 〒035-0061 青森県むつ市南町41番1号  
TEL 0175-22-2659 FAX 0175-22-7783  
フリーダイヤル 0120-12-2659  
E-mail tsukagawa@alpha.cmu.ac.jp

12/7,8 新作シネマ上映会

※予定は予告なく変更になる場合がございます

**下北文  
化会館**

☎ 0175-22-8411  
Fax 0175-22-8414  
https://shimobun.com

水産物・青果物・食肉・冷凍食品等の卸売

有限会社  
**ニッショク**  
NISSYOKU

青森県むつ市大曲二丁目 13-35  
電話(0175) 22-7222  
FAX(0175) 22-7081

《技術に生きる》  
病院設備機器・研究設備機器

株式会社 **三和 医理科**  
むつ営業所

〒035-0063 むつ市若松町2-54  
TEL 0175(23)8760  
FAX 0175(23)8761



介護記録を日本語で入力しています。



- 外国人材の日記は、ホームページでも更新しています。
- スマートフォンでチェック!!

●アインさんの自筆です。

日本へ来て2年以上経ちました。来日当時は雪や電車など見るものが新鮮でした。日本の生活にも徐々に慣れて来ました。この2年間は長くも短くもありませんが、より成長し、多くのことを学び、自己管理出来るようになりました。職場では同僚が多くの助けと指導を受け、自分自身で仕事もすることが出来るようになりました。日々の仕事に取り組みも利用者様は快適と安心をお届けできるような、私も頑張りたいと思います。



# アインの日記

出身地 ベトナム社会主義共和国  
フエ省



## まるめろ フォトスケッチ

みちのく荘 法要会

まるめろフォトスケッチでは、みちのく荘のニュースを写真と一緒に紹介します。

特別養護老人ホームみちのく荘では、毎年旧盆の時期に故人のご冥福をお祈りする「法要会」を行います。  
法要会では、施設内のホールに祭壇を設け、住職にお経をあげてもらいます。  
入居者は会場に参列し、納涼祭などのイベントの映像を見ながら、一人ずつ焼香を行い、かつて特養にお住まいだった方々との大切な思い出を振り返ります。



## みちのくヘルパースクール 介護福祉士実務者研修講座（通信課程）

法人では、地域社会における地域福祉の担い手として貢献し得る人材を養成することを目的に、2003年「みちのくヘルパースクール」を開校し、ヘルパー2級講座（介護職員初任者研修）を始めました。  
2017年からは初任者研修レベルの知識に加えて、より専門性が高い内容を学ぶ「介護福祉士実務者研修講座（通信課程）」を開講しております。  
感染症予防等のため、しばらく開催を自粛していましたが今年から再開し、今回で第30回目の開講となります。  
青森市や八戸市まで行かずに、働きながらむつ市で自宅学習と土・日曜日にスクーリング（授業）を行い、「介護福祉士実務者研修」が修了できます。  
来年度も募集を予定しておりますので、興味のある方はホームページをご覧ください。  
※介護福祉士を受験するための条件が2016年度より『実務者研修の修了と3年以上の実務経験』が必要となります。

### 研修の流れ

1. オリエンテーション  
・入校の説明

2. 自宅学習（通信）  
・e-ラーニングでの学習

3. スクーリング（授業）  
・介護過程Ⅲ 計6回予定  
・医療的ケア 計1回予定  
（土・日曜日で行います）

4. 修了認定



- みちのくヘルパースクール開講のお知らせはホームページで確認できます。
- こちらから簡単アクセス!!

## 法人初！ 外国人在留資格 技能実習から、特定技能へ

◆特定技能制度は、国内人材を確保することが困難な状況にある産業分野において、一定以上の日本語レベルや技能を有する外国人を受け入れることを目的とする制度です。

法人には、現在ベトナム人技能実習生が15名います。「みちのく城ヶ沢フードセンター」で2019年から働いている技能実習生のマイさんとイェンさんは、5年間の技能実習を終えた後も、日本で働き続けるため、「特定技能1号技能測定試験」を受験しました。  
試験は、調理や衛生、接客まで幅広い問題があり、問題はすべて日本語で出題されるため、大変な苦勞がありました。見事に2人そろって合格することができました。  
法人としては初めて、技能実習から特定技能への移行となります。今後も調理員として、利用者へ安心安全なサービスを提供できるように頑張っていきます。



「日本に残って、もっと働きたい！」



食材を均等な大きさに切っています。

## やさしい街づくりを応援しています。



ENEOSグローバルエナジー株式会社  
URL <http://eg-energy.jp/>

むつ支店：むつ市南赤川町10-27  
TEL 0175-22-8320

岩盤浴・もみほくし・コラーゲンマシン etc...  
こころ、からだ、ステキにすこやかに。



気合を入れて「えいっ!!」



射的的的中心狙って「もっと、もっと前にどうぞ」

2024年7月下旬に「特別養護老人ホーム金谷みちのく荘」の敷地内で、夏祭りを行いました。  
コロナ禍では利用者だけの開催や感染予防のため自粛が続きましたが、今年は利用者の家族も招待しました。  
会場では、焼き鳥、バナナチョコ、かき氷、射的等の屋台が並び、職員によるフード対決も行われ、施設長が作った「焼きおにぎり」が見事に優勝しました。  
お腹を満たした後は、会場の中心で輪になり「おしまこ」を踊り、最後には花火をしました。  
あっという間に夏祭りは終わりを迎えました。今年も暑い日が続かなか、久しぶりに屋外で家族と一緒に夏祭りを楽しむことができ、会場は笑顔で溢れていました。



「焼き鳥をください」引換券で交換。



## 「金谷みちのく荘」夏祭り

