



ぜひ、ぜひ、
みんさんへ
おしやうな



新潟県立巻総合高校3年生
我妻 聖来さん



あなたに元気で
長生きしてほしい
料理集

あら、
おーん、
うーん



～巻総合高校の生徒さんがレシピを考案してくれました～

ふわふわハンバーグ

【材料】（4人分）

ハン バー グ	合いびき肉	150g
	玉子とうふ	80g
	はんぺん	20g
	玉ねぎ	1/2 個
	パン粉	30g
	牛乳	大さじ 2
	塩こしょう	少々
ソー ス	マヨネーズ	大さじ 1
	大根	1/6 本
	玉ねぎ	1/4 個
	しょうゆ	大さじ 1
	みりん	大さじ 1
	砂糖	小さじ 1/2
	片栗粉	小さじ 1/2
	水	大さじ 2

【作り方】

- ①玉ねぎを細かくみじん切りにして、色が変わるまで炒める
- ②パン粉に牛乳を入れる
- ③合いびき肉にはんぺんを入れて形がなくなるまで手でつぶすように混ぜる
- ④残りの食材も加えて、粘り気が出るまで混ぜる
- ⑤食べやすい大きさに形成し、少しの油で両面に焼き色を付け、水を入れて蓋をし、ふっくらと焼く
- ⑥ソースは、大根、玉ねぎ以外の材料をフライパンに入れて沸騰直前くらいまで煮詰める
- ⑦⑥に、大根、玉ねぎをすりおろして入れる

【今回のレシピのポイント】

お年寄りが食べやすいように、やわらかさ、なめらかさ、ふわふわ感が出るように考えました。

- ①玉子とうふをつなぎに使い、パン粉を少し多めに入れることで、ふわふわになります。
- ②舌触りをよくするために、はんぺんは形がなくなるまで肉に混ぜ、玉ねぎは細かくみじん切りにしました。また、職員さんから、マヨネーズを入れるとやわらかくなめらかになるというアドバイスを頂きました。
- ③ソースは、大根おろしを入れることでさっぱりとした味になります。

ぜひ、試してみてください。

【編集後記】第三号の発行を終えて



新しい年を迎えたと思った途端、記録的な大雪に見舞われ、2021 年は大変な幕開けとなりました。新型コロナウイルスは、相変わらず型を変えながら居座り、ワクチンができてもちがっごこ…人類とウイルスの戦いは永遠のテーマだなあと感じます。さて、今回のテーマは「冬だけだったかい」です。新型コロナウイルスの影響で人と人との関わりが希薄になり、身も心も寒くなっている方も多いのではないのでしょうか。そんな状況の中でも、人の温もりを感じられるような紙面にしたい、暖かさを届けたい、と思い作り上げました。個人的には、「はたらく」特集の、サーフィンが趣味の 54 歳♥が見どころです。もともとご利用者のファンがいましたが、さらにファンが増えるのではと期待しています（笑）

広報委員 神田



03



冬
だ
け
ど
あ
っ
た
か
い

まき福祉会の 在宅サービス

まき福祉会では、入所施設だけでなく、在宅サービスも複数展開しています。住み慣れた地域、大好きな我が家で暮らし続けたい、というご利用者の想いを様々な形で支援する在宅サービスについて、いくつかご紹介したいと思います。

白寿荘東居宅介護支援サービスセンター

白寿荘東内にあり、2人のケアマネジャーがいます。介護保険の申請、居宅サービス計画書の作成、サービス事業所との連絡調整等を行うとともに、介護に関する各種相談や手続きを行っています。

ケアマネジャーとは

介護保険のサービスを利用する方などからの相談に応じ、適切な在宅または施設サービスが利用できるように、市町村、在宅サービス事業者、介護保険施設、医療機関などとの連絡調整を行います。担当ケアマネジャーは、少なくとも1ヶ月に1回はご利用者宅を訪問し、ご本人の状態やサービスがきちんと行われているかを確認したり、見直しをします。また、介護に関する相談を受け、解決に向けて一緒に考えます。



サービス事業者含めたサービス担当者会議の様子



自宅を訪問したところ



石本 真奈美

丹羽 朝江（管理者）

いつも
寄り添ってくれる
安心感

みんなであつたかいなく

voice

ご利用者やご家族から頂いた声

- ・ご利用者：担当ケアマネがいてくれて、いつでも相談でき、不安なくサービスが利用できる
- ・ご家族：本人に合ったサービスの利用につながり、自分の時間にも余裕ができた

介護に関するどんな小さな相談も受け付けています。
不安なこと、悩んでいることがあればぜひご相談ください。

Happy garden

通所型基準緩和サービス

ハッピーガーデン

ハッピーガーデンは、介護予防を目的とし、事業対象者（チェックリスト該当者）と、介護保険の要支援者を対象に行っている通所サービスです。週に1回、午前中に実施、1日の定員は 20 名です。現在は 24 名の方が登録しています。

まるで魔法にかかった
みたいに元気になる
（ご利用者の声）



歌に合わせた体操、ダンベル体操、ノルディックウォーク、足のコンディショニングなど、ご利用者の身体の状態に合わせた運動、体操などを行っています。「昨日まで足が痛くて眠れなかったのに、ここに来るとなぜか痛みが消えるんです。」と真剣な顔で教えてくれるご利用者も。職員もびっくりです。また、年に数回、会食や外出行事もあり、楽しく活動しています。ありがたいことに、ご利用者やボランティアさんが新規のご利用者を誘ってくれて、常にキャンセル待ちの方がいる状況が続いています。

ボランティアさんも元気に活動しています

ハッピーガーデンでは、10 名程のボランティアさんが活躍しています。物品の準備をテキパキとこなしたり、ご利用者と楽しくお話ししたり、スイーツを作ってくれたり。ボランティアさんがいてくれるととても賑やかになります。現在は、新型コロナウイルスの影響でお休みしていただいておりますが、また一緒に活動できる日が楽しみです。

voice

ボランティアさんの声

ご利用者との壁を感じず、楽しくお話ししたり一緒に体操したり、生き方から学ぶことも多く、私も元気をもらっています。ここで知り合ったボランティアさんとも仲良くさせてもらい、活動がない日にもランチに行ったりと、ハッピーガーデンでの様々な出会いに感謝しています。（山本美智子さん）



冬だけど あったかい まき福祉会

あなたの笑顔で
私も笑顔に



ヘルパーステーション

白寿荘西

「笑顔で明るく」を合言葉に、
白寿荘西では15人のヘルパーが活躍しています。

ご利用者が、住み慣れた我が家で、いつまでも自分らしく過ごせるような支援を心掛けています。ヘルパーはできないところを支援するだけではありません。ヘルパーと一緒に家事をすることによって、少し難しくなっていることも安心してできたり、できることによって自信がついて意欲も出ます。できるところを継続できるよう支援することで、心身共に豊かになり、ご自宅での生活も続けられると考えています。ヘルパーはご本人、ご家族の想いに寄り添い、望む生活を支える大切な役割の一つであると思っています。

「思い出いっぱいの
家で暮らしたい」



ヘルパーと一緒に夕食の支度

安
心して我が家で
暮らさせて
あげたい



隙間時間を
心豊かに



愛着のある我が家で暮らしたいと希望するご利用者の生活を、少しでも支えられるよう頑張りたいと思います。
どうぞよろしくお願い致します。



職員紹介 本田邦広

昨年の12月から、男性職員がヘルパーに入職しました。介護の経験も豊富で、さらに即応予備自衛官（※）でもあり、頼もしい存在です。今後は入浴など、同姓介助のご希望に沿うことができます。

※即応予備自衛官

普段はそれぞれの職業に従事しつつ訓練を行い、いざという時に自衛官として国の防衛、災害時の救援等の活動を行います。

ヘルパーの仕事の魅力

ヘルパーの仕事は施設での介護とは違い、ご利用者の自宅へ訪問して、介護や炊事・洗濯などの家事援助を行います。1対1の関わりはご利用者の想いをしっかりと受け止めることができ、お互いの満足感に繋がっています。ヘルパーの訪問を楽しみに待っていてくれるご利用者がいたり、「ありがとう」と直接感謝の言葉をいただいたり、ご利用者の心身の状態が良くなっていくのを肌で感じられることは、私たちヘルパーの励みになっています。また、日々の関わりの中で、人生経験豊富なご利用者から、生活の知恵や考え方など、学ぶことも多くあり、奥深く、とてもやりがいのある仕事です。

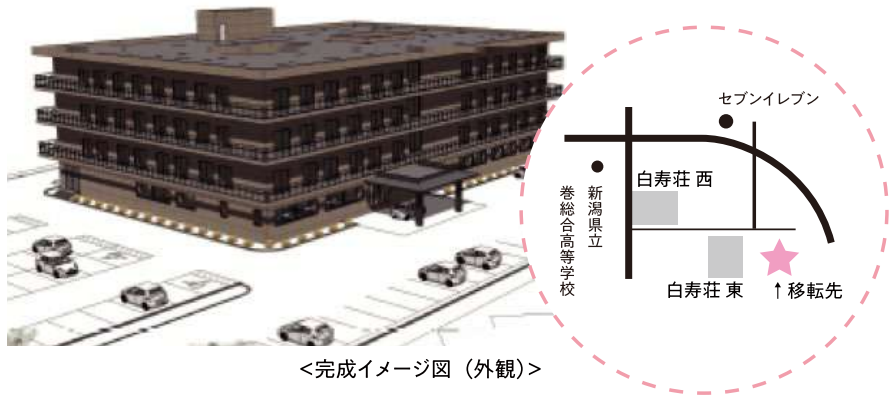
登録ヘルパー

白寿荘西のヘルパーは、登録制度もあります。子供が小さいうちは昼間の数時間だけ働きたい、体力が心配だから毎日は働けない…など、様々な事情に合わせた働き方ができます。研修も充実しており、不安がなくなるまでベテランのヘルパーが同行してくれるので、経験が少ない人も安心して働けます。

登録ヘルパー募集中!!

ヘルパー2級もしくは、初任者研修終了者の資格があれば登録できますので、隙間時間を活用したいと考えている方はぜひご連絡ください。

白寿荘東移転 改築工事の 進捗状況を お知らせします



1 白寿荘東移転改築工事（建築本体工事）の入札が行われました。

令和2年12月23日、白寿荘東移転改築工事（建築本体工事）の入札が行われた結果、8億7500万円（税抜）で、本間組・水倉組・吉田建設JVが落札しました。令和4年3月の完成、同春の開所を目指します。新しい施設は4階建てで、現在同様、特別養護老人ホーム100人とショートステイ20人の定員となります。内部は、1階部分に事務室、居宅介護支援サービスセンターなどの管理部門、2～4階に全室個室のユニット型の特別養護老人ホームとショートステイを配置する予定です。なお、屋外に東屋を設け、通常時にはバーベキューなどができる地域交流のスペースとして使用するほか、有事の際などの災害時にも対応できる場所として活用します。

2 安全祈願祭が執り行われました。

令和3年1月20日、特別養護老人ホーム白寿荘東移転改築工事安全祈願祭を行いました。当初、建設予定地で行う予定でしたが、大雪の影響で榎神明宮にて行うこととなりました。理事長をはじめ、建築にかかわる業者の代表者10名が参列し、工事が無事に行われるよう祈願しました。令和4年3月15日竣工に向け、いよいよ工事が始まります。



New!

新しい白寿荘東は、
現在の多床室の施設から
ユニット型の施設へ。

※ユニット型とは？
10人程度の少人数のグループを1つのユニットとし、共有スペースを囲むように個室が配置されています。家庭的な雰囲気、入居者一人一人のニーズや生活リズムに合わせた個別のケアが提供され、安心して生活を送ることができます。



今後も、広報誌やホームページ等で進捗状況をお知らせいたします。
地域の皆様におかれましては、工事着工に伴いご迷惑をおかけしますが、引き続きご理解ご協力をお願い申し上げます。

i 建設工事に関するお問合せは、
右記担当までご連絡ください。

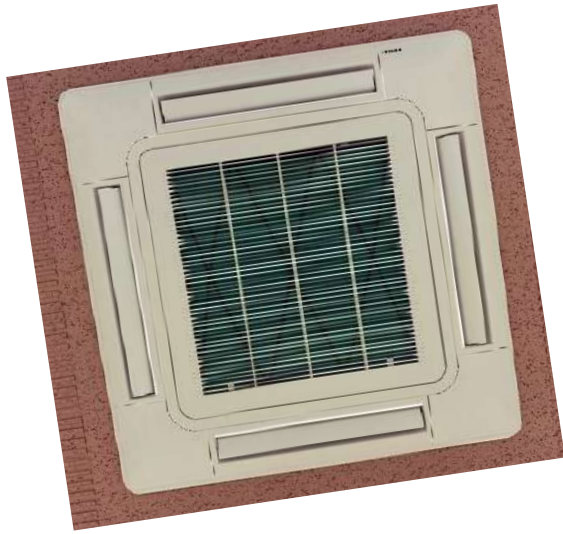
法人本部 白寿荘東建替準備室
担当：白寿荘東建替準備室長 田中順一
TEL：0256-72-1077（白寿荘西内）

※撮影用にマスクをはずしています



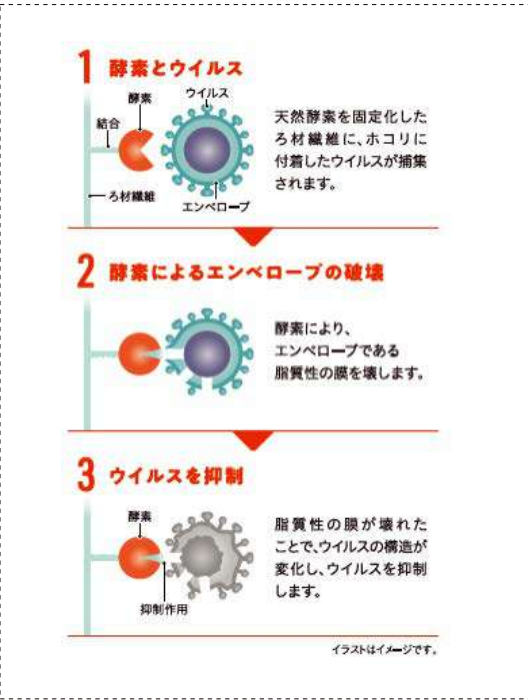
まき福祉会では、施設内の 空間除菌・消臭に取り組んでいます！

1 「新型コロナウイルス感染症緊急包括支援交付金」にて、地域交流スペース
白僚のひろばの空調設備（全11台）の入れ替えを行いました。



酵素フィルター
フィルター繊維に固定された天然の酵素が
捕集した微生物の増殖を抑制。

酵素によるウイルス制御の仕組み



2 ご利用者の生活スペース（お部屋・食堂・トイレ等）の消臭のため、
自然浄化ケアミスト「LAPI-Oラピオ」の噴霧を行っています。



米国fogmaster社製の高性能噴霧器で、目に見えない位の細かなミクロの微粒子で、液剤を噴霧しています。もちろん人体には無害の、オーガニック成分の微生物活性剤から作られた溶剤をお部屋に噴霧することで、微生物が活性化し、お部屋が清浄（＝無臭）な環境に戻る仕組みです。きれいな空気で生活していただけるよう、定期的に噴霧しています。

わたしたちは はたらく

vol.3

はたらく男性特集

まき福祉会の
仕事

今回はまき福祉会で働く男性特集です。
職場でもプライベートでも「愛」に溢れ、
充実した日々を送っている男性職員7名をご紹介します！

ご利用者の笑顔と笑い声が パワーの源です！

プロフィール

- ①名前（なまえ）
- ②所属事業所と現在の職種
- ③年齢

- ①中澤 裕司（なかざわ ゆうじ）
- ②ケアハウス白寿荘西 介護職員（リーダー）
- ③54 歳

hobby

趣味について

もともと身体を動かすことが好きで、若い頃から波乗りをしています。最近はバドミントンにもハマっています。波乗りは常にコンディションの違う自然が相手で、非日常を味わえることが醍醐味です。海にいる時は良い気分転換になっています。



Job

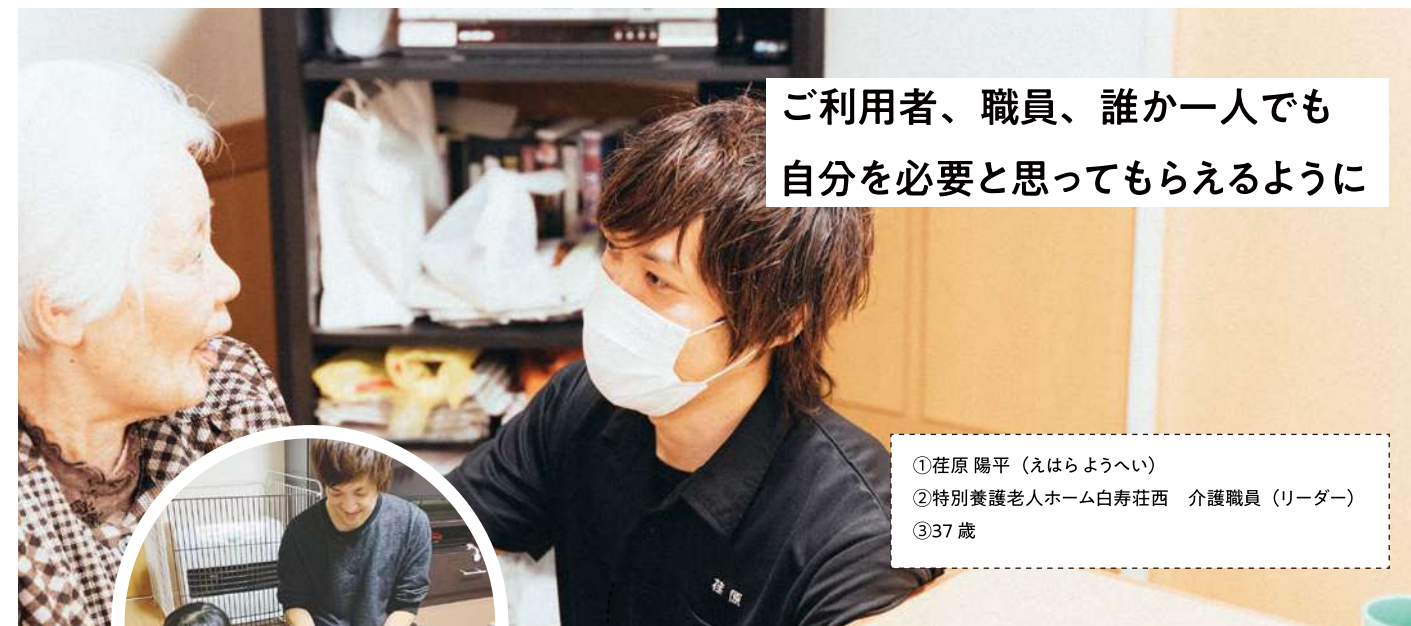
仕事について

ご利用者の笑顔と笑い声がパワーの源です！
日頃から、ご利用者ひとりひとりの気持ちに寄り添い、今まで送ってこられた人生や価値観を尊重し、その人らしい生活を送っていただけるように努めています。またリーダーの役割として、スタッフの悩み等を聞き、解決に向けてリーダーシップを発揮できればと思っています。

熱いメッセージなど

ケアハウスのスタッフはもちろん、ご利用者も元気で明るく活気に満ちています。スタッフの平均年齢は他の部署と比べ高いのですが、そこはベテランのスキルで安心感をお届けしています。

※撮影用にマスクをはずしています



ご利用者、職員、誰か一人でも
自分を必要と思ってもらえるように

- ①荏原 陽平（えはら ようへい）
- ②特別養護老人ホーム白寿荘西 介護職員（リーダー）
- ③37 歳

仕事について

基本的には考えすぎずに、常に肩の力を抜くように心がけています。ご利用者、職員、誰か一人でも自分を必要と思ってもらえるように願いながら仕事をしています。

熱いメッセージなど

介護の仕事は決して楽なことばかりではありませんが、人の助けになり、必ず必要とされる大切な仕事です。少しでも興味のある方は是非「まき福祉会」をお訪ねください。

hobby

趣味について

独身の頃は色々な趣味もありましたが、子供が生まれてからは子供と遊ぶ時間を大切にしています。今は、将来娘達に嫌われないかだけが心配です。



特養がより地域に開かれた
施設になれば

- ①千喜良洋（ちきら ひろし）
- ②特別養護老人ホーム白寿荘東 介護職員
- ③43 歳

仕事について

ご利用者の皆さんが笑顔になれるように、いろいろなレクリエーションを企画しています。日常生活での楽しみの一つとなればと思っています。

熱いメッセージなど

ご利用者と地域との交流の機会をもっと作っていただければと思っています。特養がより地域に開かれた施設になればと思っています。

hobby

趣味について

外をゆっくり走ることが好きです。気分転換になります。只今、人生と一緒に走ってくれるパートナー募集中です。もし、ご興味ありましたらまき福祉会にご連絡ください。（笑）

※撮影用にマスクをはずしています



どんな人にもある個性
その人にあった支援を

- ①菅原 優作（すがはら ゆうさく）
- ②ショートステイ白寿荘東 介護職員
- ③28 歳

Job

仕事について

1人1人を尊重し、相手の立場に立って考えることを大切にしています。どんな人にも個性があり、これまでの生活や習慣などの背景に着目し、その人に合った支援を心がけています。

熱いメッセージなど

新型コロナウイルスが、早く終息しますように!!

趣味について

最近ではコロナ禍でなかなかできていませんが、地元の仲間と一緒にフットサルをしている時が一番楽しい時間です。

hobby



あらゆる価値観を大切にし、
視野を広げていきたい

- ①菅井 翼（すがいつばさ）
- ②小規模多機能型居宅介護事業所 彩りまき 介護職員
- ③25 歳

Job

仕事について

あらゆる価値観を大切に、本や研修会、他の職員の話など、様々な人の考え方に興味を持ちながら、視野を広げていきたいと思っています。

熱いメッセージなど

今回は 'knock' に 2 回目のオファーありがとうございます。またこのページを読んでくださっている方もありがとうございます。また載せてもらえるように日々自分を磨いていきたいと思っています!

hobby

趣味について

大学 4 年の時から「ももいろクローバー Z」にハマっています。コロナ禍でライブなどのイベントには参加できていませんが、DVD を見て踊ったりして活力にしています。飽き性の自分が唯一続いている趣味です (笑)



ご利用者が楽しく
地域で生活できるように

- ①菊田 雄一（きくた ゆういち）
- ②地域活動支援センター ビース 障がい支援相談員
- ③34 歳

Job

仕事について

普段は、障がいのある方の支援をしています。ご利用者が楽しく地域で生活できるようお手伝いすることを心がけています。

熱いメッセージなど

巻出身ではないですが、巻を第 2 のふるさとだと思っています。これからも巻での生活をエンジョイしたいです。

hobby

趣味について

昨年から DIY に目覚めました。週末は、自宅の駐車場でテーブルやイスを作っています。今は子どもと一緒に遊ぶ「ストラックアウト」を計画中です。



日々の笑顔を引きだし
お話をしっかり聞く

- ①伊藤 良（いとうりょう）
- ②小規模多機能型居宅介護事業所 七浦の里 介護職員（主任）
- ③40 歳

hobby

趣味について

体を動かすことで気分転換とダイエットを兼ねてバドミントンをしています。バドミントン部の娘や小学生の息子と一緒に運動するのが楽しいです。

Job

仕事について

ご利用者が、七浦の里で満足してもらえるよう、何気ない日々の関わりで笑顔を引き出し、お話をしっかり聞くように努めています。

熱いメッセージなど

年々メタボが進行中です。どなたか効果的なダイエット法があれば、七浦の里にご連絡をお待ちしています。(笑)



一緒に働ける
皆さんを
募集しています!

未経験の方、経験を活かしたい方、復職を考えている方、転職をお考えの方、まき福祉会にあなたの求める働き方があるかもしれません。是非、お気軽にお問合せください。

- ◆介護スタッフ（未経験者OK）
- ◆登録ヘルパー
- ◆機能訓練指導員（理学療法士・作業療法士）
- ◆看護職員

法人説明会実施中

法人本部採用担当：阿部・大杉

Tel：0256-72-1077

Mail：info01@hakujiyusou.jp

series
地域と手を取り合って ～新潟県立巻総合高等学校との連携～



まき福祉会では、隣接する巻総合高等学校と連携し、様々な活動を行っています。巻総合高校は、新潟市内で唯一、総合学科を設置する高等学校です。当法人では、数年前から、家庭・福祉に関する専門科目を学ぶ「生活文化系列」の実習や、放課後の課外活動「家庭クラブ」の生徒さんの受入れなどを行ってきました。福祉や介護の世界に、興味・関心を持ってくれる生徒さんが増えると嬉しく思います。

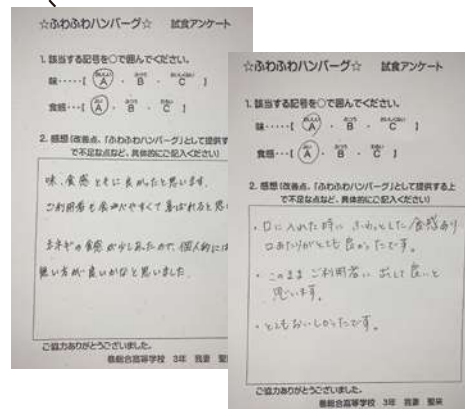
「生活文化系列」の生徒さんの課題研究に協力しました！

巻総合高校3年生 我妻 聖来さんの課題研究は、「高齢者が食べやすい、ふわふわの美味しいハンバーグのレシピを完成させる」といったもので、最終的に白寿荘のご利用者から実際に食べていただきたい、という希望がありました。この課題にぜひ協力したいと思い、施設の管理栄養士や厨房のスタッフ、介護職員等に協力をお願いし、何度も試作をしてレシピが完成しました。

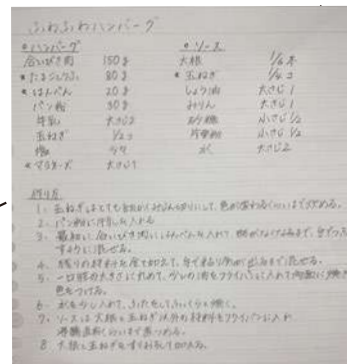


打ち合わせから始まり…

我妻さん試作のハンバーグを職員が試食



試食に協力してくれた様々な職種のスタッフが、それぞれの視点でアドバイス



ふわふわ感と食感のなめらかさを出したり、ソースを改良したりと、職員のアドバイスを参考にレシピを練り直し、何度も試作をしてくれました。

※撮影用にマスクをはずしています



2 新潟市「医療・介護の出前講座事業」で講座を行いました！



生徒さんと年齢の近い若手職員（彩りまき：若林介護職員）が、自分が福祉の道に進んだきっかけや、介護の仕事のやりがいなどについてお話しし、みなさん熱心に聞いてくださいました。これから進路を決める生徒さんにとって、資格の取得方法など、参考になったことがたくさんあったようです。



来たよ～

／まさよが来る／
支え合いのしくみづくり推進員の
活動だより

「地域の困りごとを、
おたがいさまの気持ちで
支え合う！」

グリーンハイツ
支え合いの会

会の目的は…
高齢になっても、障がいがあっても、いつまでもグリーンハイツで安心して暮らし続けることができるように、互いに気にかけて、困ったときには助け合える地域にしたいと思っています。

会を立ち上げるわけは…
グリーンハイツでも、一人暮らしの方や高齢者のみの世帯は確実に増えていきます。「私はまだ大丈夫」「このくらいなら自分や家族で何とかする」…今は大丈夫でも、この先は必ず難しくなることが心配されます。そこで、困った時に声をかけ、互いに支え合えるしくみをつくりたいと有志が集まりました。

願いは「おたがいさま」という気持ちで…
だれでも年をとると多少の困りごとがあります。今はお手伝いする側でも、お手伝いされる側となることもあります。ちょっとしたことや、事を急ぐ災害時に頼りになるのは隣近所の方です。同じ地域の者同士「おたがいさま」の気持ちで支え合っていきたいと考えています。

「グリーンハイツ支え合いの会」のメンバーです！
田畑允弘(代表) 亀山裕 高野奈江 荒川邦夫 波多野聖四郎
松本弘 赤川勝矢 田村政明 南雲修三 阿部忠明(事務局)

【電話でのお問い合わせ先】阿部忠明 095-833-1111(事務局)

画面もご覧ください！

高齢になっても障がいがあっても地域で安心して暮らし続けたいと、「支え合いの会」が誕生しました！

グリーンハイツ自治会に「グリーンハイツ支え合いの会」ができました。まずは、地域に暮らす高齢者への声かけや見守り訪問から始め、今後は、生活の中のちょっとした困りごとにも対応していく予定です。代表の田畑允弘さんは、「グリーンハイツに住んでいて良かった、と思える地域づくりをしたい。私たちがいつか活動でき

なくなっても、支え合いの活動が地域に根付き、継続していくような活動にしていきたい。」と語ってくれました。昔のように、大家族が多く、地域の繋がりも強かった頃には必要のない活動かもしれませんが、少子高齢化が進行している現代では、様々な不安や、ちょっとした困りごとを抱えている人が増えています。

「今は元気だから支える側に、年をとって困ったら助けてね。」というお互い様の気持ちで活動します。自分の地域や自治会でもこのような活動を検討したいと考えている方、是非、支え合いのしくみづくり推進員の阿部昌代(まさよ)に連絡をください。一緒に可能性を探り、実現させましょう。



最終レシピが完成し、白寿荘西の夕食の献立に採用されました♪せっかくの機会ですので、我妻さんにご利用者の生の感想を聞いてもらいたかったのですが、新型コロナウイルス感染対策のため断念…。しかし、ご利用者から我妻さんにコメントが寄せられました！皆さん、大変喜ばれていました。



高校生が考えたとは思えない！とても美味しかったです。

何度も試作をしたと聞きました。ありがとうございます！

とても美味しく食べやすかった。おろしソースも美味しかったよ。

※撮影用にマスクをはずしています