

# 高寿会だより



季節を彩る作品です♪



2025年度栄養関係功労者厚生労働大臣表彰を受賞しました。(給食サービス部)



今年もありがとうございます(^^) 和野権現舞様



2026. 1. 1

## 令和8年 新年のご挨拶

新年明けまして、おめでとうございます。今年も輝かしい新年をお迎えのことと存じます。

皆様には、日頃より当法人の運営に温かいご理解、ご協力をいただいておりますことに、改めて厚く御礼を申し上げます。

昨年は、コロナウイルス感染症により、デイサービスやショートステイなどの事業所が一時休業し、ご利用者やご家族の皆様に変なご迷惑をおかけいたしました。今後更なる、感染防止に努めてまいります。

また、高寿園が栄養関係功労者として、厚生労働大臣表彰を受賞しました。利用者さんの状態に合わせた美味しい食事の提供を心がけてきた事が評価されたものと思います。今後、更に工夫を重ねてまいります。

今年はず（うま）年。馬のように力強くそして一歩ずつ、職員心得である「やさしい心、やさしい言葉、やさしい笑顔」を旨として、より一層サービス向上を目指してまいります。これまでと同様に皆様のご支援とご協力を心よりお願い申し上げます。

社会福祉法人高寿会 理事長 菅野道弘

〒029-2205

岩手県陸前高田市高田町字東和野67番地

2025年10月～12月号  
第185号

社会福祉法人 **高寿会**

TEL 0192-55-3700 FAX 0192-55-3701

社会福祉法人高寿会ホームページ rikutaka-koujyukai.com/  
(高寿会だよりのバックナンバーや、求人情報も掲載しておりますご検索下さい)

# 高寿園本館

12月23日クリスマス会です。  
ツリーの側で記念撮影をしたり、クリスマス  
プレゼントを受け取っての記念撮影です。  
ケーキも召し上がりました。



12月30日もちつき会が開催されました。  
皆さん頑張ってもちつきしました。甘酒と  
小豆ぱつとを召し上がりました。お正月を  
迎える準備がととのいました。

あけまして  
おめでとう  
2026年  
あけまして  
おめでとう



# 高寿園別館

## クリスマス



皆さんプレゼントをもらい  
喜ばれていました



## 日常の様子



さあ、何をしましょうか？



美味しいラーメンを  
いただきました♡



リンゴの皮むきに挑戦中！



# はまなす

## 《食からの発信》



### 給食サービス部の取り組みと 七草粥のご紹介



給食サービス部は、昨年10月に全国の特定給食施設として、15施設が選ばれ、「栄養関係功労者厚生労働大臣表彰」を受賞いたしました。ご利用者様一人ひとりの体調や、食べる力に寄り添ってきた事、地域の食材を積極的に取り入れた食事提供に努めたことが評価されました。ご協力いただいている地域の皆さまに感謝するとともに、今後も精進してまいりたいと思います。



さて、1月7日の七草粥の日には、味や見た目を楽しみつつ季節行事を感じていただける献立を提供いたしました。昔のことを思い出しながら「摘んで食べたなあ」と喜んで頂きました。行事食は食べる意欲につながる大切な時間です。給食サービス部では行事食の提供に取り組んでまいります。次回もお楽しみにしてください。

# みずき



## 医務室だより

### ☆ ナチュラルキラー細胞 ☆

『笑いは百薬の長』『笑いに勝る良薬なし』ということわざがあります。笑うと免疫をコントロールしている間脳の興奮が伝わり、情報伝達物質が活発に生産され、血液やリンパ液を通じて体内に流出して悪影響を及ぼす物質を退治している『ナチュラルキラー細胞』を活性化し免疫力が高まるそうです。

笑うことで脳の働きが活動的になり、大きく笑った時の呼吸は深呼吸や腹式呼吸と同じ様な状態と言われるため、健康に良いと言われています。

今年一年も、笑うことで健康に暮らしたいですね(^\_^)



# 高寿園デイサービスセンター



秋の飾り作り



クリスマス忘年会

新年明けましておめでとうございます。令和8年「午年」がやって参りました。皆様いかがお過ごしでしょうか？

上の写真は、折り紙等を使った秋の飾り作りの様子です。皆様、笑顔と時折真剣な表情で、一つひとつ丁寧に仕上げてくださいました。高寿園デイサービスセンターでは、日々の活動の一環として季節の飾り等の作品作りにも取り組み、施設内を彩っています。

下の写真は、毎年恒例クリスマス忘年会の一場面「高田音頭」の様子です。昨年一年間も無事に過ごし、この日を迎えられることに感謝をしながら、歌に踊りに盛り上がりました。

これからもご利用者の皆様と共に、温かく、充実を感じられる日々の一助となれるよう、感謝と笑顔を大切に歩んで参りますので、本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

# 東部デイサービスセンター



新年明けましておめでとうございます。

昨年中は大変お世話になりました。今年もよろしく願います。

寒くなってくると身体を動かすのがおっくうになったり転びやすくなったりします。

感染症もですが、転倒にも気をつけて過ごしていきたいですね。



美味しい手し柿  
こさえっぺねえ~



クリスマスプレゼントもらったよ！

かわいい権現舞を披露します！



(小友保育所のみなさん)



# 高田デイサービスセンター

## 活動の様子

皆さんで、さつま芋堀をしました。



秋の味覚すくいゲームに真剣な表情です。



サンタクロースからプレゼントを渡され皆さん笑顔で受け取っていました。



お正月に向け門松作りを行いました。個性あふれる門松が完成しました。



## 在宅に笑顔もどげます！

### ●高寿園指定訪問介護事業所 ●高寿園指定訪問入浴介護事業所

新年明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。  
年末年始は寒さが厳しかったですが、積雪が無かった為、私たち訪問介護・訪問入浴も運転に苦慮なく訪問する事が出来ました。

さて、冬場は高齢者が骨折しやすい時期です。寒さの影響で外出する機会が減少し、運動不足になる人も多くなるため、骨折が多い時期と言われております。その後、寝たきりになってしまう場合もあります。そのため、骨を強くする、転倒しない環境づくりなど、骨折を防ぐための予防が大切です。寒い時期こそ、普段より意識的に運動・栄養摂取・生活環境・服装に気を配り、骨粗鬆症になったり、骨折したりしないよう注意しましょう。

少しずつ日も長くなって来ましたが、春が待ち遠しいですが、コロナ、インフルエンザ風邪等に負けないよう、これからも「うがい、手洗い」を続けて行きましょう。

### ●高寿園配食サービス

○市より委託をうけ利用者様の安否確認も兼ねお弁当を配達しています。

- ① 管理栄養士による栄養バランスを考慮したお弁当です。
- ② ご利用希望の方…地域包括支援センターまで(市役所 ☎54-2111)  
1食…400円・月曜日から金曜日『夕食』をお届けします。



※このほか高寿園単独での配食サービスも実施しておりますのでケアマネージャーにご相談ください。

### ●高寿園移送サービス

○市より委託され病院への送迎を行っております。

ご利用希望の方★介護保険を利用中の方…担当ケアマネージャーまでご相談下さい。



上記の実施事業所 ●高寿園指定訪問介護事業所

☎ 54-4777

# なごみの家小規模多機能型居宅介護事業所

## なごみの家の日常の一コマ



仲良く作品作成中です!!



トンチャン一座様、今年もありがとうございました。



今年も、ミニ文化祭を開催しました。なごみの家の1年間のアルバムや利用者様の作品などを展示しました♪



# Merry Christmas!



なごみの家にもサンタさんが来所されました。プレゼントやケーキを頂きました~☆シ  
来年もたくさんのプレゼントを持って来てね☆シ"



# 高寿園ショートステイ

☆日常の活動、過ごし方を紹介します。☆

チラシでゴミ箱をたくさん作っています。今度、作り方教えてくださいね。

???



「久しぶりに頭を使うと疲れるな…」と一言(-\_-)。間違い探しの問題に全集中しています!



日課の散歩は忘れません! 毎日歩いて体力維持しています! 嬉しいです!



ぬり絵をする事が好きです...♡♡♡。はみ出さないように丁寧に塗っています♪!



照会先 **高寿園指定短期入所生活介護事業所**

☎高寿園ショートの正式名称です

担当 三嶋・人首 TEL (代)0192-55-3700 FAX 0192-55-3701

Eメール:koujukai@cocoa.ocn.ne.jp

# 高寿園指定居宅介護支援事業所

## 恭賀新年

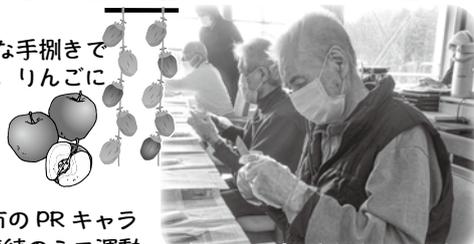
謹んで初春のおよろこびを申し上げます！今年こそ心穏やかにゆったりと暮らしたいと願うのですが…世界情勢の悪化や物価の高騰プラス温暖化による気候変動で健康被害は一年を通して報告されており、心休まる時がない毎日です。それでも「自分の身は自分で守る」最大の防御術は『水分補給』うるおいキープ♪なのです！皮膚が乾燥していると「暖房費節約のため」発熱する化学繊維製の肌着を着ても→温かさと同時に乾燥が進み→かゆみが生じ→夜間熟睡できない→かゆみ止め軟膏購入、又は皮膚科受診→出費ですね。喉や鼻の粘膜が乾燥すると→ウイルスや細菌などの異物が入り込みやすい→むし歯や歯周病になりやすい→病院受診・歯科受診→出費ですね。このように『水分補給』は真夏の熱中症対策だけではないのです！年間を通して自分を守る手段として欠かせないのです！結果的には医療費削減にもなりますよ。インフルエンザに感染しデイサービスに行けなくなり→看護するため家族は仕事を休み→様々な感情が沸き起こり→ストレス過多→家庭崩壊とならないように『うるおいキープ』をお願いします！ストレスを感じた時は→いつでもケアマネにご相談ください♪

介護についてのご相談は **高寿園指定居宅介護支援事業所 55-3776**

### ひだまりの丘サニズ付き高齢者向け住宅ほっこり家

#### R7.11.23 焼きりんご&干し柿作り

食欲の秋なので、地元のりんごと柿でおやつ作り！職員も感心するほどの見事な手捌きで皮を剥いている姿が印象的でした。さすが、長年主婦をされてきた皆さんです。りんごには砂糖とバターをかけて焼き、いい香りに包まれた幸せな時間になりました。また、おやつ作りしましょうね♪(干し柿は、大晦日の夕飯でいただきました。)



集中して丁寧に皮を剥いています。



負けないぞー！

#### R7.10.13 ゆめちゃん運動会

この日はスポーツの日ということで、陸前高田市のPRキャラクター・たかたのゆめちゃんをお迎えし、2年連続のミニ運動会を開催しました。チームカラーのハチマキも着用し、玉入れやボールリレーなどの競技に挑戦！勝っても負けても会場は大盛り上がりでした。最後はお茶っこのみ会、全員で記念撮影をして、和やかな会となりました。



最後は仲良く写真撮影！楽しかったね☆

#### R7.12.18 クリスマス忘年会

年内最後の大きな行事は、クリスマス忘年会。ボランティア2組に踊りを披露していただきました。笑いあり感動ありの楽しいひと時となりました。

職員が腕を振った夕食は、シチューやチキン、いちごなどクリスマスを感じるメニューでした。

いつも素敵なお食事、ありがとうございます。クリスマスディナー。彩り豊かで美味しそう！



ほっこり家空室状況 R7.12.31 現在

居室数	東棟 10室	西棟 10室
空き室	4室	3室

### 入居者募集中

＜入居できる方＞60歳以上の高齢者/自立または要支援1～2の方及び外部介護保険サービス等の利用によりほっこり家での生活ができる方です。お困りがありましたらお気軽にご相談下さい。施設見学も随時可能です。「短期入居」についても、ご相談させていただきます。

お問い合わせは 「ほっこり家」 ☎ 55 - 1800 まで



# ふれあい・感謝 (皆様にささえられ……)

令和7年10月・11月・12月分



## 御寄附

退職女性教職員の会様・熊谷幸子様・藤原晴彦様・藤原多喜子様・熊谷サキ子様・菅原みやえ様・菅野悦雄様・小金山忍様・(株)長谷川建設様・菅野洋子様・石川みとせ様・松本エイ子様・戸羽正光様・伊藤泉子様・青砥浩様・熊谷好弘様・石川信也様・松坂岩男様・村上かず江様・及川兵次様・SUMITA チェーンソーアート 杣遊会松田英明様・(一社) 生命保険協会様

## ボランティア・御協力

菊池榮一様・畠山参治様・野の花会様・さくら会様・トンちゃん一座様

SUMITA

チェーンソーアート 杣遊会松田英明様  
今年もとても素敵なチェーンソーアート  
(干支の「午」)をありがとうございます。(写真中央)



今年も  
ご協力  
いただき  
ありがとうございます

令和八年

## 表彰

2025年度栄養関係功労者厚生労働大臣表彰 (給食サービス部)

## 実習・体験学習・視察

高田第一中学校生徒1名様  
典人会1名様



## 職員動向

(退職) 畠山竜海介 看護師・佐藤實宿直 員  
上部晋 看護師・戸刺芳子 介 護 員  
伊勢恵美子 生活相談員・小松悦子 事務員  
(就職) 松野礼紀 介 護 員・齋藤晴美 介 護 員  
前田和輝 管理栄養士  
及川まり子 介 護 補助 員  
若杉たき子 介 護 員



## 職員募集

高寿会で一緒に働いてみませんか。  
介 護 員・介 護 補 助 員・看 護 師・調 理 員・ボ ラ ン  
テ ィ ア ス タ ッ プ 募 集 中 で す。時 間 な ど 御 相 談 に  
応 じ ま す。(す き ま 時 間 や W ワ ー ク な ど)

詳しくは、

高寿会法人本部 TEL55-3700

又はハローワークまで御連絡下さい。  
いつでも見学可能です。

## 編集後記

新年あけましておめでとうございます。皆様、何か新年の目標は立てられたでしょうか？私は、時間を作って体を動かすこととスマホから離れる時間を増やすこととしました。情報過多の現代で、自分を一度リセットする時間を設けることによってリラックスし、心を落ち着けることができるのではないかと思います。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。皆様にとって喜びでいっぱい的一年となりますように。

