

老人ホーム

みつみねの郷だより

お元気ですか

平成31年 新年号

発行 みつみねの郷

栃木市梅沢町 970

TEL 0282-31-3235

亥年です。エネルギーに！

新年、明けましておめでとう  
ございます。

寺尾地区の皆様には、昨年一年  
間、両施設の運営にご理解とご協力  
をいただき、心より御礼申し上げ  
ます。おかげさまで、自治会をはじ  
め、民生委員様、消防団の皆様、小  
中学校、ボランティアの皆様、地域の  
皆様と四季折々に心温まる交流が  
できました。

今年の干支である「亥」は、内部の  
充実を心がけると良い年になると言  
われています。

エネルギーを蓄えて良い成果をだ  
すべく、猪突猛進したいですね。



みつみねの郷施設長 高橋 勲

梅の実 施設長 峯山 直己



知って得する介護の知識(第十二回)

介護の疑問にお答えします

Q. 車椅子がないと外出できません。病院に  
行きたいけど、車の乗り降りができないし  
どうしたらいいの？  
A. 外出時の便利なサービスがあります。

● 障がい者等移送サービス

車椅子等の使用が必要で、公共交通機関の利用  
が困難な方で、要介護認定または障害者手帳をお  
持ちの方を対象に市外への通院等を支援します。  
(※市内のみの運行は対象外です)

● 費用負担

- ・ 要介護認定を受けている方
- ・ 市内走行300円・市外走行1kmにつき100円
- ・ 障害者手帳をお持ちの方

市内走行：150円・市外走行1kmにつき100円  
例・寺尾地区⇄獨協医大⇄往復2000円

★ 運転手がいる場合は、車椅子に座ったまま移乗  
可能なスロープ付自動車を貸し出してくれる制  
度もあります。費用は無料(ガソリン代は利用者  
負担)です。

通院にお困りの方、相談してみたいかか  
で  
しょうか。利用には事前登録申請が必要です。

お問い合わせは社会福祉協議会太平支所

43-0294



## ★平成30年クリスマス会★

午前中は、毎年恒例の出流町のそば商組合「発心会」の方々の「そば打ち実演」を見て、体験もさせていただきました。お昼に打ちたてのお蕎麦をいただき、皆様、大変喜ばれていました。

発心会の皆様、ありがとうございました！

午後になり職員によるクリスマスソングの生演奏と四人のマジシャンによるマジックショーが披露されました。真剣な様子で練り広げられるマジックに皆様ハラハラ、ドキドキ！。最後には笑いの渦が巻き起こりました。



年納めの行事「クリスマス会」を楽しく終えることが出来ました。

皆様ありがとうございました。

## 先取り！ みつみねの郷 栄養士の知恵袋！

来月のイベントと言えば節分です。

その節分には様々な食べ物を食べる習慣がありますが、今回は多くの地域の習慣になっている『いわし』についてお話ししたいと思います。いわしを食べるようになった理由としては、

- ◆ 厄除け
- ◆ 害虫駆除
- ◆ 栄養効果

の3つがあります。

いわしには以下の健康効果があり、体に良い食べ物として昔から知られていました。

- ☆ 生活習慣の予防
- ☆ 記憶力、学習の向上
- ☆ 骨や歯を丈夫にする

などに健康効果があります。

節分にいわしを食べて、今年も

健康に過ごしましょう。

## ＊お知らせ＊

昨年の11月、毎年参加させていただいていますが、寺尾地区文化祭に利用者様と

ポランティアさんと共に作った貼り絵な

どの作品数点を出展し、見学にも行かせてもらいました。今年もまた作品づくりなどを通じたポランティアさんとの交流を続けていきたいと願っています。



みつみねの郷では様々なポランティアの方にご協力頂いております。

これからも「こんな事を披露してみたい！」

「みつみねの郷には行ったことがないので見学だけでもしてみたい。」などのご要望がありましたら、お気軽にご連絡下さい。お待ちしております。

TEL 0282-31-3235

高橋 峯山