

# さんみ苑だより！！

## 施設長あいさつ

皆さま、新年あけましておめでとうございます。昨年は地域の皆さまに様々な面でご協力を頂き、さんみ苑が目指している事業所としての役割を果たすことができました。誠に感謝申し上げます。2025年が皆さまにとって、良い1年となりますことを祈願いたします。私、2025年は早寿を迎える年となります。節目にふさわしい年にすべく精勤いたしますので、宜しくお願い致します。

## テイサービス(高齢)

萩光塩学院高等学校の合唱はコロナ感染症の流行により中止になりました

皆さま、新年あけましておめでとうございます。

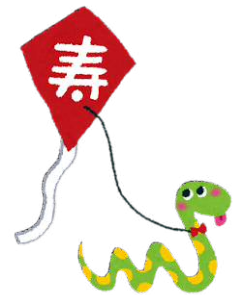
先月は三見保育園の可愛い園児さんによるお遊戯と萩光塩学院高校の合唱部による素晴らしい歌声で沢山の笑顔で溢れていました(^▽^)

新年を迎え『笑う門には福来る』となりますよう、今月も皆さんに沢山笑っていただけると嬉しいゲームや活動を準備してお待ちしております。

寒に入り、空気も一段と乾燥しています。

今一度、手洗い・うがい・水分補給をしっかりとお願いいたします。

2025年も皆さまにとってより良い一年となりますように・・・☆



## 障がい者支援・グループホーム

新年明けましておめでとうございます。

2025年、令和7年、2000年を迎えてから四半世紀、令和になってもう7年も経っているかと思うと月日の流れは速く、1年1年、1日1日を大切にしていかなければと改めて感じます。

今年は巳年ということで、利用者約60名の方で年男年女は何人おられるかと調べてみると、意外な結果で1名の方が年男で、今年還暦を迎える方でした。また、今年二十歳を迎えられる利用者は2名おられます。

今月に新年会&二十歳の祝いの行事を予定しているので、お祝いしつつ、みんなで楽しく新年を迎えたいと思います。



# 高齢者相談支援

○家族介護用品支給 介護保険外（高齢者福祉サービス）

**対象者** 萩市内にお住まいの高齢者等で、介護保険の要介護1～5の認定を受けている高齢者等を在宅で介護している家族 介護を受ける方、介護をしている家族が共に市民税非課税の世帯であること。

**内容** 登録協力店にて介護用品と引き換えできる利用券を交付します。

**助成額** 要介護1～3（年度上限額35,000円） 要介護4・5（年度上限額75,000円）  
※4月（上半期）と10月（下半期）に年間上限額の半額ずつを交付します。  
※年度後半（10月以降）の申請分については、上記上限額の半額となります。

**対象品目** 紙おむつ（フラットパンツ・はくパンツ・テープ止めパンツ・尿取りパットを含む）、使い捨て手袋、清拭剤（ただし、お尻拭き又は体拭きを用途とするものに限る）、防水シート

**その他** ・申請には、介護保険被保険者証が必要。  
・在宅介護の期間中のみ利用できます。（入院中、施設入所中は利用できません。）

○ご不明な点やご相談は、萩市在宅介護支援センターさんみ苑（27-5000）にご一報ください。

## 厨 房

1月15日は小正月です。  
小正月の朝には小豆粥を食べる風習があります。  
小豆などの赤い食べ物は邪気をはらうと考えられ  
1年の無病息災を願って食べられるようになったと言われています。  
実際小豆には食物繊維、ビタミンB群、ポリフェノールなどが豊富に含まれており、腸内環境の改善やデトックス効果、美肌効果が期待できます。小豆自体は低カロリーですが、市販のあんこには砂糖がたくさん含まれていますので、摂りすぎに注意しましょう。



## 編 集 後 記

◎今年の抱負は、立てられましたか。

今年もどうぞよろしくお願いいたします。①ヒートショック：食後一時間は入浴を避ける。ヒートショック予防は、第二の心臓のふくらはぎを鍛えることをおすすめします。椅子の端を掴み、つま先立ち10秒キープを5セット。椅子に座ったまま、つま先立ちしても効果があるそうです。②脱水にお気をつけて。今年は、その日にあった良いことを思い出して、穏やかに眠りにつけるように、また感謝の気持ちを忘れず、過ごしたいと思います。

今月もお読みいただきありがとうございます\* 杉本

高齢の方や障がいをお持ちの方、介護をされているご家族の方の在宅生活を応援します。生活の中での悩みやお困りごとなど何でも構いません。

介護保険に関する問い合わせにも対応いたします。

お気軽にご相談ください！ ※個人情報(秘密)は厳守いたします。

さんみ苑だよりはふたば園HPでも掲載しております [http://www.futaba-hagi.jp/sanmi\\_01/menu\\_04.html](http://www.futaba-hagi.jp/sanmi_01/menu_04.html)

住所

〒759-3721  
萩市三見 3852 番地 1 (蔵本)

電話

2 7 - 5 0 0 0

高齢は杉本、障がい(入所、通所の相談)は、山下、倉兼、河部が対応いたします。