

# さんみ苑だより！！

## 施設長あいさつ

令和6年度がスタートしました。各事業所も新たな顔ぶれが加わり、気持ち的に引き締まっております。皆さまの身の回りの方にも、4月から新たな環境となる方もおられると思いますが、無理はしないようにゆっくりと新しい環境に慣れていくようにして下さい。それでは、令和6年度もさんみ苑をよろしくお願いいたします。

## デイサービス（高齢）

新芽の出る過ごしやすい春がやってきました。野や山にわらびや竹の子が出る頃。天ぷらや煮物にすると美味しいですね。桜も見頃を迎えています！春の花を見ながらの散歩を楽しまれてはいかがでしょうか。

### 〈4月の予定〉

1日～3日 お花見ドライブ

手芸：クラフトテープで作る『はし置き』



**お知らせ** 令和6年3月31日をもちまして、職員5名が退職や異動・産休により、デイサービスを離れることになりました。大変お世話になり、ありがとうございました。

4月1日より、新体制で事業を行ってまいります。引き続きよろしくお願いいたします。

## 障がい者支援・グループホーム

4月となり新年度が始まりました。

『1月は行く、2月は逃げる、3月は去る』というようにあっという間に、令和6年も4月を迎えました。今年は暖冬と言いながらも春分の日に雪が降るなど寒の戻りにより、桜の開花のタイミングが分かりにくい様子でした。

昨年度は新型コロナウイルスが明けた年とはいえ、福祉施設としてはまだまだいろいろな制限がある1年でしたが、今年度は外の空気を思い切り吸うことができるような外出活動をしていきながら、笑顔あふれる1年となるようにしていきたいと思えます。おすすめの外出スポットがありましたら教えてください。



## 高 齢 者 相 談 支 援

三見山田地区の皆様、こんにちは。

これまで、地域の皆さまに大変お世話になった、高橋郁未相談員が異動し、私、杉本幸子（すぎもとさちこ）が、萩市在宅介護支援センターの相談員に、4月より着任しました。平成28年10月に居宅介護支援事業所に介護支援専門員として赴任し、少しの間さんみ苑だよりも登場したことがありましたが、改めまして、お世話になります。

介護保険外の萩市の高齢者福祉サービスに限らず、気になること等ありましたら、なんでもさんみ苑 27-5000 にご一報ください。萩市地域包括支援センターはじめ、関係機関と連携し、皆様に信頼されるよう、地域の声に敏感に、迅速に相談対応していく所存です。何卒よろしくお願い申し上げます。

萩市在宅介護支援センターさんみ苑 杉本

## 厨 房

新玉ねぎが出回る季節となりました。

新玉ねぎは収穫してすぐ出荷されるので、皮が薄くて水分も多く、辛みが少ないのが特徴です。新玉ねぎには、血液をサラサラに保つ「硫化アリル」、抗酸化作用が期待できる「ケルセチン」、腸内環境を整える「オリゴ糖」が含まれています。

硫化アリルは水にさらすと流れてしまう為、食べる時は水にさらさず、スライスして空気にさらしておくとし辛みが弱まります。



また、水分を多く含むため日持ちがしないので、

購入後はネットなどに入れ、風通しの良い場所に置き、早めに食べましょう。

## 編 集 後 記

皆様こんにちは🌸さんみ苑の高橋です。この度、4月よりさんみ苑の障害支援へ異動となりました。地域の皆様には、たくさん助けていただきました。本当にありがとうございます。地域の皆様と関わる中で、相談員としても人としても成長させてもらえたなと感じています。3年間という短い間ではありましたが、本当にお世話になりました。三見にはいますので見かけたら声をかけてくださいね！

\*今月もお読みいただきありがとうございます\* 高橋

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。

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。