

## はあとガーデンで笑顔満開☆彡



北秋田市緑化活動支援事業を活用し、はあとガーデンにたくさんのマリーゴールドを植えました。朝から暑い日差しが差し込む中、鷹巣中央保育園と認定こども園しゃろーむの園児、市障がい者生活支援センターささえの利用者、地域のボランティア合わせて約50人が参加し650本のマリーゴールドを植栽しました。

参加した園児は小さな手で一生懸命ポットからマリーゴールドを外して花壇に植え、ふかふかの土をやさしくかぶせ「大きくなつてね」と声をかけてくれました。

北秋田市横町交差点にある「はあとガーデン」を見て歩行者やドライバーの癒しになれば良いなと思います。まだまだ元気に咲いていますので、ぜひ癒されてください。



## \*★開催予告★\* 令和7年度地域介護講座開催のお知らせ

~地域の皆様を対象とした地域介護講座を開催いたします~

高齢化の進行に伴い、ひとり暮らしの高齢者の増加が社会的課題となっております。

ひとり暮らしても安心して生活するための知識や工夫を学ぶとともに、

地域全体で支える仕組みを考える機会となるよう地域介護講座を開催いたします。

講座内容 「ひとり暮らしは怖くない」

日 程 令和7年11月中旬

参 加 費 無料

お申込み不要、どなたでも参加可能です。

興味のある方、ご家族やお友達と一緒にぜひ参加してみませんか。心よりお待ちいたしております。

日程が決まり次第再度ご案内  
いたします。乞うご期待!

<お問い合わせ>

〒018-3324 秋田県北秋田市大町8番23号 一般財団法人たかのす福祉公社 管理部

電 話 0186(67)8255 F A X 0186(69)7377

e-mail [kousya@takanosu-fukushi.com](mailto:kousya@takanosu-fukushi.com) ホームページ <http://www.takanosu-fukushi.com>

# はあとだより



令和7年10月発行

## EXPO2025 大阪・関西万博に行ってきました！

「いのち輝く未来社会のデザイン」をテーマに、2025年4月13日から始まったEXPO2025大阪・関西万博。皆さんは覚えているでしょうか？日本ではこれまで1970年の大阪万博から沖縄海洋博、つくば万博、大阪花博、愛・地球博と、今年の万博を含めると6回の万国博覧会が開催されています。凄いですね！

さて、今回鷹巣地の塩会の理事を務めていることもあり、認定こども園しゃろーむの小塚光子園長と二人で、EXPO2025大阪・関西万博に行ってきましたご報告をします。今回の目的は二つ。一つはしゃろーむの子供たち・関係者総勢130人以上で描いた「世界一大きな絵（5m×5m）」が展示される様子を見ること。

もう一つは「未来社会のデザイン」今年の万博のシンボル・世界最大規模の木造建築物「大屋根リング」を体感すること。

日中気温35度超えの中、入場まで1時間以上並びようやくゲートを通過すると、目のまえに広がる「大屋根リング」は想像以上に大きく木構造がとても美しい。（パビリオン以外で多くの人たちの日よけであり、憩いの場）

1日目は夜の部、世界各国、多くの企業のパビリオンが点在する「大屋根リング」を抜け西側端っこ「未来の都市」パビリオンへ。それ違う人は世界各国からの来場者、ファミリーや高齢者、車いすの利用者も一人自由に駆け巡っていました。キッチンカーの横に座り「未来都市」空間から夕陽が下りてくるのを眺め一休み。この日は海風が少し涼しいと感じる。

2日目はいよいよしゃろーむの子供たちの大きな絵の展示会場フェスティバルステーションへ。オペラ歌手のミニコンサートと共に、しゃろーむを含め6つの施設の絵が展示され、多くの観客の注目を集めています。偶然にも会場でしゃろーむの園児とご家族と遭遇しひっくり！。きっと彼らも一生に残る思い出になることでしょう。

飛行機に乗る前に、子どもの頃から  
の記憶に残る大阪万博記念公園（1970  
年会場）の「太陽の塔」を一目見ようと  
寄り道。現在は塔内部の見学もでき、エ  
レベーターで上に登れるらしい。（今回  
は時間切れで断念）

わずかな時間ではあったけど子供の頃  
から見たかった太陽の塔。55年前の奇抜  
なデザインは、今も不思議なくらいユニー  
クで奇抜！。まさに「芸術は爆発だ！」と  
言った岡本太郎の言葉を証明するものだと  
実感しました。今彼が見たらなんと言うの  
だろう？教科書で見た彼の顔が蘇る…。

私にとって今回の旅は、万博を通して  
温故知新を知る思い出深い旅となりました。

理事長 松橋 雅子

一般財団法人たかのす福祉公社



## フードセンターたかのす

### 就労継続支援B型事業所「フードセンターたかのす」



フードセンターたかのすには、現在18名の方達が通っており、仲間たちと共に作業活動に励んでいます。いろいろな作業の中には家庭生活で活かせることもあります。出来ることを増やし家庭で活かすことができたら、より良い生活をつくっていくことができるでしょう。そんな利用者の様子を紹介いたします。



#### ~ 家庭で家事をしている利用者からの声 ~

Aさん(洗濯干し)

洗濯物を干している。シャツのしわをしっかり伸ばすようにしている。  
ベッドカバーを太陽に当てる気持がいい!洗濯干しは楽しいな。



Bさん(米磨き)

父が亡くなり米磨きを任せもらえるようになった。ご飯が硬めに炊けたときは、母に「大丈夫か?」と  
声をかけている。「あきたこまち」が好き。「青天の霹靂」「ゆめぴりか」を食べてみたいです。

### 比内支援学校たかのす校 清掃実習

生徒さん3名が窓掃除に来てくれました!  
ピッカピカになりましたよー。  
室内に入る日差しが明るくなりましたね。  
ありがとうございました。



#### ~ 通所する皆さんの日常のひとコマ ~

○あこがれの…

日頃、大リーグ選手の菊池雄星に似ていると自負している人が、何故かメジャーを持参し  
机や壁の長さを測っています。目指せ! メジャーリーガー!?

○連絡なく月曜日に休んだので、次の日に理由を聞きました。

職員 「月曜日、なぜ休んだの?」  
利用者 「頭が痛くて。。。」  
職員 「そつかあ、いつから痛かったの?」  
利用者 「月曜日の夜から!」  
職員 「聞いていたら頭が痛くなっちゃった!」



## 居宅介護支援事業所はあと

### MCI(軽度認知障害)について学ぼう



MCI(Mild Cognitive Impairment: 軽度認知障害)とは認知症と完全に診断をさせる一步手前の状態です。放っておくと認知症に進行しますが適切な予防をする事で健常な状態に戻る可能性があります。

#### ① 認知症になる一步手前の段階

健常な状態と認知症の中間の状態であり、認知症だけでなく、健常な状態にも移行しうる状態であるとも言えます。

#### ② 「物忘れ」が多くなってきた気がしたら

家族や周りの人から物忘れを指摘されることが多くなってきた人は「物忘れ外来」への受診をする事がおすすめされます。

#### ③ 早めの対策で認知症を予防しよう!

MCIでは、認知症に移行する一方で健常な状態になる人もいる事がわかっています。その為、早期から認知症予防の対策を行っていく事が重要です。

参考:厚生労働省ホームページ MCIハンドブックより



6月19日に幸運を運ぶ渡り鳥「ツバメ」が事務所に遊びに来てくれました。  
寄付された森吉山の樹氷の写真にとまり涼をとった後帰っていました。  
今年も暑い夏でしたが、来年の夏に備えてこちらの対策も重要です。



## ヘルパーステーションはあと



### 乾燥からくる不調にご注意を

これから寒くなるにつれ、暖房器具を使用することで湿度が下ってしまいます。その湿度が下ってしまうと、どんな不調を起こしやすくなると思いますか?

口や喉の粘膜が乾燥したり、炎症を起こしたり唇のひび割れや感染症にかかりやすくなる。又、口の中の乾燥は唾液の分泌が減少し、自浄作用が低下することで常在菌の中でも虫歯菌・歯周病菌が増え、口臭や虫歯・歯周病のリスクが高くなってしまいます。

check! では、どうやって対策したらよいのでしょうか?

こまめに水分を摂取することで、口の中の潤いを保つことができます。

特に寝る前や起床時に水を飲むことを習慣化すると効果的です。

唇には保湿力の高いリップクリームを、喉には濡れマスクや加湿器を使用することで乾燥を防ぐことができます。  
加湿器を使う際は、カビ防止のため定期的な清掃と、毎日タンクの水を交換して清潔を保ちましょう。

