

# 峰のひかり

発行人

社会福祉法人 七峰会

理事長 大平 和夫

〒036-8356  
青森県弘前市大字下白銀町21番地8  
電話 (0172) 33-8861  
FAX (0172) 33-8862

## 交通安全教室を開催しました

津軽生活支援センター

管理者 高木 萌美

自転車の違反に青切符が導入されます

自転車の交通違反に対して、令和8年4月から自動車などと同様に反則金を納める「交通反則通告制度」、いわゆる「青切符」制度が適用されます。

対象となる行為は **100種類以上**  
対象となる年齢は **16歳以上**  
**反則金額は原付バイクと同等**

主な違反(青字は反則金)

信号無視 6,000円	指定場所一時不停止 5,000円	ながらスマホ 12,000円
車道の右側通行 6,000円	並進 3,000円	酒気帯び運転などの悪質な違反については従来どおり、刑事免状対象となり、「赤切符」等で処理されます。

自転車特有の違反

- 傘差し運転
- 二人乗りなど
- 3年以内に特定の違反を反復して行うと「自転車運転者講習」を受けることになるよ。対象年齢は14歳以上なので、ご家庭でも交通ルールの確認をお願いします。
- 専用のヘルメットがお気に入りのTシャツ

重大事故を防止するため、交通ルールを守ろう！

昨年度より自転車運転中のヘルメット着用が努力義務となり、今年4月からは、さらに交通違反に対して反則金を納める「青切符制度」が適用されることになりました。津軽生活支援センター(グループホーム)では、通勤に自転車を用いる利用者の方も多く、4月2日(木)、4月8日(水)の2日間にわたり、弘前交通安全協会様を講師に迎え、城北交通広場にて『交通安全教室』を開催しました。

より正しく理解するため、利用者の皆さんには「自転車は、道路の右側と左側のどちら側を走行したらよいのか?」「携帯

電話を手に持って、使いながら走りしてもよいのか?」などの内容を予習していただきました。

交通安全教室終了後には、参加した利用者みなさん全員とルールを再確認しています。「ヘルメットちゃんと被って走るんだべ!」「自転車は左側走るんだべ!」「携帯電話を使いながら走りません!」等の声が聞こえ、正しく理解していただけたものと捉えています。

現在、津軽生活支援センター(グループホーム)にて通勤や外出で自転車を使用している利用者の方は24名おり、これからもルールを守って安全に自転車に乗っていただくよう声掛けをして参ります。



拓光園グループ

津軽路ロマン  
国際ツアーデーマーチ

障害者支援施設拓光園 生活支援員 木村 雅

6月6日に津軽路ロマン国際ツアーデーマーチに参加しました。

弘前城の周辺をゆっくりと歩きながら景色を楽しみました。

朝は雨が降っており天候が心配されましたが、開催時間になると雨が止み、涼しい中で歩くことができました。利用者様にとって5kmの道のりは大変だったと思いますが、サンアップホームグループの職員の方々、利用者の方々に道中応援の声をかけていただきながら見事に完歩する事ができました。



サンアップホームグループ

『2026春歌謡ショー』

特別養老ホームサンアップホーム 生活相談員 今井 真希

5月19日、藤代公民館カラオケ教室の皆さんが来園され、利用者さん、地域の方と一緒に歌を楽しみました。感謝の気持ちを込めて歌った「リンゴの唄」は、約100名での大合唱となりました。

浜の町へ移転してちょうど1年が経ちました。地域の皆様との繋がりを大切に、今後も地域に開かれた施設を目指してまいります。



サンアップホームグループ

弘前市パワリハ運動教室

デイサービスセンターわかば 管理者 村上 聡

デイサービスセンターわかばでは、弘前市の一般介護予防事業であるパワリハ運動教室の業務委託を受けています。65歳以上、弘前市民の方が利用対象となっております。参加費は無料です。

パワリハ運動教室はサンアップホームデイサービスセンター浜の町でも定期開催しています。利用相談は直接、事業所にお問合せください。



### 野口五郎さんの「コンサート」に行ってきました！

障害者支援施設山郷館

生活支援員 工藤 未鈴

5月17日(日)青森リンクステーションで開催された「野口五郎コンサート」へ行ってきました。野口五郎さんのコンサートへ行くのが長年の夢であった利用者さんたちは「五郎ー!!」「大好きー!!」と声援を送り、コンサートを楽しんでいました。オリジナルタオルやTシャツを購入し、喜んで身につけ、以前、山郷館を利用していた方も再会し、久しぶりの会話を楽しみました。

終演後は「楽しかった」「また行きたいな」「次はどこに行こうかな」との感想が聞かれていました。

今後も、利用者さんの希望を叶えられる支援を行っていきます。



### 名産品のイベント

障害者支援施設青葉寮

生活支援員 福土 悠介

七峰会の各施設グループでは、様々なイベントが開催されています。青葉寮では、今月のイベントとして猿賀公園へドライブに出かけました。

蓮の花はまだ見頃には少し早い時期でしたが、園内のツツジが美しく咲き誇り、気温もちょうど良く、散歩日和となりました。

外出を通じて見られた笑顔や活き活きとした表情からもこうした機会大切さを改めて感じられるものとなりました。今後も安全面に十分に配慮しながら一人ひとりの思いや希望を大切にしたい外出支援を行ってまいります。



### シリーズ「かだる」

障害者支援施設旭光園

生活支援員 安西 光平

七峰会に入職してから14年経ちました。日々仕事に向き合いながら、ワークライフバランスを大切に過ごしています。4年ほど前に突然、ローストビーフを食べたい猛烈な衝動に駆られました。スーパー等で販売している薄くカットした製品ではなく、厚く肉々しいローストビーフが食べたくなり料理を作り始めたことがきっかけで、料理に興味を持ち



始め現在は和・洋・中の料理を調べ作っています。最近の一つの料理を作ることに5、6時間ほどかけることもあります。ただ、時間をかけたから美味しくなるというわけではなく、納得できない料理が出来上がることも多いです。自分の実力不足もあり、まだまだ精進が必要だと感じています。いつの日か胸を張って料理を振舞えるよう日々腕を高めていきます。

### 利用者さん紹介

障害者支援施設青葉寮

生活支援員 福土 悠介

令和8年1月より青葉寮へ入所された佐藤千洋様をご紹介します。

佐藤様は、これまで在宅で生活をされていましたが、新たな生活の場として青葉寮での生活をスタートされました。

現在31歳と若く、これまでの生活リズムやご本人らしい暮らしを大切にしながら、安心して生活できるよう支援を行っています。

現在も週2回、就労継続支援B型事業所へ通所



されており、地域とのつながりやこれまでの生活スタイルを継続されています。青葉寮では、無理に生活を変えるのではなく、在宅時の過ごし方ができるだけ維持できるよう、ご本人の思いやペースを大切にされた支援に取り組んでいます。

施設内では、職員のお手伝いや日常の作業にも積極的に取り組まれており、周囲への気配りも見られます。何事にも一生懸命取り組まれる頑張り屋な姿は、職員や他利用者の皆様にも良い刺激となっています。

これからも佐藤様らしく、安心して笑顔で生活を送っていただけるよう支援してまいります。

## エイブルのパン屋さん



4月から販売再開しました。現在は、企業や施設等で出張販売をしています。販路拡大中！



## 編集後記

暖かな陽気の中での外出やレクリエーションでは、季節の花や新緑を楽しみながら、自然と笑顔があふれる時間を利用者様と過ごしています。季節の変わり目による気温差や暑さによる体調不良を防げるよう、利用者様一人一人の体調管理に一層注意が必要となります。こまめな水分補給や室温調節を行いながら、利用者様一人ひとりが安心して日々を過ごしていただけるよう努めてまいります。

特別養護老人ホームサンアップルホーム  
介護職員 岩崎 瑞樹



各施設グループのホームページでも情報発信中！

## 内部研修を実施しました

障害者支援施設旭光園  
職業指導員 中野 大輔

5月20日(水)午後、外部から講師をお招きして「救命救急講習」「依存症について」という内容で1日に2件の研修を実施しました。「救命救急講習」では心肺蘇生方法の基礎とAEDの使用方法について説明を受けた後、参加者全員が実技を行い、講師の方から一人ずつ個別のアドバイスをいただきました。続いて「依存症について」では、アルコール依存症を題材に依存症について多くのことを考えさせられ、学びを得ることができました。どちらの研修でも参加した職員からは、多くの質問や意見が出ていました。ご利用者様の命と人生を担う現場として、技術と知識の両面において学びの重要性を改めて感じることでできた1日でした。



## 委託事業

- 青森県指定  
津軽障害者就業・生活支援センター ☎ 017-45224
- 弘前市委託事業  
弘前市北部地域包括支援センター ☎ 017-21100
- 弘前市委託事業  
地域活動支援センターくれん ☎ 017-90400
- 黒石市委託事業  
山郷館サポートセンターくれん ☎ 017-50108

## 障がい者支援

主に知的・精神・身体

- 旭光園グループ  
障害者支援施設旭光園 ☎ 017-23631
- 拓心館グループ  
障がい者総合支援センター拓心館 ☎ 017-45220  
津軽生活支援センター ☎ 017-45220  
就労サポートひろさき ☎ 017-57700  
自立訓練事業「通勤寮拓心館」 ☎ 017-45220  
児童発達支援センターはあと ☎ 017-57700  
エイブル ☎ 017-90600  
児童デイサービスセンターとれみ ☎ 017-33040  
生活介護事業所あおくほ ☎ 017-73307  
ヘルパーセンターあおくほ ☎ 017-73307
- 青葉もみじグループ  
障害者支援施設青葉寮 ☎ 017-4482631

主に身体・精神

- 旭光園グループ  
障害者支援施設旭光園 ☎ 017-51505
- 山郷館黒石グループ  
障害者支援施設山郷館 ☎ 017-22111
- 山郷館黒石グループ  
障害者支援施設山郷館くれん ☎ 017-33070  
山郷館総合支援センター黒石 ☎ 017-58018  
山郷館くれん共同生活援助 ☎ 017-66051  
児童発達支援センター花りん ☎ 017-93345

## 高齢者介護

- サンアップルホームグループ  
特別養護老人ホームサンアップルホーム ☎ 017-21111  
サンアップルホームデイサービスセンター ☎ 017-53330  
サンアップルヘルパーセンター ☎ 017-37580  
認知症グループホームアップル ☎ 017-27778  
認知症グループホームわかば ☎ 017-11776  
デイサービスセンターわかば ☎ 017-11605

## 相談

- サンアップル  
居宅介護支援センター ☎ 017-21131
- 七峰会総合福祉  
相談支援センターヒロフ ☎ 017-57400
- 相談支援事業所ひらかわ ☎ 017-51555
- 山郷館サポートセンターくれん ☎ 017-50108