

ハートケア 通信

2022年 2月 号

発行：2022年2月1日 NO. 221
 ハートケアグループ
 〒583-0021 大阪府藤井寺市御舟町1-63
 藤井寺オフィスビル
 編集：ハートケア通信編集委員
 TEL 072-931-2355
 FAX 072-931-2730



「デイセンターリハビリプラザ松原」制作作品

デイセンターリハビリプラザ松原では、大作の『御所車』が仕上がり、フロアに飾られています。制作期間は3カ月！新年のおめでたい雰囲気、ピタリな華やかな作品ですね。



手作りカレンダーで素敵な一年を・・・
 ～ハートケアグループ 有料老人ホームの制作活動～



その他、貼り絵制作なども盛んで、素敵な作品が沢山仕上がっています。

ハートケアグループ since1988

～快適をご利用者に 安心をご家族に～

(株)ハートケアホールディングス
 (株)大阪ホームケアサービス
 (株)メディケア・リハビリ
 (株)青蓮荘
 (株)マイオセラピー研究所
 NPO法人ケア・ユニゾン

<https://www.medi-care.co.jp/>

ハートケアグループ

検索

- (2022年1月1日現在)
- ◆介護保険ご利用者総数 5204名 (以下内訳)
 - ・ケアプラン契約数 786名
 - ・訪問介護事業 459名
 - ・通所介護事業 1499名
 - ・訪問看護事業 1904名
 - ・福祉用具レンタル事業 556名
 - ◆介護保険外ご利用者総数 1305名
 - ・訪問看護事業(医療) 891名
 - ・個人契約ヘルパー5名
 - ・訪問介護事業(障害者総合支援) 29名
 - ・有料老人ホーム 380名
 - ◆住宅改修・福祉用具購入(介護保険内外含む) 14件
 - ◆障がい児通所支援事業 352件
 - ◆職員数 957名
- (上記の総数は複数のサービスを利用される方の重複を含みます)

ご利用者虐待防止相談窓口 TEL:072-931-7735 担当:井口

手作りカレンダーで

素敵な一年を...

ハートケアグループ 有料老人ホームの制作活動

カレンダー作りを楽しもう

ハートケアグループの有料老人ホームでは、昨年11月からご入居者とカレンダー制作を始めています。

各営業所で、希望される方にカレンダー制作キットをお渡しして、職員と一緒に楽しく制作活動に取り組んでいます。

毎月2種類のイラストから、ご入居者が好きなものを選び、塗り絵やちぎり絵で月ごとのカレンダーのイラストを作成。

1月のカレンダーは、今年の干支である2種類の『虎』のイラスト、2月のカレンダーは『節分』と『バレンタイン』のイラストから好みのものを選ばれました。



ご入居者のお部屋に飾っている昨年12月のカレンダー



ケアホーム寝屋川より

そして、自分で制作されたカレンダーは、お部屋に飾られています。制作されていない方には、カレンダーの完成品のコピーを差し上げています。

皆さん制作が始まると、印刷されたイラストに色紙を切ったり貼ったり黙々と作業に集中されていました。中でも、普段は一日中歩行器で歩いているご入居者が、じっと椅子に座って制作されている姿には驚かされました。難しかったという声もありましたが、『自分で作ったカレンダーはやっぱりいいね』『楽しかった』『難しかったけどなんとかできたよ!』と、制作後は笑顔になっていただけました。

スタッフも、介助ではなくご入居者と一緒に一つの事に取り組み、とても楽しい一時で、お互いとても良い時間が過ごせたと思います。

カレンダー作りは、毎月の楽しいレクリエーションになりそうです。

営業所長 井上 明子

ケアホーム寝屋川でも、たくさんのご入居者がカレンダー作りなどの制作活動に励まれています。これからも、楽しみながら色々な作品にチャレンジしてみたいですね。



ケアホーム寝屋川の制作風景

充実した制作活動へ

制作レクリエーションは、手先を使うことでリハビリ効果もあり、ご入居者の楽しみにも繋がります。

ハートケアグループでは、ご希望の方には毎月定期的に制作活動が楽しめるような取り組みを始めました。

作品(制作物)の選定や試作品作り、材料購入などは時間もかかります。担当スタッフが制作キットを作り、営業所に必要な数だけ配布することで、営業所では、準備に時間を取ることなく制作レクリエーションを楽しんでいただけます。

準備に必要だった時間を使ってご入居者と関わる時間を持つと営業所スタッフからも好評です。

制作スタッフの声

毎月のカレンダーのイラスト提案や材料の準備、作り方説明書を入れたカレンダーキットを作っているのは、施設事業統括本部の若手スタッフ松岡です。カレンダー制作キットの他にも、これまでにいろいろな制作作品のキットを作成してきました。そして、各営業所で希望する方に作っていただいています。

また、カレンダーの他にこれまでに準備した制作キットの中で、昨年7月に準備した**ストロー花火**や11月の**紅葉のちぎり絵壁飾り**と**フェルトで作るバラの髪留め**、12月の**新年の笹飾り**は、ご入居者に好評だったそうです。特に**ストロー花火**は、簡単にできて綺麗“という声が多かったようです。

制作物のキット
を作成している
松岡です。
(左写真)
次の制作キット
も準備中です。



● ● ● ● ● ● ● ● ● ●
● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

今後は、『ご入居者と営業所のニーズに合った制作レクリエーションの提案をできるようにし、制作活動がご入居者の日常生活の活気や楽しみに繋がるようにしていきたい』と目標を語ってくれました。

これからも多くのご入居者に楽しんでいただき、色々な作品を作って見せていただけることを期待しています。

ハートケアグループ本部 企画広報部



ストロー花火を制作中



リハビリプラザ守口



リハビリプラザ守口では、昨年12/24にクリスマス会を開催。

サプライズで、送迎スタッフがサンタの衣装に身を包み、朝のお迎えでクリスマスプレゼントをお渡ししました。ご利用者は目を見開いてビックリ！



『クリスマスプレゼントなんて、子供だけだと思ってた！』と驚きながら笑顔で喜んで下さいました！

午後にはスタッフによるハンドベル演奏会もあり、ケーキを食べて楽しんでいただきました。

リハビリプラザ藤井寺

リハビリプラザ藤井寺では、毎年恒例のしめ縄飾りを制作しました。二人一組で紙紐を編んで縄を作り、好きな水引や花を飾ってオシャレなしめ縄ができました。仕上がると早速『来年もしめ縄のイベント宜しくね〜』と早くもリクエストが入りました！



ハートケアグループのデイサービス（通所介護施設）では、様々な季節行事を開催して、ご利用者と一緒に四季の移り変わりを感じていただいています。昨年末も、クリスマス会や新年を迎える制作活動など、各営業所では一年を締めくくる行事を楽しみました。

ハートケアグループ

デ
イ
サ
ー
ビ
ス
だ
よ
り



ハートケアグループの コロナ対策

コロナオミクロン株により、再び感染者数が急増しています。高齢者や基礎疾患のある方は特に注意が必要です。ハートケアグループでも感染防止対策への意識を再度高めています。

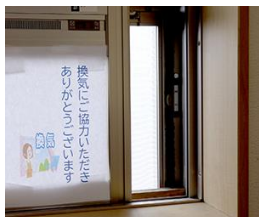
今年 1 月からは、月 1 回、**当社役員が各営業所（職員だけの事務所以外）を訪問**。日頃の感染対策の様子を把握するため、**訪問日時などは営業所に連絡せず、普段の様子を確認できるようにしています。**

👉 チェック内容

職員・利用者・訪問者に対して

- ① **検温**を確実に実施しているか？
- ② 手洗い・アルコール**消毒**を実施しているか？
- ③ **マスク**がきちんと**着用**できているか？
- ④ 全フロア、廊下、事務所など、きちんと**換気**できているか？ その他

ケアホーム藤井寺の様子



ご入居者が窓を閉めることがあり、貼り紙で換気の協力を呼びかける工夫がされていました。



感染対策チェックリストをもとに確認を行っています



👉 役員コメント 今月の訪問を終えて...

営業所へ訪問することで、介護の現場では、しっかりと対策が実行できることを改めて確認できました。今後においても、**持ち込まない、広げない、持ち出さない**のために、感染防止に取り組んでいます。



脳を 鍛える方法



以前に読んだ本で、とても興味深かった内容をご紹介します。「**脳を鍛えるには運動しかない**（著者：ジョン・J・レイティ、エリック・ハイガーマン）」（NHK出版）という本です。

運動の効果

- ①肥満を防ぐ
- ②骨・筋肉を強くする
- ③心血管系を強くする



などの効果はご存じの方も多いと思いますが、実は下記のように脳にも良いとされています。

*** 運動が脳に与える効果 ***

- ①ストレス・不安の軽減
- ②うつ予防
- ③注意散漫の改善
- ④脳を育てる（脳細胞の成長促進）など



つまり、運動しない生活は脳内物質のバランスが悪くなり、不安を感じるようになったりマイナス思考になったり、物忘れの症状が出現、また脳の萎縮が起こるとされています。しかし、運動により脳への血流が盛んになると、脳にとってベストな状態を保持でき、それらが改善されるとされています。

脳を活性化する運動の 1 つとして**有酸素運動（ウォーキング）**があります。理想の有酸素運動の頻度は**週 4 日、30 分、最大心拍数の 60% 程度**で運動することです。

きつさを感じることは人によっても個人差があるため、強度にはとらわれず、まずは運動していてもつらくない、不快に感じない程度で行うことが重要です。

特に運動は継続することが重要です。運動を取り入れることで脳が喜ぶ生活を過ごしませんか？



メディケア・リハビリ
訪問看護ステーション福島
理学療法士 白樫 政也



有料老人ホーム 空室情報

○…随時入居可 △…若干名 満…待機

青蓮荘	満	コンフォート門真	○	コンフォート大東	△	ケアホーム加美	△
ケアホーム長吉	満	ケアホーム伊賀	満	ケアホーム寝屋川	○	ケアホーム藤井寺	○
ケアホーム俊徳道	○						

※空室情報は変動することがあります。 お問い合わせ窓口 ☎ 0120-255-616 平日 9 時～18 時 2022 年 1 月現在