

# ハートケア 通信

2024年 6月号

発行：2024年6月1日 NO. 249  
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



## 力士がやって来た！ (青蓮荘・ケアホーム俊徳道)



### 今月の特集 PARC ウィル東大阪オープン！

(2024年5月1日現在)

## 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

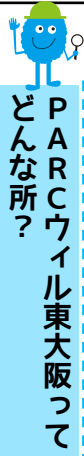
- ◆介護保険ご利用者総数 4946名 (以下内訳)
    - ・ケアプラン契約数 746名
    - ・訪問介護事業 415名
    - ・通所介護事業 1400名
    - ・訪問看護事業 1919名
    - ・福祉用具レンタル事業 466名
  - ◆介護保険外ご利用者総数 1522名
    - ・訪問看護事業 (医療) 1087名
    - ・個人契約ヘルパー3名
    - ・訪問介護事業 (障害者総合支援) 31名
    - ・有料老人ホーム 398名
  - ◆住宅改修・福祉用具購入 (介護保険内外含む) 3件
  - ◆障がい児通所支援事業 418件
  - ◆職員数 917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

# PARCウイル東大阪オープン!



今月は、4月1日に大阪府東大阪市にオープンしたPARC(パルク)ウイル東大阪をご紹介します。オープン後の様子や施設への想いなど、**山本晃久 営業所長**に聞きました。



**重症心身障害児型の児童発達支援・放課後デイサービス、PARCウイル東大阪**が4月1日、オープンいたしました。

重症心身障害児対応の施設としては城陽市の「PARCウイル城陽」、京都市の「PARCウイル伏見」に続く3店舗目ですが、大阪府内では初めてとなります。

重症心身障害児と言っても、障害の程度はお子さんにより様々です。自分で体を動かしたり、話したりすることが難しく、ほとんど寝たきりの状態で過ごしたり、胃腸や人工呼吸器などといった医療的デバイスを使用しながら在宅や学校に通って授業を受けたりしているお子さんがいらつしやいます。そんなお子さん方が**楽しく遊べる、そして心落ち着ける場所**を目指したいと思えます。



**お子さんや親御さん、そしてスタッフも楽しく心落ち着ける場所に…**

オープンにあたり、壁紙の色や、クッションマットの色合いなどは優しいブルーやグリーンを選びました。また、キャンプ好きな営業所長のこだわりで、柱や事務所内は木目調でまとめています。お子さんはもちろん、スタッフもなんだかほっとする場所が完成しました。



体をうまく動かせなかったり、筋緊張が強くなりがちなお子さんでも楽しんで、力を抜いたりできるような、雪だるま型のバランスボールやヨギボールも準備しています。実際にご見学に来ていただいた親御さんからは「わあ〜♪」「ぜひ預けたいです」と嬉しい第一声が。すでに4月1日から3名の利用児さんが来られ、初日から落ち着いて過ごされています。

PARCウイル東大阪では現在、児童発達支援管理責任者が1名、看護師が2名、保育士1名、理学療法士1名が在籍し、どんな療育ができたらお子さんが楽しめるか、それぞれの職種の強みやこれまでの経験を生かしながらアイデアを出し合っています。



**オープンから半月経って…**

オープンから半月ほどが過ぎた現在、3人のお子さんのそれぞれの性格や個性なども徐々に掴めてきました。「これなら〇〇ちゃんできそう!」「〇〇くんは黄色が好きってよく言ってる」など**特徴や好みに合わせた遊び・おもちゃ作り**を提案しています。

また、理学療法士も在籍しており、体の動きを取り入れた遊びをしたり、拘縮が強いお子さんには合間でマッサージをしたりと、**リハビリ要素も療育**の中で取り入れています。



## 利用児Aちゃんの変化

ここで、一人の利用児さんを紹介したいと思います。

心臓に重い病気と脳に障害を持ち、自分で体を動かしたり、意思表示することがほとんど難しいAちゃん。4月当初から週に2回来ています。ご利用初日から特に緊張したりすることなく、落ち着いて過ごされていました。



風船で遊ぶAちゃん

楽器遊びをした際、お母様から「自分で持ったりすることは難しいと思います」とお伺いしたので、スタッフが手を添えて一緒に握ることで楽器遊びを楽しんでいました。その後利用日数を重ねるごとに「ニッコツと笑ったり、ウィルを楽しんでくれる反応が増えてきました。スタッフ手作りのピンクのキラキラボトルを気に入って目で追いかけたり、手に握らせると少しの間ですが自分の力で持っていることができるようになってきました。寝ながらですが、段々とキラキラボトルを上手に持つことができるようになりました。スタッフが「コロコロ転がしてみたら」と声をかけると、肘から下を動かして手



**PARCウィル東大阪**  
 〒577-0843  
 東大阪市荒川3丁目 29-26  
 TEL:06-4309-7326

こども療育事業  
 東大阪営業所  
 営業所長 山本晃久



オープンしたばかりのPARCウィル東大阪ですが、すでに利用児さんの嬉しい反応をいただいています。今後もお子さんそれぞれに合わせた療育を展開し、お子さん・親御さんが安心して預けていただけるよう、尽力してまいります。

をばつと離して  
 ボトルがコロコロ！偶然かな？  
 とも思いもう一回リクエストすると、またもや上手に転がしてくれました！  
 スタッフもみんなびつくりし、「すごいねAちゃん！」と褒めまくりました。お母様に動画を共有すると「そんなことができたんですかー」と大変驚きながらもとても喜んでくださいました。



青蓮荘・ケアホーム俊徳道に

力士がやって来た！



3月28日、大相撲春場所(大阪場所)に出場した藤島部屋の力士が、当社の有料老人ホーム「青蓮荘」と「ケアホーム俊徳道」に来訪しました。訪問してくれたのは、常陸號(ひたちごう)関と富士の山関のお二人です。営業所では、『ようこそ青蓮荘へ』『ようこそ俊徳道へ』と書いた手作りの華やかなパネルを準備して歓迎し、当日は大きな拍手でお二人を盛大にお迎えしました。お二人から自己紹介があり、常陸號(ひたちごう)関は茨城県出身、富士の山関は静岡県出身で、お二人とも四股名は出身地にちなんでいるということでした。



「好きな食べ物？」「得意技は？」「好きなタイプは？」「何時に起きていますか？」等ご入居者や職員から色々な質問が飛び交い、力士が答えるたびに「へー」「おー」といった相槌やどよめきが起こり、最初は大人しかったご入居者も次第に打ち解けて和やかな雰囲気になりました。ご入居者からは「まわし姿で寒くないですか？」といった力士を気遣う質問もあり、「まわしを付けた時はヒヤッと冷たいですが、そこから準備体操するので身体も温まってきます。」大阪場所は春なのに寒かったですね。」といった返事が返ってきました。色々な質問でお二人との距離が近づいたところで、次は「お姫様抱っこ」のコーナーです。さすが、力士のお二人は軽々とご入居者を抱っこされ笑顔で撮影に応えられています。

そしてとうとう最後の「握手会」になり、常陸號関と富士の山関は、たくさんのご入居者にも関わらず、一人一人と丁寧に握手をして下さり、ご入居者も「今日は来てくれてありがとう。楽しかったわー」「頑張つてねー」「応援してるからねー」とキラキラと目を輝かせて声をかけていました。20〜30分という限られた時間でしたが、ご入居者の皆様は、力士との交流をとっても楽しまれ、満足された様子で、素敵なイベントになりました。常陸號関と富士の山関からも訪問終了後には、「ハートケアさんは最高です」とのお言葉をいただけたそうで、職員やご入居者からの歓迎と熱い声援をととても喜んでいただいたそうです。今後みんなの声援を力にますます頑張つてほしいですね。応援しています。

ハートケアグループ本部  
 総務部 広報課

### 営業所の制作活動

## 季節の壁面飾り

ハートケアグループのデイサービスや有料老人ホームでは、ご利用者（スタッフも協力して）が制作した素敵な壁面飾りがエントランスやフロアを華やかに飾っています。

### リハビリプラザ桜ヶ丘

5月、色紙や画用紙で作られた色とりどりの可愛い鯉のぼりと見事な藤の花がフロアの壁を彩りました。

リハビリプラザ桜ヶ丘では、毎月、クラフトクラブのメンバーが、スタッフと協力して季節の作品を制作しています。クオリティーの高い作品に、毎月、営業所の皆様も楽しみにされています。



### リハビリプラザ羽曳野

4月30日、『鯉のぼり』の壁飾りが約1ヶ月の制作期間を経て仕上がりました。各曜日のご利用者が色紙をちぎったり貼ったりして皆さんの共同制作で立派な立体作品ができました。

『鯉のぼりや金太郎さんが飛び出していると迫力があるね〜』と携帯で写真を撮る人もいたり、ご利用者もスタッフも迫力満点の作品を楽しく眺めています。



## 猫背姿勢改善体操

猫背の方は、頭・顎が前方に突き出しているような姿勢になっている方が多いです。このような姿勢は見た目だけでなく、身体的なトラブルを引き起こす原因にもなります。例えば、慢性的な頭痛や首・肩こりの原因が、上記のような姿勢だったということもあります。



また、高齢の方の場合、顎が上がった姿勢では、嚥下機能（物を飲み込む機能）の低下に繋がることがあります。嚥下機能が低下すると、誤嚥性肺炎などにも繋がるので注意が必要です。

そこで今回は、そんな猫背姿勢の改善の第一歩として、簡単にできる「顎引きエクササイズ」をご紹介します。

### 顎引きエクササイズ

#### ▶ 方法

- ①膝を立てて仰向けに寝転がる
- ②頭を上げ、視線を膝へ向けながらゆっくりと顎を引いていく
- ③ゆっくりと①の状態に戻す

10回×2セットを痛みのない範囲で行います。



#### ▶ ポイント

- ・顎を動かす前に視線を動かす
- ・顎は「軽く」引く  
力みすぎはNG
- ・首の上【顎の付け根】から顎を引くイメージで行う
- ・首の後ろの筋肉が伸びていることをイメージする



赤い丸の部分が伸びていればOK!

いかがでしたか？

このエクササイズで肩・首こりや猫背が軽減すると思います。ぜひ一度試してみてください。



メディケア・リハビリ  
訪問看護ステーション京都  
理学療法士 村田 哲平



### 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	△	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	○	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 ☎ 0120-974-115 平日9時～18時 2024年5月現在