

ハートケア 通信

2023年 3月 号

発行：2023年3月1日

NO. 234

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



玉入れゲーム

リハビリプラザなでしこでは、新春のレクリエーションとして玉入れゲームを楽しみました！カゴが小さいほうが高得点！ボールが壁に跳ね返るのでなかなか難しいゲームです。見事一番小さいカゴにボールを入れて高得点をゲットされた方もいらっしゃり、大変盛り上がりしました。



デイセンター
リハビリプラザなでしこ

今月の特集

2023年 新年の風景
～ハートケアグループ
有料老人ホーム～



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

(2023年2月1日現在)

◆介護保険ご利用者総数 5230名 (以下内訳)

- ・ケアプラン契約数 796名
- ・訪問介護事業 454名
- ・通所介護事業 1529名
- ・訪問看護事業 1925名
- ・福祉用具レンタル事業 526名

◆介護保険外ご利用者総数 1367名

- ・訪問看護事業 (医療) 923名
- ・個人契約ヘルパー4名
- ・訪問介護事業 (障害者総合支援) 28名
- ・有料老人ホーム 412名

◆住宅改修・福祉用具購入 (介護保険内外含む) 7件

◆障がい児通所支援事業 427件

◆職員数 961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

コンフォート大東 ハート(葉愛鳥)神社へ初詣



鳥居の中には、こちらまた職員手作りの可愛いハート(葉愛鳥)神社が登場しました！
鳥居の中には、こちらまた職員手作りのとても可愛いハートちゃんか：！ご入居者も参拝して思わずにっこり笑顔がこぼれます。元氣が出るような素敵な言葉と共に、皆さんに喜んでいただきました。



2023年 新年の風景

～ハートケアグループ
有料ホーム～

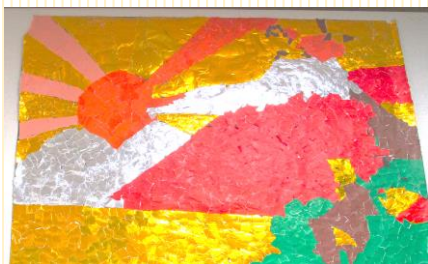
今月は、有料老人ホームのお正月飾りを紹介します。
立派な神社が登場して初詣を楽しめたホームもあり、各営業所で職員の工夫いっぱいのお正月イベントが催されました。

ケアホーム藤井寺 沢田神社へ初詣



ケアホーム藤井寺には、沢田神社が登場。1階の廊下に大きな鳥居も作られ、それぐぐりぬけるとフロアには素敵な神社が……。どちらも職員の制作です。工夫いっぱいの沢田神社で初詣の後は、絵馬に願い事を。ご家族の健康を願う絵馬もありご入居者の優しさに心温まりました。

ケアホーム長吉 お正月飾り赤富士と羽子板



ケアホーム長吉の玄関には、縁起の良い赤富士と初日の出のちぎり絵を飾っています。フロアの壁面には羽子板や雪だるまの制作作品も……。どちらもご入居者の皆様と一緒に制作を楽しみました。フロアの飾りでお正月気分を感じていただきました。



青蓮荘 おみくじで運試し！



毎年恒例、青蓮荘ではおみくじを引いて新年の運だめし！
赤い袋の中には小さな可愛い干支の飾り物とおみくじが……。大吉、小吉・・・職員と一緒にちょっとワクワクしながら読んで笑って、初詣気分を楽しみました。



コンフォート門真 門真神社へ初詣

今年のお正月は、コンフォート門真に門真神社が登場しました！
フラワーペーパーの赤い花、黒い花は、ご入居者と一緒に作成したものです。
沢山の花飾りで立派で素敵な鳥居ができ上がり、皆さんに初詣を楽しんでいただきました。



鳥居の中には、願い事を書いた皆様の絵馬飾りも貼っています。

昨年、デイセンターリハビリプラザ高槻・東大阪・松原に電動マーじゃん台が入荷されました。
ご利用者からも好評で喜んでいただいています！

営業所からの声

マーじゃんパイを並べる必要がないので、これまでよりもゲームを何回も楽しめる！

電動マーじゃん台ならゲームの後にパイを混ぜて並べる作業が自動です。中央の円盤が上に上がると、その中にパイを入れるだけ。マーじゃん台から整列されたパイが自動で出てくるので、ゲームの流れもスムーズで、ご利用者は何回もゲームを楽しまれています。



デイセンターリハビリプラザ
高槻・東大阪・松原に
電動マーじゃん台入荷！



麻痺のある方にもマーじゃんに参加していただけるようになった！

高齢になり『麻雀パイを積み上げるのが難しい、時間がかかってしまう…』と参加できていなかった方も、『**電動マーじゃん台なら気兼ねせずに参加できる！**』と喜ばれています。さらに、**麻痺のあるご利用者にも参加していただけるようになった**と、スタッフからの嬉しい報告もありました。

リハビリプラザ松原のマーじゃんクラブ

リハプラ高槻や東大阪でも好評と聞いて阪口営業所長も入荷を決めたそうです。電動マーじゃん台は、ご利用

営業所長にインタビュー

感じました。と、皆様のマーじゃん愛の大きさを感

ご利用者にインタビュー

この日のクラブのメンバーは4名。皆さん、電動マーじゃん台の操作もスラスラと慣れた手つきで使いこなされていました。



マーじゃんクラブの開催日も週に2日から4日に増え、メンバーが多い日は普通の台と2台で開催されます。

麻雀 松原の早見表

	1翻	2翻	3翻	消費	跳満	倍満	役満
親	2000	2400	5800	12000	18000	24000	48000
子	1000	2000	3400	8000	12000	16000	32000
親(500)	(1000)	(1000)	(2000)	(4000)	(6000)	(8000)	(16000)
子(300)	(500)	(1000)	(2000)	(2000)	(3000)	(4000)	(8000)
シバ	1本場 300	2本場 600	3本場 900	4本場 1200			

壁にはリハプラ松原専用の得点早見表が掲示されています。ご利用者それぞれにローカルルールがあり、それを踏まえてスタッフが作成したそうです。難しくて作成には苦労したとのことでした。



企画広報部

利用者からの印象も良く、これまでマーじゃんに興味のなかった方も興味を示されたり、『電動マーじゃん台でゲームができて楽しかった』『楽しくマーじゃんができてそう』と、デイサービスに体験に來られた方が数あるデイサービスの中からリハプラ松原を選んでいたくらいにもなったとのこと。マーじゃん効果は大きかったそうです。

そして、**何よりご利用者がクラブの日を楽しみにし、目的をもってご利用いただけていることが嬉しい**という言葉も心に残りました。

いつも訪問すると活気のあるリハプラ松原ですが、電動マーじゃん台の効果で、さらにご利用者の笑顔が増えそうです。ハートケアグループ

ハートケアグループの
コロナ対策

当社有料老人ホームでは、2月14日現在、面会と通院付き添いが再開されています。

政府方針では、新型コロナが5月には「5類」へ移行されることも決まり、様々な感染対策の検討も始まっていますが、アメリカでの変異株の流行や高齢者の重症化リスクなど、まだまだ高齢者施設にとっては懸念されるべき点も多いと感じます。当社では、今後も国や自治体の方針に沿って対策を進めていく予定です。

引き続きご利用者・職員の健康観察と報告、換気、消毒、マスク着用などの基本対策を継続して感染蔓延防止に努めておりますので、ご利用者・ご家族の皆様には、これまで同様にご協力をお願いいたします。



クラブ活動

クラブ活動のススメ
ケアホーム寝屋川

ケアホーム寝屋川のトランプクラブでは、毎日夕方、4時頃からクラブ活動が始まります。最初は4名だったクラブ会員も現在は7～8名に増え、一段と盛り上がっています。



クラブ内で人気なのは「七並べ」です。「早よ出して」「仕方ないなあ～出してあげよ!」と、皆さん声を掛け合いながらゲームを楽しまれ、フロアには大きな笑い声が響いています。

毎日1時間ほどトランプを楽しむクラブ活動は、気が付けば発足して一年以上にもなります。脳トレにも良さそうで、笑顔にもなれるトランプクラブがますます盛り上がるようスタッフも応援しています。



ケアホーム寝屋川
事業所長 多田和嘉子



美味しく
楽しく
食事を続けるために



主に加齢により口周りの筋力が衰え、「食べる」「話す」機能に低下がみられることを「オーラルフレイル」＝口腔の（オーラル）虚弱（フレイル）といいます。

オーラルフレイルは「うまく噛めない食べ物が増える」「時々むせる」「活舌が悪くなる」など、口の些細なトラブルから始まることが多いのですが、それらのトラブルはそのまま放っておくと全身機能の低下や誤嚥性肺炎につながる可能性があります。

おっくう

十分な栄養が摂れない、食事や会話が億劫になる



筋力や活動量の低下、社会性の低下

身体機能、摂食嚥下（食べる・飲み込む）機能のさらなる低下

口の機能を維持し、美味しく！楽しく！食事を続けるために、喉を鍛えるトレーニングをご紹介します。

★開口訓練 ※顎関節症や顎関節の脱臼の既往がある方は実施しないでください。

・1セット5回を1日2セット

・できるだけ大きく口を開け、その状態で10秒間キープ→10秒間休息



★嚥下おでこ体操・1セット5～10回を1日3セット

・前を向いた状態で額に手をあて、水平方向に押す。
・額を押しながら、5秒ほどかけておへそをのぞき込むように顎を引く



オーラルフレイルを予防するためには、座る・立つ・歩くなど日常生活における運動量を増やす、タンパク質を意識して摂取する、日常的に話す、歌う習慣を取り入れることも効果的です。



メディケア・リハビリ
訪問看護ステーション東大阪
言語聴覚士 水田 昌子



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	満	コンフォート大東	満	ケアホーム加美	△
ケアホーム長吉	○	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 ☎ 0120-255-616 平日9時～18時 2023年2月現在