

ハートケア 通信

2023年 7 月 号

発行：2023年7月1日 NO. 238
 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



デイセンターハビリプラザ羽曳野では、今月も立派な壁画制作『藤棚』が完成しました。皆で協力して作り上げる制作は、楽しみプラス一体感も生まれるそうです。制作を通して自然と言葉を交わすことができ、新しいご利用者にとっても良い交流の場になっているそうです。



壁画制作

藤棚

デイセンター
リハビリプラザ羽曳野



4月の制作作品『しだれ桜』

今月の特集 園芸サークルの取り組み

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6月1日現在)

- ◆介護保険ご利用者総数 5131名（以下内訳）
 - ・ケアプラン契約数 778名
 - ・訪問介護事業 426名
 - ・通所介護事業 1518名
 - ・訪問看護事業 1903名
 - ・福祉用具レンタル事業 506名
 - ◆介護保険外ご利用者総数 1373名
 - ・訪問看護事業（医療）930名
 - ・個人契約ヘルパー4名
 - ・訪問介護事業（障害者総合支援）31名
 - ・有料老人ホーム 408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 451件
 - ◆職員数 953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



寄せ植えで、活動にも制限がありました。コロナ禍で、活動にも制限がありました。ご入居者からも喜んでいただいています。

現在メンバーは7名。園芸に詳しい職員を中心に、園芸好きの有志が集まるサークルです。サークル活動なので、あくまで参加できる時に参加できるメンバーでの活動ですが、朝、出勤前に肥料や水やり、状態を見て作物の手入れ、土曜・日曜には、土づくりや種まき、苗づくりなど、これまで色々な草花や作物の栽培に取り組んできました。

また、自分たちで楽しむだけでなく、当社有料老人ホームの玄関前に飾ってもらう寄せ植えの鉢を作ったり、栽培作物の収穫や試食など、有料老人ホームのご入居者に楽しんでもらえるようなボランティア活動を兼ねた取り組みも行ってきました。コロナ禍

園芸サークルの取り組み

職員の『園芸サークル』が、一昨年発足しました。園芸を通して多くの方に笑顔になってもらえるような活動にも取り組んでいます！



活動費用が出て肥料も良いものをつぶりあげることができたのも良かったのではと感じています。日々の手入れなど、大変な作業、育成に協力してくれたサークルメンバーの尽力にも感謝しています。

活動費用が出て肥料も良いものをつぶりあげることができたのも良かったのではと感じています。日々の手入れなど、大変な作業、育成に協力してくれたサークルメンバーの尽力にも感謝しています。

イチゴ栽培は一昨年から試験的に始めました。昨年度より、会社から助成金が出るようになったので、イチゴ栽培も親株を残して苗作りから育成に取り組みました。



イチゴ栽培について聞いてみました

5月6日、園芸サークルで育てたイチゴで『イチゴ狩り』を開催。開催したケアホーム長吉のご入居者からも大変喜んでいただきました。

- 6月～9月 苗の育成
- 10月 土づくりをしてプランターへ植替え
- 11月～3月 肥料や水やりは毎朝出勤前に。状態を見て手入れ
- 4月頃 花が咲き始めるので受粉作業
- 5月 いちご狩り



寄せ植え作業



イチゴ狩り



車いすの人も立ち上がってイチゴを探す姿。赤い実を見つけて嬉しそうに採る姿。何個とっていいの？と聞いて下さる方。『外に出てこれない方の分も持って帰ります。』と気遣って下さる方。味見をして美味しいと言ってくれた元農家の方。皆さんの笑顔に癒されて、イチゴ狩りを開催してとっても良かったと感じています。

『軽トラでいちご狩り』イベントを開催して…



園芸サークルのメンバー

園芸サークルでは、現在、依頼があった有料老人ホームの花壇の土づくりや苗づくりなど営業所の園芸活動のサポートもしています。ご入居者が苗の植え付けをできるように準備をして園芸活動を後押し。自分で植えられた植物は、その後、成長も気かけられ、水やりなど積極的に関わられているそうです。花壇のきれいな花を喜んで下さるご入居者の声も励みに、これからもサークル活動を頑張っていきたいです。 園芸サークル一同



豆のさや出し作業



ホーム敷地内花壇(畑)



豆のさや出し作業

「美味しい！」で ご入居者に笑顔を…

ケアホーム伊賀

ケアホーム伊賀の畑(伊賀農園)で栽培されたエンドウ豆が収穫時期を迎え、5月9日、ご入居者と一緒に収穫を行いました。

収穫したエンドウ豆は採りたてをさやから出して冷凍しておき、16日に職員が「豆ごはん」を炊いてご入居者に味わっていただきました。



16日当日は、朝から準備が始まり、午後に訪問すると、ちょうど炊き上がる直前でとてもいいにおいが漂っていました。

炊飯器の炊き上がりの音がしてふたを開けると、とっても鮮やかな緑色の豆ごはんが！『美味しいそう！』と、思わずみんなの顔もほころびました。早速、炊き上がった豆ごはんをカップに入れ、錦糸卵と桜でんぶでトッピング。とても可愛くてインスタ映えしそうな豆ごはんが出来上がりました。

せっかくの採りたてのエンドウ豆なので、どんな食事形態のご入居者にも味わっていただきたいとお粥バージョンも準備されていました。柔らかく煮込んだ豆を一つ一つ丁寧に刻み、リスクが無いように気を配って、職員が愛情を込めて作ったエンドウ豆のお粥です。



ご利用者の声

「豆ごはん、久しぶりやわ〜」
「ここ(伊賀農園)の畑は土もいいから美味しい豆が出来るねん！」
「一緒にさや剥いたやつやね！美味しいわ〜」
「このケアマネさん(園芸サークルの職員)が育ててくれた豆、ほんまに美味しいわ」



皆さん、笑顔で豆ごはんの感想をお話しされていました。現在、伊賀の農園には、すいか、きゅうり、トマトが植えられており、これからの収穫も楽しみです。収穫祭や栽培野菜を使ったおやつレクリエーションなど、またイベント開催時には、訪問して皆さんにお伝えできればと思います。

ハートケアグループ本部
企画広報部



有料老人ホーム・デイサービス合同企画第2弾！

ハートケアグループ 塗り絵コンクール開催

書道コンクールに続き、
7月、塗り絵コンクールが開催されます。

対象者：有料老人ホーム(9施設)とデイサービス(9事業所)のご入居者・ご利用者
応募締め切り：6月末

7月に本部での展示の後、8/1(火)に受賞作品結果発表があります。

お楽しみに～

営業所長より

5月、施設の畑で栽培したエンドウ豆をご入居者と一緒に収穫しました。『これは大きいな』と出来栄を楽しみながら、手の届くところは全て収穫され、その後、さや出しも女性のご入居者が集まって手際よく手伝ってくれました。豆ごはんの他に、エンドウ豆のお粥バージョンも作ってご入居者全員に食べていただけたよう工夫しました。皆様、『美味しい、美味しい』といっておかわりされる方もいらっしゃり、いつもとは違う季節の味を喜んでいただけました。今後も季節感を感じられるイベントを開催し、ご入居者に喜んでいただきたいと思います。

ケアホーム伊賀
営業所長 宇都宮仁子

ハートケア トピックス

6 月、ハートケアグループのこども療育事業所
『PARCウィル伏見』、『PARCルポふしみ』
が新たにオープンしました！



重度心身障害のお子さまや医療的ケアを必要とする
お子さまなどを対象とした児童発達支援・放課後等
デイサービスです。家庭内でのケアや療養等の困り
ごとや悩みごとを保護者と共有し、一緒に解決してい
くとともに、保護者の時間を確保するために、ケアを
一時的に代行することも目的としています。



『PARCウィル伏見』に併設の短期入所施設です。
基本的には『PARC ウィル城陽』『PARC ウィル伏
見』を利用中のお子様を対象となります。
日常生活ではなかなか経験できないお友達とのお
泊り体験を楽しんでいただけます。

お問い合わせ

住所：〒612-8297

京都市伏見区横大路貴船 26-2
グランヴィア貴船 1 階

TEL:075-604-1117



アウトドアをイメージした内装でキャンプ気分も体験できます。



みなさんこんにちは。
さっそくですが、転倒せずに生活することを誰もが
望まれていると思います。そこで今回は体の中でも
唯一地面に接している『足部』に注目して、エクサ
サイズを紹介したいと思います。

Point **ここが大切！**
足の指や、足首の動きが悪いと転倒するリスク
が増えると言われています。
また、皮膚なども分厚くなると感覚も鈍くなりやすい
ので、**足裏のケアも大切です！**

1 足のストレッチ
①足の指を1本ずつグルグル回す
②土踏まずの辺りを親指側から小指側までまん
べんなく押す
③足首を左右10回転ほどグルグル回す

2 足のトレーニング
①足の指をグーチョキパー
②踵上げ（背伸び）できる限りつま先
に体重を乗せてください
（机などを持ってもらっても大丈夫です）
③椅子に座り膝を伸ばした状態で足首を上下に
大きく動かす（ふくらはぎ
も一緒にストレッチできます）

なぜ足が大事なのか？
足は地面と唯一の設置点であるため、足でバラ
ンスが取れないということは、体の土台が揺れて
しまいます。そのため、足より上にある膝や、
股関節、体幹などがグラグラしてしまいます。
もちろん転倒しないためには他の筋肉のトレーニ
ングなども重要ですので、引き続き日々のリハビ
リも頑張ってください！

メディケア・リハビリ
訪問看護ステーション城陽
理学療法士 武田 百々子



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	△	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	満
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 2023年6月現在