

ハートケア通信

2025年 8月号

発行：2025年8月1日 No. 263
 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 072-931-6620



コンフォート大東
 梅シロップ
 づくり

大ぶりの南高梅を使って、梅シロップづくり！梅の水分を丁寧に拭きとり、竹串で梅のヘタを取り除きます。「梅って、いい匂いだね」「氷砂糖は、こう入ると美味しくなるよ～」皆様、とっても楽しそうに参加されました。出来上がりが楽しみです。



今月の特集
 ハートケアグループのやさしい介護

ハートケアグループ

快適をご利用者に 安心をご家族に since1988

(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>

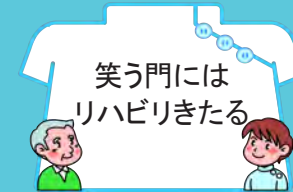
ハートケアグループ
 ホームページ

◆ 介護保険ご利用者総数：4983名 (2025年7月1日現在)
 【ケアプラン契約数】730名 【訪問介護事業】440名
 【通所介護事業】1468名 【訪問看護事業】1904名
 【福祉用具レンタル事業】441名
 ◆ 介護保険外ご利用者総数：1494名
 【訪問看護事業(医療)】1054名
 【訪問介護事業(障害者総合支援)】28名
 【個人契約ヘルパー】4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)：8件
 ◆ 障がい児通所支援事業：526名

※上記の数は複数のサービスを利用される方の重複を含みます

◇ ハートケアグループ 職員数：947名

ご利用者虐待防止相談窓口 TEL：072-931-7735 担当：井口



その一杯が元気を守る ～水分補給のお話～



いよいよ本格的に暑くなってきましたね。みなさん、お水はしっかり飲めていますか？

今日は、「水分補給」について少しだけお話させてください。

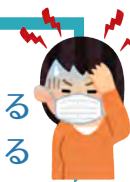
暑い日が続くと、水分補給について、私たちもよくお声かけするようになります。でも実は、水分補給は夏だけでなく、1年を通してとっても大事なことです。

年齢を重ねるにつれて、のどの渇きを感じにくくなると言われています。そのため、「まだ大丈夫」と思っている、気づかないうちに体の中が渇いてしまうことがあります。

また、お薬の影響でトイレが近くなったり、足腰が不安で水分を控えてしまったり…そんな方もいらっしゃるかもしれません。

でも、水分が足りないと

- ・ふらつきや転倒のリスクが上がる
- ・便秘や発熱、頭痛などの原因になる
- ・認知症の症状が強くなることもある



など、体調にさまざまな影響が出てしまいます。

一方で、お子さまにも注意が必要です。小さなお子さまは、体の水分量が多い分、汗や熱で水分を失いやすいです。

夢中で遊んでいて、飲むのを忘れてしまうことがよくありますよね。「なんだか元気がない」「急に機嫌が悪くなったな」と思ったら、最初は水分不足を疑ってみてください。



お知らせ

有料老人ホーム ケアホーム寝屋川宝町 2025年9月1日オープン！
 【見学・資料請求】0120-974-115 (平日9:00～18:00)

有料老人ホーム 空室状況

(2025年7月現在)

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

入居相談
 お問合せ窓口

0120-974-115 (平日9時～18時)
 ※空室情報は変動することがあります。

デイサービス 空き状況

(2025年7月現在)

リハビリプラザ桜ヶ丘	○	リハビリプラザ小山	○	リハビリプラザ深野	○
リハビリプラザ羽曳野	○	リハビリプラザ守口	○	リハビリプラザ東大阪	○
リハビリプラザ松原	○	リハビリプラザ高槻	○	リハビリプラザなでしこ	○

お問合せ

各デイサービスまでお問合せ下さい。

※曜日によって空き状況は異なります。詳しくはお問合せ下さい。

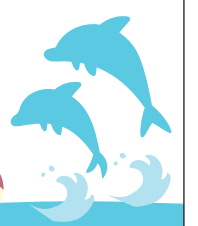


※曜日によって空き状況は異なります。詳しくはお問合せ下さい。

最後に何気ない一杯が、元気を守ってくれます。「たった一杯」と思われるかもしれませんが、その一杯が、熱中症を防ぎ、転倒を防ぎ、便秘をやわらげ、元気な生活に繋がります。

何か気になることがあれば、いつでも私たちにご相談ください。今年の夏も、水分をしっかりとって、元気に乗り切りましょう！

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 笠原 愛



ハートケアグループのやさしい介護

ハートケアグループ有料老人ホームでは、昨年『やさしい介護10箇条』を作成しました。一人ひとりのご入居者に寄り添い、その方らしく安心して笑顔で過ごしていただけるよう、職員は日々この『10箇条』を指針としてケアを実践しています。

今年作成して2年目の年。職員が日々のケアの中で実践していることや心温まるエピソードを集め、冊子や動画の作成、ブログでの紹介も始め、皆で共有することさらに理解を深める取り組みもスタートしています。

今月は、有料老人ホームの取り組み『やさしい介護10箇条』について施設運営本部の藤澤本部長に聞いてみました。



Q1

『やさしい介護10箇条』はどのような作成されたのか、作成に込めた思い等を教えてください。

『やさしい介護10箇条』は、昨年からの取り組みとして作成しました。ご入居者に人生の最終章を穏やかに、そしてその人らしく過ごしていただくためには、私たち一人ひとりの介護に対する想いと姿勢がとても大切です。

そんな思いから、昨年、全営業所の職員に「やさしい介護とは何か？」というテーマでアンケートを実施し、「日々の介護の現場で感じているやさしさ」や「心がけていること」、「大切にしているケアのあり方」について、職員一人ひとりが多くの貴重な意見をあげてもらうことができました。そしてどの言葉にもご入居者の尊厳を守り、自立を支援しようとする温かな気持ちが込められていて、皆で共有すべき大切な価値観であると再認識しました。

Q2

冊子作成等で集まった職員からの声やエピソードで、特に印象を受けた内容は？

特に印象に残っているのは、「言葉だけでなく、表情やしぐさにも心を込めることがやさしい介護につながる」という内容です。忙しいときほど、無意識のうちに顔がこわばっていたり、対応が機械的になってしまっていることがあります。そのことに気づき、意識して笑顔やあたたかい声かけを心がけるようになったことで入居者から自然に笑顔が返ってくるが増えたなど、たくさんさんのエピソードを聞くことができました。

やさしい介護10箇条

1 笑顔で話す	6 傾聴し同じ気持ちになる
2 目線を合せて話す	7 ありがとうの気持ちを伝える
3 やさしい言葉で話す	8 1人1人のペースに合わせる
4 敬い大切に想う	9 できることを見守る
5 否定と指示をしない	10 介助(行動)の前には同意を得る

3つの合言葉

笑顔 共感 待つ姿勢

Q3

介護の取り組みの振り返り

今回、あらためて「介護とは何か」を考える貴重な機会をいただきました。普段の業務の中では、忙しさに追われてつい目の前のことだけに集中してしまいがちですが、今回の10箇条の策定をきっかけに、日々のケアの中でそれぞれの職員が「やさしい介護」について振り返る機会になればと思っています。



10箇条のどれにも、「ご入居者に寄り添う気持ち」や「その人らしさを大切にする姿勢」が込められています。ただのスローガンではなく、私たちの日々のケアの「道しるべ」として、そして「これなら私にもできる」「今日から実践してみよう」と思ってもらえるように今後もこの取り組みを進め、ご入居者にとって居心地のよい場所をつくっていききたいと思います。

「焦らずに、笑顔で向き合う介護」

少し不穏になられ、顔が険しくなっているご利用者がおられ、職員に何かを伝えようとされるも言葉が出てこず混乱されている様子。最後は笑顔になられ「お姉ちゃんがいってよかったわ」と仰っていただけました。

介護職(日勤) T.R

ちょっと素敵な嬉しい話



今月は、リハビリプラザ小山をご利用のM様をご紹介します。(写真中央) 長年(55年)ご自分で美容院を営まれていたM様。数年前にご自宅で突然吐血して動けなくなり、救急搬送時には複数の病院で受け入れが難しい状態でした。

原発性胆汁性肝硬変症の診断の他、腹水や甲状腺機能低下症等合併症もあって入院中はリハビリが行えずADLが低下。更衣、排泄、入浴・洗身等の動作でほぼ介助が必要な状態になり退院後は施設へ入所されました。

「リハビリをしたい」というM様の希望で2年前からリハビリプラザ小山の利用を始められ、熱心にリハビリに励まれたことで、介助が必要であったADLも向上し、現在では

ほぼすべての生活動作が自立で行えるまでになりました。

入院中続いていた気分の落ち込みや気力・意欲の低下も、デイサービスに通ううちにみるみる改善し、本来の社交的で明るい性格も取り戻され、現在はリハビリはもちろん、カラオケ等の趣味活動やご利用者同士でのお喋りも思いっきり楽しんでおられます。

M様より

本当に大変だったが、デイサービスに通うようになってから体の不調が一切なくなり、それがもう二年になる！運動もできて、お風呂入ってもらって、季節のイベントや趣味活動でストレス発散できてもう最高よ！とっても嬉しいわ！「デイサービス最高！」

職員より

全てのスタッフの名前を覚えて名前と呼んで下さるM様。ご病気の症状に記憶力の低下があるので、スタッフ全員の名前を覚えるのは極めて難しく、本当に凄いことです。名前を覚えて「〇〇さん、ありがとう」と都度、感謝の言葉を口にして下さるM様に、スタッフも皆、感謝と敬意を感じると共に、リハビリプラザ小山を大切に想って下さる優しさに感動しています。

リハビリプラザ小山で、これからもリハビリに趣味活動に、M様に思いっきり楽しく活動していただけるよう、より良いサービスを目指して尽力していきたいと思っています。