

ハートケア通信

2025年11月号

発行：2025年11月1日 No. 266
 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



敬老会

9月の敬老の日には
 有料老人ホームや
 デイサービスで
 敬老会が開催され、
 長寿をお祝いしました。



今月の特集
 温かい食事と役割ある生活を目指して... ~ケアホーム伊賀の食事提供~

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：5056名 (2025年10月1日現在)
 【ケアプラン契約数】750名 【訪問介護事業】473名
 【通所介護事業】1486名 【訪問看護事業】1894名
 【福祉用具レンタル事業】453名
 ◆ 介護保険外ご利用者総数：1464名
 【訪問看護事業(医療)】1011名
 【訪問介護事業(障害者総合支援)】27名
 【個人契約ヘルパー】4名 【有料老人ホーム】422名
 ◆ 住宅改修・福祉用具購入(介護保険内外含む)：9件
 ◆ 障がい児通所支援事業：540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：953名

ご利用者虐待防止相談窓口 TEL：072-931-7735 担当：井口



各種委員会の取り組み

ハートケアグループでは、各委員会を通じてサービスの質の向上に努めています。専門職や介護職が連携し、ご利用者一人ひとりの生活がより快適で安心できるものとなるよう、さまざまな取り組みを行っています。

午前中は、スリミング体操や個別の機能訓練を小グループで実施し、体力の維持・向上を図っています。午後からは、クラブ活動や健康維持のためのプログラムを行い、趣味や交流の場を大切にしています。最近では、居室で過ごす時間が多かった方も少しずつ活動の場に出られ、クラブ活動や趣味活動に参加されるようになってきました。



誤嚥・脱水予防委員会では、嚥下機能だけでなく日常生活での活動量を高め、意欲の向上につなげることを重視しています。福祉用具や自助具を活用し、スプーンで口まで運ぶ、ストロー付きコップで自分で飲むなど、自分らしい食事ができるよう専門職による評価をもとに訓練を実施しています。

転倒防止委員会では、下肢筋力の低下やバランス機能の低下が転倒の要因になることに着目し、再発防止の視点から機能訓練を実施しています。専門職の評価を受けながら、介護職でも日常的に取り組める訓練を導入しています。

こうした委員会活動を通じて、ご利用者が元気で楽しく充実した毎日を過ごし、ご家族にも安心していただけるよう、スタッフ一同取り組んでまいります。私たちはこれからも「快適をご利用者に 安心をご家族に」を理念に、日々の支援を続けてまいります。



施設運営本部 内藤志央

2025年11月1日 こころの訪問看護ステーション メディケア・リハビリ OPEN!

〒558-0002 大阪市住吉区長居西 3-3-1 オレンジカウンティⅡ 206 号室 TEL:06-6654-3068

有料老人ホーム 空室状況

(2025年10月現在)

青蓮荘	△	ケアホーム藤井寺	満	ケアホーム長吉	△
コンフォート門真	△	ケアホーム寝屋川	△	ケアホーム加美	満
コンフォート大東	△	ケアホーム寝屋川宝町	○	ケアホーム俊徳道	△
ケアホーム伊賀	△	※空室情報は変動することがあります。			

入居相談 お問合せ窓口 ☎ 0120-974-115 (平日 9時～18時)

デイサービス 空室状況

(2025年10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。

デイサービスホームページ

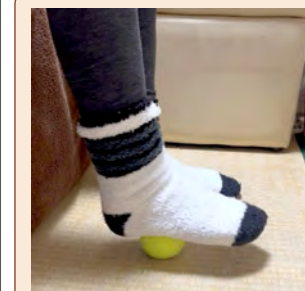
※曜日によって空室状況は異なります。
 空室状況は変動することがありますので、詳しくはお問合せ下さい。



「運動を頑張ってやっているけど思い通りにならない…」それは高齢者の方にとって筋肉が弱いからというよりも、十分に筋肉が使えていない状態の可能性があります。

その問題を解消する方法、それは、テニスボールなどで左右の足裏をそれぞれ前後にコロコロと軽く転がすだけです!

足裏には内臓、筋肉に関連するたくさんの感覚器官があります。足裏をマッサージするだけで体の血液循環が促進され眠っていた筋肉が働きやすい状態になります。その状態を作った後に運動するとより効果が出やすくなります。



まずは、10回だけでも足裏でボールをコロコロと転がすところから始めてみてください。1日1回を1週間続けて「あれ?いつもより動きやすくなったかな?」などということ

があると思います。感じ方には個人差がありますが、ぜひ毎日続けてみて体感してください。

麻痺などでボールをうまく転がせない方は、写真のようにボール2つをテープでぐるぐる巻いて固定してみてください。



脚が動かせない方は、ゴルフボールなどで手のひらをコロコロと転がしてマッサージするのも良いです。手のひらにも足裏と同じぐらい感覚器官があります。

ぜひ、お家でやって見て下さい。元気な体作りをしていきましょう。

メディケア・リハビリ
 訪問看護ステーション東大阪
 作業療法士 瀬筒 和俊





次から次へと職員が運んでくる洗浄後の食器を、皆さん、忙しく手を動かして楽しそうに拭いてくださいます。

また6月から、希望されるご入居者にはフロアでの食事準備をお手伝いいただくことにしました。食事前の各テーブルへのポットとコップの配膳や食事に来た方への手の消毒用の除菌シートの手渡し、食後は食洗後の食器を拭く業務をお願いしています。担当している方は自分の仕事や役割にやりがいをもって取り組んでいただけているようで、「少しでも役に立っていることが嬉しい」と喜んで下さっています。

職員にとっては初めての業務になり、調理の段取りをはじめ、刻み食、ミキサー食、全粥、半粥などへの対応など慣れるまで大変だったそうですが、試行錯誤を繰り返して、今では皆ベテランのように業務をこなしているように見えます。小規模施設だからできる取り組みでもあります。ご入居者によってごはんの量を微調整してよそったり、少しでも彩りよく綺麗に見えるように、人参とほかの食材を別々にミキサーにかけて盛り付けるなど、色々な面で食べる方を想う職員の優しい心配りや配慮が感じられました。温かい食事提供の取り組みが満足感のある食事やご入居者の役割のある生活につながり、身体も心も元気になったと嬉しそうです。



温かい食事と役割ある生活を目指して… ～ケアホーム伊賀の食事提供～

ケアホーム伊賀では、これまで給食業者に委託していたご入居者の食事を、今年6月から職員が準備提供することになりました。食事は生活の中の楽しみの一つであり、ご入居者に温かいものを温かいまま食べていただいて、美味しく喜ばれる食事を目指した取り組みです。

現在の食事提供の様子をケアホーム伊賀で聞いてきました。

提供する食事は、**クックチル**食品を利用して行っています。クックチルとは、調理した食品を急速に冷却し、細菌の繁殖を抑えて必要時に再加熱して提供する調理法で、学校や病院、施設などでよく使われています。

ケアホーム伊賀で
インタビュ



刻み食やミキサー食、お粥、半粥など、食事形態に合わせての調理も手際よく準備。



炊き立てのご飯！湯気が上がって美味しそう。

冷めてもいい副菜は早めに盛り付けをして、主菜を温かい状態で食べてもらえるように食事に近いタイミングで加温し盛り付けを行っています。

さらにご飯とお味噌汁は、配膳する10分前に職員がもう一人厨房に入って職員2名で対応します。2名でよそって配膳することで温かいうちに提供でき、またご入居者の顔を知る職員なので、席に着かれてお出しすることからよそっておいしい食事提供ができるようになりました。

ご入居者に温かい食事を提供するのために、どのような工夫や配慮をしていますか？



早めに来て食事の準備を手伝うご入居者。「お役に立てることがあれば嬉しいです」と、慣れた手つきでテキパキ動かれます。

先日、食事中に部分入れ歯のブリッジが取れて入れ歯が入り、職員がすぐに対応していただき、対応したことで完食できました。また急な体調不良の方にも、職員が急なお粥を準備して食べていただくこともできて喜ばれました。職員なら突然のトラブルにも臨機応変に機転を利かせた対応ができるので良かったです。

職員ならではの配慮が、ただただ大きなメリツと、ご入居者にとっても良かっ

入居者に寄り添った食事提供ができるようになりました。



テーブルに準備したお茶ポットで、ご自分でコップに注がれます。皆さん自主的に動かれています。

フィットネス事業 Joy Pursuit 主催 「ジュニア運動能力向上教室」開催！

ハートケアグループでは、新たにフィットネス事業 Joy Pursuit (ジョイ・パーストゥ) をスタートすることになりました。新事業オープンに先駆け、9月13日(土)に「第1回ジュニア運動能力向上教室」を文化パーク城陽にて開催しました。

「Joy Pursuit」とは「喜びや楽しみを追求する」という意味を込めています。この教室では、運動を通じて「体を動かすことって楽しい!」という気持ちを育み、体育やスポーツをこれから自信を持って楽しめるきっかけをつくることを目指しています。



教室は幼児から小学生までが対象で、理学療法士の資格を持つトレーナーが指導いたします。この日は、運動を通じて柔軟性・ジャンプ力・バランス能力といった、体を動かすうえで大切な基礎を育むプログラムに取り組んでももらいました。初めての開催でしたが、子どもたちは笑顔いっぱいに全身を使って楽しんでくれ、私たちスタッフにとっても大変充実した時間となりました。今回の体験が、子どもたちの成長や新しい挑戦への一歩につながれば嬉しく思います。

参加された保護者の方々からは「身体の専門家に見てもらえるので安心しました」「子どものやる気を引き出してくれる指導で良かった」「リズムジャンプを楽しんでいた姿が印象的でした」などのご感想をいただきました。こうした声は私たちの励みとなり、今後の活動への力になります。

今後も定期的にイベントを開催し、より多くのお子さんが楽しみながら体を動かせる場を提供してまいります。新しい動きや遊びを取り入れながら、さらに充実した内容を準備していきますので、次回もぜひご期待ください。お近くの方はどうぞお気軽にご参加ください!

