

ひまわり

Vol.85
新春号

1 新年のご挨拶

3 幼保連携型認定こども園 ひまわり
(仮称)

4 新入職医師の紹介
めざせ!東京パラリンピック出場

5 クリスマス会開催しました
市民憲章実践表彰

7 あなたは大丈夫? ネット依存症

8 with コロナ 特養・安城の取り組み
小規模多機能ホームひまわり社会参加への取り組み

9 体力作り親子講座開催しました

10 冬でも!? 隠れ脱水
柚子はちみつ葛湯 &
ルイボスティーゼリー



老人保健施設ひまわり



特別養護老人ホームひまわり

迎春

愛生館グループ

代表 小林清彦



新年あけましておめでとうございます。

去年は、新型コロナウイルスによって世界中が「出来て当たり前」であった日常に、変化を余儀なくさせられました。「有り難う」という言葉は「有ることが難しい」と書くように、「当たり前の有り難さ」を実感した年でした。そして、まさしく世界が新しい常識を生み出すために、様々な創意工夫を重ねた一年であったと思います。

このようなコロナ禍においても、愛生館グループが新しい年を迎えることができたのは、従業員をはじめ、地域を支えている関係各所の方々のおかげです。この場を借りて、御礼申し上げます。

さておき、これだけ新型コロナウイルスの災禍が大きく長く続くということは、これを何とか凌いで前の状態に戻すという選択はできないと思っています。私は今までも「常識は、時代と共に変化する」と思いながら事業を進めてきました。愛生館グループは、これからも現在の課題と未来に向けた取り組みを重ねて行きます。

新型コロナウイルスによる 環境変化への対応

当グループの旗艦である小林記念病院は、コロナ禍においてもリハビリテーションを中心に、地域医療を支えることができました。特に、同市内の市民病院で新型コロナウイルス患者が入院したことで、救急患者の受け入れ等ができなくなった時、二次救急告示病院としての機能を精一杯発揮しました。また、変化した地域医療の実情に合わせて、様々な役割を担うことができる地域包括ケア病棟は、「ポストアキュート（急性期経過後に引き続き入院支援を要する状態）」機能から「サブアキュート（在宅等の急性増悪の支援）」機能の割合を増加するなど、柔軟に対応いたしました。

デジタル化の推進

介護事業では、8年前からタブレットを活用した介護記録のデジタル化を進めてきました。また、2年前に安城市で開設した特別養護老人ホームでは、各個室に最新の見守りセンサーを導入し、「入居者の方々に良質な睡眠の提供」を目指して、従来の「人が行う夜間巡視」から「システムによる常時巡視」の環境を整えました。

去年は、新型コロナウイルスのリスクを考え、多くの病院や各施設では面会制限が敷かれました。愛生館の病院や介護施設では、「ウイルスを持ち込まない」ための環境を以前より整えておりましたが、万一の可能性を考えて早い段階で面会制限に踏み切りました。しかし、家族などと会えない面会制限は、入院/入所されている方々にとって心の負担が増すこととなりました。利用者さん方に、少しでも心安らかに

愛生館は、小林記念病院や老人保健施設、老人ホーム、各種介護事業所を運営する法人グループの総称で、ここではグループ全体のトピックスを掲載しています。

HAPPY
NEW
YEAR!!

こども園完成予想図



過ごしていただきたいとの想いで、全国に先駆けて病院や施設での WEB 面会などの環境を整えました。(広報誌ひまわり 2020 年夏号に掲載)

地域共生社会の 実現に向けて

現在の日本の福祉の仕組みは、高齢者は介護サービス、障がい者は障害福祉サービス、子供は子育て支援といったように、対象者ごとに相談窓口やサービスが分かれています。しかし、長寿化や核家族化などの様々な社会の変化によって、複合的な課題を抱える家族が増えています。そのうえ、個人情報保護法等によって個人の状況を把握しづらくなって来たため、地域から孤立して問題が深刻化してしまうケースも少なくありません。

このような課題を解決するために、「地域共生社会(地域に暮らす人たちが共に支えあう社会)」という考え方が、厚生労働省から提言されています。この地域の社会的課題を解決するため、愛生館もこの地域

を支える担い手の一員として、2022 年に開設予定の認定こども園に「多世代交流の場」を設ける予定です。そして、スマートフォンの保有率が 7 割を超えるこの時代、地域を繋げるために ICT を活用した実証実験を計画しています。

未来に向けて

我が国は超少子高齢化の進行や経済成長率の長期低迷など、社会の構造が大きく変化しています。そして、いま我々が直面している新型コロナウイルスによって、今まで以上に未来を考えることが困難な社会になっていると思います。

愛生館グループは、終戦直後からこの西三河という地域のセーフティネットとして事業を積み重ねて来ました。今、このような時代だからこそ、人々が住み慣れた地域で、適切な医療・介護・福祉が受けられるシステム創りが必要です。私たちは、今年も一つひとつ実現していく所存です。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。



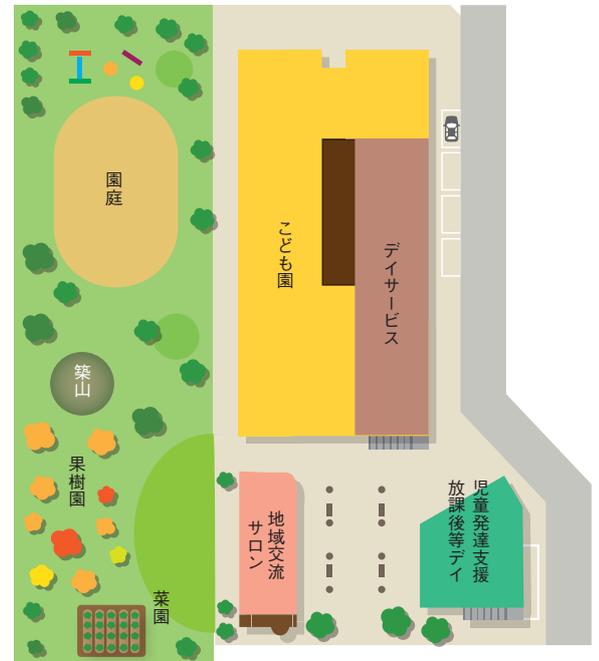


愛生館 だより

2022年、春。 愛生館のこども園が オープンします。

幼保連携型認定こども園 ひまわり (仮称)

「0歳から100歳までの街づくり」をコンセプトに、保護者が「安心」して、子どもたちが「安全」に、笑顔で楽しく過ごせる認定こども園を開設します。この施設では、認定こども園と同じ敷地内に児童発達障害支援事業、放課後等デイサービス事業、高齢者デイサービス事業などが併設します。



ひまわり(仮称)

めざす3つの“育成”

心の育成

多様な人との交流が日常的に行われる環境の中で、豊かな「心」を育みます。

体の育成

伸び伸びと壮大な遊びができる園庭。果樹園や畑で栽培と収穫の喜びと、食を通し「体」を育みます。

体験と知恵の育成

豊かな自然とふれあうことで冒険心と探求心を刺激し、様々な事に興味と関心を持つ「考える力」を育みます。

人とのふれあい

高齢者や障がい児、地域住民、従業員など多様な人との交流が日常的にできる環境で、元気なあいさつから始まり、交流イベントや食事など、人とのふれあいの中から多くを学び成長できます。

安心して預けられる

複合化することで多くの人の目が行き届き、防犯面だけでなく、各施設とゆるやかな交流も図れます。また、施設間のセキュリティも強化し、感染症対策にも十分な配慮をします。

自然とのふれあい

周辺は豊かな農地と矢作川があり、陽が降りそそぐ自然豊かな開かれた環境です。この立地を生かした農体験や、自然とのふれあいの中から多くの学びを得て成長できます。

ICT技術の導入を行います

お子さんの様子や、園からの連絡の確認など、園との連絡がアプリを活用することでいつでも、どこからでもできます。急な病欠の連絡など、わざわざ園に電話をしなくてもアプリからOK! また、事務業務をICTで省力化します。働き方改革、保育・教育の質の向上をします。

げんき!



小林記念病院だより

急性期・回復期の患者さんを広く受け入れるケアミックス型の病院の情報です。

新入職医師の紹介

齋藤医師が入職しました！

1月に入職しましたのでどうぞよろしくお願いいたします。
専門は呼吸器内科で、当院では非がん性の呼吸器疾患の診療を中心に内科診療を担当します。
微力ですが、愛生館の一員として地域医療に貢献したいと思います。



齋藤 博

外来リハビリ科では、東京パラリンピックの出場を目指す
パラアスリートをサポートしています！



加藤 隆典 選手 ヴァー

2006年、スノーボード中の事故により脊柱を骨折。
骨盤から下の「両下肢全廃」の機能障害を負う。
2016年より趣味であったサーフィンなど
アウトドアスポーツの経験を活かしパラカヌーを始める。



加治 良美 選手 カヤック

14歳の時、交通事故で両足を切断。
16歳から車いすマラソンに挑戦。
その後、パラカヌー競技に転向し、
東京パラリンピック出場を目指すママアスリート。

東京。パラリンピック。出場！

めざせ！



夢叶うまで挑戦！

2020年は、東京オリンピック・パラリンピックがコロナウイルス感染拡大により延期になりました。みなさんも「2020年=コロナウイルス」と思い浮かぶような1年だったと思います。2021年は、みなさんに明るいニュースを届けられるよう、精一杯頑張ります！

選手と共に、『パラリンピック出場』という壮大な夢に挑戦できることに感謝し、全力でサポートします。応援よろしくお願いいたします。

サポート内容

- ・体幹トレーニング
- ・コンディショニング
- ・乗艇練習帯同
- ・カヌーを運ぶサポート
- ・動画撮影を行い漕ぐ姿勢の分析

さらに、強化合宿や大会では、石川県、東京都、香川県などにも帯同し、現地でコンディション調整などを行います。



加治選手密着取材の中で、CBCテレビから取材が！



老健ひまわり

クリスマスパーティー

毎年恒例「老健ひまわりのクリスマスパーティー」、今年はコロナ禍での開催とあって、いつもと少し様子が違いました。余興を行えない中、各フロア、従業員が工夫を凝らして開催しました。全ては「利用者さんに楽しんでいただくため」。心温まるクリスマスパーティーの様子をお届けします。



入所フロア

プレゼント大抽選会と、従業員手作りの「1年間の振り返りビデオ」の上映を行いました。「こんなこともしたね」と思い出話に花を咲かせ、「わたしが映った!」と喜ばれている声も聞こえました。

抽選会では「当たるかな」とみんなでドキドキ。当選者発表の時間は従業員も一緒に大盛り上がり!とても賑やかな時間となりました。



Merry Christmas



デイケア

従業員による「ハンドベル演奏」を行いました。当日は緊張はしましたが、無事に「きよしこの夜」「赤鼻のトナカイ」「もろびとこぞりて」「ジングルベル」の4曲を演奏することが出来ました。その後は恒例のプレゼントタイム!今年のプレゼントは「防災グッズ」。そしてくじ引き大会では18名に「リラクゼーションアイテム」が当たりました。参加された皆さん、ありがとうございました。



トレーニングセンター

トレーニングセンターでは初のクリスマス会!ハーモニカ倶楽部による「冬景色」と「ふるさと」の演奏を行いました。ハーモニカ倶楽部にとって、このクリスマス会が初めての「発表会」です。皆さん自宅でも練習して下さい、最後まで楽しく演奏することができたようです。観客の皆さんは、歌を口ずさんだり身体を揺らしたりしながら、演奏を楽しまれており、とても賑やかな雰囲気となりました。





奉仕活動“天満神社清掃”に 市民憲章実践表彰 をいただきました



天満神社清掃10年間の奉仕活動に対し、碧南市から市民憲章実践者の表彰をいただきました。

当時、支援員をしていた上村さんの「入所者と神社の草取りをやれたらいいな」という何気ない一言から、活動が始まりました。

当時、施設長だった小林代表の「やるんだったら定期的に続けようじゃないか」という言葉通り、現在も上村さんを中心に7～8名で活動を継続しています。

一輪車に竹箒、ちりとり、ゴミ袋を乗せ、ある人はねじり鉢巻きに長靴を履いて出動です。天満神社の鳥居から社殿までは200m前後でしょうか。筆塚があり、社殿の近くには大きな松の木や紅葉、桜の木があります。第一日曜の朝、大きな境内の中のほんの一部、鳥居周りを掃除しています。

こうして10年間以上続けられたのも、地域の方々の温かさや上村さんの入所者に対する愛情の賜物だと思います。

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、なかなか地域交流活動が思い通りに出来ませんが、養護老人ホームの伝統の一つとして、今後も天満神社清掃を受け継いで参りたいと思います。

語り継ぎたい記憶

第7話

と志子さんは、大正15年、名古屋生まれ。12人目の子どもでした。高等小学校卒業後、銀行に就職しました。独身の頃は、スケートやスキーを楽しむ活発な女性でした。

18歳頃、ポータブル蓄音機を制作する木工所を営むために、家族、従業員と共に満州へ渡りました。満州へはスケート靴なども持参し、当初は豊かな暮らしでした。

昭和20年、太平洋戦争の敗戦で生活は一変。日本人は、わずかな所持金以外は没収され、決められた地区で軟禁生活を送りました。性的被害の予防で、女性は皆、坊主頭にしたそうです。満州で出会った警察官の夫はシベリア抑留、と志子さんは命からがら帰国しました。

「どうやって生きていたのか、忘れちゃったわ。無蓋車^{むがいしゃ}と言ってね、屋根のない貨車に乗せられて、原っぱの中を何日もかけて行くのよ。雨にぬれても、晴れたら風で乾くって感じ。でもね、汽車に乗れるだけラッキーだったの。葫芦島から日本に帰る船が出たのよ。あの頃は怖かった。でも、澄み切った空に大きくてすごくキレイな星が見えるの。今でも忘れられないわ」

引き揚げ後に再婚を勧められましたが、夫の故郷・碧南で夫を待ち続けました。3年後、夫が帰国。「あの時はすごく嬉しかった」「過酷な強制労働で、生きたままパタンと倒れるんだって。体力のある者だけが生き残ったのね」

ようやく、と志子さんにも終戦が訪れ、1男3女を授かりました。夫は魚屋、自分は洋裁で家計をやりくりし、4人の子ども全員を大学・短大へ進学させました。その後、魚を卸していた寿司屋に見込まれ、夫婦で寿司屋を開業しました。

手先が器用で、セーラー服を作ったり、成人式の着物を着付けたり…。「いつも、子どものために一生懸命やってくれた。感謝の気持ちで一杯」と娘さんはおっしゃいます。

想像を絶する苦難を乗り越えたと志子さん。「今、振り返ると、楽しい人生だったよー」と笑います。「その時々は大変だったけど、そういう時代で、仕方ないと思ってきた。でも、戦争はやめてほしいね」
貴重なお話を聞かせていただき、ありがとうございました。



名古屋市出身
鈴木 と志子 さん(94歳)



＼あなたは大丈夫？／
ネット依存症

楽しくてやめられない？ 無いと不安？
それ、ネット依存症かも…



ネット依存症の症状

- ▶ インターネットやゲームに過剰にのめり込んでしまう
- ▶ 自分でやめようと思ってもやめられない
- ▶ ネットにつながっていないと不安になる
- ▶ ネット、ゲームのやりすぎで健康が悪化している
- ▶ 日常生活に支障をきたしている
- ▶ インターネットゲームへの過度な課金

からだへの影響



長時間うつむいていることで、ストレートネックになってしまうなど、身体的な問題が生じます。また、画面を長時間見続けることで近眼や乱視（場合によっては老眼）になってしまうことも。その他、食生活の乱れや運動不足の懸念も…

こころへの影響



ネットにのめりこみすぎてしまうことで、うつ症状が出てしまったり、イライラしやすくなったりします。ネットから離れるように強制されたり、無理矢理スマホを取り上げられたことで、家族に暴言や暴力を振るってしまったという例も。

学業・仕事への影響



夜遅くまでパソコンやスマホを使用してしまうと、睡眠の質が低下し、翌日の遅刻や居眠りが生じやすくなります。

就寝前は特にスマホを触ってしまいがちなので、注意する必要があります。



あなたも、身の回りの人も、他人事じゃありません！
ネット依存を防ぐには…

コミュニケーションツールとしてネットを利用しているユーザーは、ネット依存になる危険性が高いとされています。そんな人は、直接人と会うなどのコミュニケーションづくりが必要です。休日は外に出かけ、ネットだけに偏らない生活や、暇つぶしのためのネット利用はせず、目的を持ったネット利用を意識しましょう。まずは自分自身がネット依存になっていないかを見極めることも大切です。

みなさんのネットの使い方を
見直す機会にしてくださいね。





特養・安城だより

安城市福釜町にある特別養護老人ホームひまわり・安城に関する情報です。

withコロナの世界に適応していくための 特養・安城の取り組み

新型コロナウイルスの流行が深刻化する中、インフルエンザの流行時期に入りました。従来通りの感染予防対策として、手洗い、うがい、換気は引き続き行っています。それでも一抹の不安が残る中、当施設でも様々な備品を取り揃えることができてきました。

空気中の菌やウイルスを吸引・抑制してくれる次亜塩素酸空間除菌脱臭機、飛沫防止のパーテーション、自立型非接触温度測定器、そして二次感染のリスクを低減させるためのエアースクリーン簡易陰圧室が納品されました。

感染者が出ないことが一番ですが、感染者が施設内で出たことを想定し、感染症のBCP（事業継続計画）を策定しました。入居者・利用者の方々安心してサービスを受けられる環境を整えるだけでなく、施設で働く全ての従業員が安心して働くことができるように、様々な環境整備を行っています。今、目の前にある暗い世界の先に明るい世界が待っていると信じ、全従業員のベクトルを合わせていきます。



次亜塩素酸
空間除菌脱臭機



エアースクリーン簡易陰圧室



在宅介護センターだより

各施設・事業所との連携で、ご利用者とご家族の安心を支えている在宅介護センターからの情報です。

小規模多機能ホームひまわり

社会参加

への取り組み

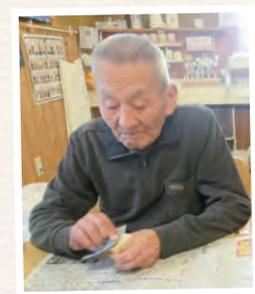
クリスマス！



小規模多機能ホームひまわりではお一人お一人のできること（生きる力）を最大限に引き出し、住み慣れた地域での生活を安心して続けることができるよう、利用者さんの自立支援に取り組んでいます。

自立支援への取り組みとして、当施設を建設して頂いた業者さんから建築廃材を頂き、その廃材を「積み木」にリメイク。法人内のはとぼっぼ保育所の子ども達にプレゼントしました。積み木贈呈式では、サンタクロースに扮した利用者さんが子ども達と笑顔で触れ合い、短い間でしたが、素敵な時間を過ごすことができました。

これからも利用者さんが日々の活動の中で自身の役割を持ち、社会参加ができるよう支援してまいります。



廃材を積み木に
リメイク中！



見学希望やご相談など、お気軽にお問い合わせください！

お問い合わせ
お問い合わせ

特別養護老人ホームひまわり・安城
小規模多機能ホームひまわり

☎(0566) 92-0088 担当：小林
☎(0566) 41-0505 担当：鳥居

体力づくり 親子講座

ケガを予防するための
体力づくりを楽しく学ぼう

開催
レポート



子どもたちの体力向上・ケガ予防に!

昨今、子どもの体力低下・ケガ増加が国の課題となつていますが、コロナ禍の影響により運動不足がさらに加速すると言われていす。

そんな状況の中、碧南市保健センターならびに地域健康推進委員会から子ども(年長～小3)の「体力向上・ケガ予防」の講座を行ってほしいと依頼がありました。

感染対策を十分に行った上で、2020年11月22日(日)に、リハビリテーション部・岡裕光(理学療法士)講師のもと開催させていただきました。

講座内容 PROGRAM

- 1 なんで子どもの体力が低下しているの?
- 2 トレーニングに必要な考え方
- 3 ケガ予防に必要なストレッチ・走り方を学ぼう!
- 4 親子で楽しくエクササイズをやってみよう!



参加してくれた皆さんに大好評でした!

参加者の皆さんの声として、

走り方のポイントが分かったので、子どもと一緒に練習していきたい

ボールを使ったトレーニングなど、遊びを取り入れながら楽しくできたのがとても良かった

子どもとのコミュニケーションにも役立つと思うので、参加できてとても良かった

などなど、他にも前向きな感想を沢山いただきました。

今後も、地域の方々へのケガ予防などの
疾病予防や健康増進など支援の取り組み
を推進させていただきます!





栄養だより

小林記念病院で働く管理栄養士が「季節に合わせた健康促進のためのお食事」情報を掲載しています。

冬でも!?!

隠れ脱水

夏と同じくらい水分をとれていますか?

冬は、夏に比べ空気が乾燥しやすく、湿度も下がるため体から水分が奪われやすくなります。しかし、夏場と比べ汗をかきにくい、水の飲む量が少ない傾向があり、『隠れ脱水』になるリスクが増えます。喉が渴いたと感じていなくても、こまめに水分を補給することで脱水のリスクを減らしましょう!

特に高齢者の方は、喉の渴きを感じにくくなっていたり、トイレに行くことが億劫だったり、頻尿などの理由で水分を控えたりと、脱水になる危険性が高いのが特徴です。

水分を飲むのが苦手な方は葛湯やお茶ゼリーはいかが?

冬はのどが渴いていないと、なかなか水分補給が進まない方もいます。

そこで今回は葛湯とお茶ゼリーを紹介します。

葛湯は昔から風邪の時に飲むといいとされ、重宝されてきました。漢方薬の葛根湯の原料にもなっている葛は、消化がよく、体を温める効果や解熱発汗作用もあり風邪の引き始めにも効果的です。

緑茶や麦茶などをゼラチンで固めたお茶ゼリーも、水分摂取が進まない方にはおすすめです。

脱水予防の一環として、おやつや食後のデザートとして取り入れてみましょう!



おすすめ1

柚子はちみつ葛湯

葛粉	30g
水(溶かす用)	150ml
水	150ml
はちみつ	大さじ1.5
柚子(果汁)	大さじ2
柚子の皮	適量



- 1 柚子の皮は細切りにしておく。葛粉と溶かす用の水をボウルに入れ、よく混ぜて葛粉を溶かす。
- 2 鍋に水を入れ、沸騰するまで中火にかけます。
- 3 一度火を止め、はちみつと1を入れ、よく混ぜます。
- 4 弱火にかけながら、とろみがつくまでよく混ぜます。
- 5 とろみがついたら、柚子の果汁を入れ、よく混ぜ合わせる。容器に移し、柚子の皮を乗せて完成。

おすすめ2

ルイボスティーゼリー

ルイボスティー	300ml
ゼラチン	5g
レモン汁	少々
ガムシロップ	1個(飾り用)
オレンジ	適量
りんご	適量
ミントの葉	2つ



- 1 ルイボスティーにガムシロップとレモン汁を加える。
- 2 ゼラチンを入れ、よく混ぜる。
- 3 容器に入れ、粗熱をとる。粗熱が取れたら冷蔵庫に入れ、1時間冷やし固める。
- 4 オレンジ、りんご、ミントの葉を飾れば完成。



愛生館グループ事業所MAP

至名古屋

小林記念病院 ●透析センター



碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-0004

デイケアセンター



碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-3000

健康管理センター

碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-6548

愛生館本部



碧南市新川町 3-95
電話 (0566)41-7621

しんかわ 訪問看護 ステーション



碧南市籠田町 1-17-2
電話 (0566)41-5522

はとぼっぼ保育所



碧南市籠田町 1-17-2
電話 (0566)48-4348

ベンリー ひまわり 碧南中央店



碧南市栄町 1-10
電話 (0566)45-5845

小規模多機能 ホームひまわり



碧南市三角町 1-9-2
電話 (0566)41-0505

小規模多機能 ホームひまわり ・福釜



安城市福釜町小六 75-2
電話 (0566)92-5100

特別養護老人ホーム ひまわり・安城



- デイサービスひまわり・安城
- ケアプランセンターひまわり・安城
- ひよっこ保育所

安城市福釜町下山 81-1
電話 (0566)92-0088

特別養護老人 ホームひまわり



- デイサービスひまわり
- ケアプランセンターひまわり
- ヘルパーステーションひまわり

碧南市鷺林町 4-109-1
電話 (0566)41-0865

碧南市 養護老人ホーム



碧南市鷺林町 4-109-1
電話 (0566)41-0895

老人保健施設 ひまわり



碧南市三角町 1-7-1
電話 (0566)41-0007

〒447-8510 碧南市新川町 3-88
TEL (0566) 41-0004 FAX (0566) 42-5543

メールアドレス info@aiseikan.or.jp

ホームページ

愛生館

検索



愛生館

編集・発行：愛生館グループ 広報委員会
令和3年1月

掲載されている方には事前に掲載許可を頂いております。