

ひまわり

Vol.95
夏号

- 1 愛生館グループ 最新技術活用中!
4年ぶり!小林記念病院夏祭り(予告)
送迎管理システム 福祉Mover 準備中
- 3 訪問診療の特徴
第22回 健康ウォーキング
- 4 目の病気を見逃さないで!
碧南市健康診査のご案内
- 5 小規模多機能ホームとは
ニュースポーツ導入しました
運動促進活動

- 7 こいのぼり祭り
- 8 ボランティア活動再開!
ハンドマッサージ&ライスキッチン
- 9 全国チャレンジデー
腰・ひざの痛みを予防して
楽しくウォーキングを!
- 10 夏野菜で暑い夏を乗り切ろう!
夏野菜のオイスターマリネ





愛生館 だより

NHKにも取材されました!

愛生館グループ

最新技術活用中!

愛生館グループの介護施設では、
ケアやサービスの品質向上と従業員の業務負担軽減のために、
IoT*をはじめとした最新技術を活用しています。

IoT…様々なモノがインターネットに繋がる仕組み

IoTによる間接的な巡視で、 夜間の見回りによる安眠妨害を改善! お部屋の“見守りシステム”

居室の天井に取り付けられたセンサー〈見守りシステム〉を
介して、入居者さんの様子を間接的に見守ることが可能です。

見守りシステムってこんなシステム

- 1 見守りシステムが、安否の危険の兆候や
転倒・転落の疑いを察知し、
従業員のスマートフォンにシグナルを発報
- 2 通知を受けた従業員は、カメラから間接的
かつリアルタイムに居室内を確認
- 3 訪室の要否を判断
必要な場合は訪室の準備をして伺う



見守りシステムのメリット

従業員

- ・定期的な夜間巡回の業務フロー
見直しによる負担軽減
- ・急変時や事故が起こったときなど、
迅速に対応できる
- ・事前準備をしてからの訪室が可能

利用者さん

- ・夜間巡回による安眠妨害が
減り睡眠の質向上に

ぐっすり眠れるね



紙ベースからデジタルへ。 タブレットの活用で 業務効率化&ペーパーレス化!

従来の介護現場では紙ベースでの情報共有や記録入力が行われて
きました。タブレットを導入することで、現場や訪問先でも記録の作成・
入力・管理が可能に。事務的な作業が効率化され、介護職員の負担軽
減に繋がっています。また、手書きによる人為的なミスの削減やペーパ
ーレスによるSDGs貢献など、多方面に良い影響をもたらしています。

音声入力
もできて便利!



愛生館は、小林記念病院や老人保健施設、老人ホーム、各種介護福祉施設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。



あの祭りが4年ぶりに帰ってくる……！

小林記念病院 8.26^土 夏祭り

17:00-19:10
(小雨決行・雨天中止)

会場 小林記念病院
東側駅前広場

あの小林記念病院夏祭りが4年ぶりに帰ってきます！キッチンカーあり、遊戯屋台あり、ステージパフォーマンスありの盛りだくさんの内容で開催します。今年5月にリニューアルオープンした健診センターの見学や自費リハビリの無料体験なども予定しています。皆さんお誘いあわせのうえ、ご参加ください。

お問い合わせ

☎(0566)41-0004

小林記念病院
地域包括ケア病棟科
リハビリ係 鈴木



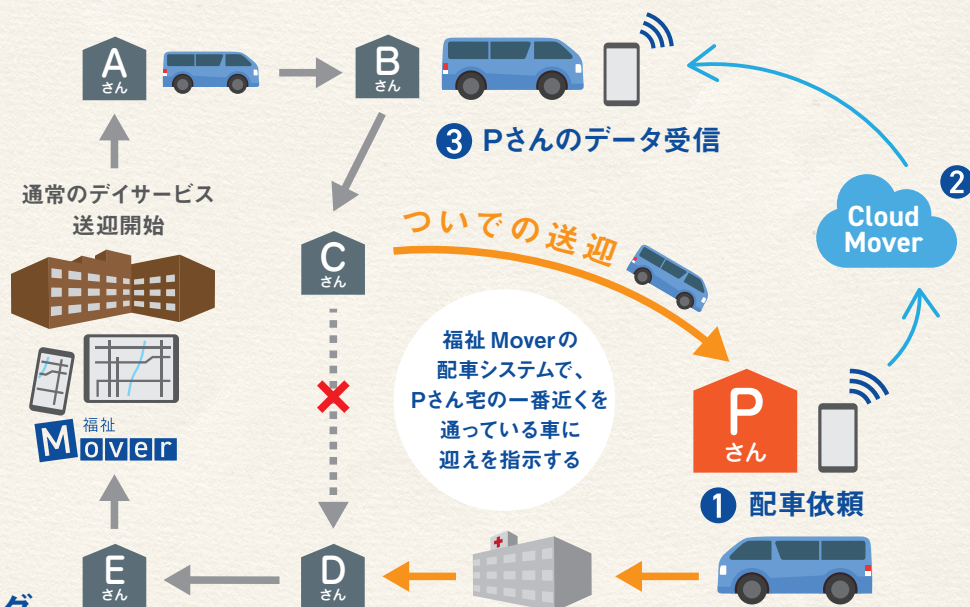
地域の“交通弱者”を支援するプロジェクト始動！

日常生活の足として
送迎車をシェア！

福祉
Mover
ただいま準備中

送迎をデジタルで
管理する最新システムで
移動希望者と送迎車をマッチング

交通弱者の方の買い物や通院など生活の足として、空席・空き時間のあるデイサービス等の送迎車をご利用いただけるサービスを準備中です。採用予定の管理・配車システム「福祉 Mover」を通して、乗車の希望条件と送迎車の空きを瞬時にマッチングすることで、送迎インフラのシェアを可能にします。送迎車両という既存の社会資源を有効活用しながら、社会課題の解決の一端を担う取り組みのひとつです。



交通弱者とは…

公共機関の利用が困難な土地に住んでいる、自家用車両を所有していないなどの理由で交通手段に制約があり、買い物など日常的な移動に不自由を強いられている人のこと。



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。

小林記念病院 訪問診療 の特徴



計画的に治療・看護・健康管理等を行うものです。定期訪問に加え、緊急時には必要に応じて臨時往診や入院先の手配なども行います。

訪問診療の目的は病気の治療ではありません。転倒や寝たきりの予防、肺炎や褥瘡（床ずれ）などの予防、栄養状態の管理など、予測されるリスクを回避し入院が必要な状態を未然に防ぐことも重要な役割です。

✓ 通院負担の軽減

お一人で通院受診することが困難なご高齢の方にとって、介助者を伴っての通院や医療機関・調剤薬局での待ち時間が無いため、身体的な負担が軽減されます。

✓ 医療の ワンストップサービス

施設に医師が訪問することで、施設スタッフの確保ができ、サービスの向上にも繋がります。また、ご家族も平日昼間に時間をとられることなく通院介助負担が軽減されます。

✓ 介護との連携

定期的な訪問診療以外にも、予防接種の実施、薬局についてのご相談など、医療に関することはご相談ができます。

✓ 24時間365日の対応

お住まいで安心した療養生活を送っていただくため、主治医を含めた複数の医師・看護師が24時間・365日対応いたします。容態が急変し、医師が入院を必要と判断した場合、連携病院を紹介しますので、ご安心ください。（以前かかったことがあるなど、特定の病院を希望される場合にも対応いたします。）



令和5年5月20日

第22回 健康ウォーキング 開催しました！

今回は早足コース・ゆっくりコースの2つに分かれて計15名の方にご参加いただきました。当日は天気にも恵まれ、油ヶ淵水辺公園を折り返し地点とした景色も楽しめるコースで行われました。そして薬剤師よりOTC医薬品、管理栄養士より糖質についての講話も行われました。また、ウォーキング中にも各専門職から役立つ知識が得られる良い機会となっております。毎年2回、5月と10月に開催しております。皆様のご参加を心よりお待ちしております！





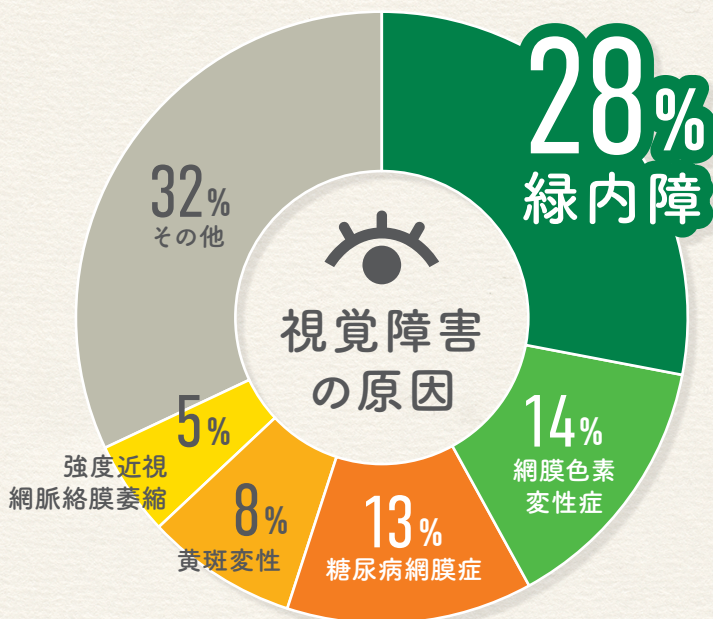
小林記念病院 健康管理センターだより

各種健康診断、人間ドック
など病気の予防を目的とし
た施設の情報です。

目の病気を 見逃さないで！

目の検査はとっても重要です。

視覚は私たちの生活の質を向上させ、幸福感を与えてくれる重要な要素です。しかし、現代では多くの人が緑内障や糖尿病などの疾患による合併症で視覚障害に悩まされており、文字の読み書きや歩行といった日常生活に支障をきたしています。そうならないためにも、定期的な目の検査が必要不可欠です。



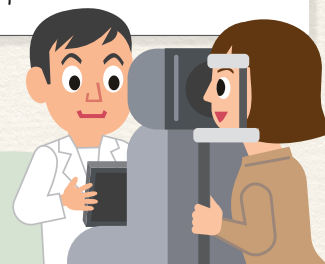
Morizane, Y. et al.: Jpn J Ophthalmol 63 (1) : 26, 2019

健診で行う主な目の検査は3つ！

検査内容		検査でわかること
①視力検査	裸眼もしくは眼鏡、コンタクトレンズをつけて測定	裸眼もしくは矯正視力
②眼底検査	カメラを使って眼球の奥の状態を撮影	眼の病気（緑内障、網膜剥離、白内障、加齢黄斑変性） 動脈硬化の程度、高血圧、糖尿病による眼の合併症
③眼圧検査	目に空気を吹きつけて測定	高眼圧症、または緑内障の疑い

緑内障は日本において視覚障害の原因となる第一位の疾患ですが、残念ながら②眼底検査③眼圧検査はすべての人間ドックや定期健診、特定健診で行われているわけではありません。
健康保険組合や企業、自治体によって実施の有無が異なります。

多くの目の病気は初期段階では症状が現れず、進行するまで気づきにくいものです。将来の視覚障害を予防するための第一歩として、目の検査を受けてみませんか？



眼底検査 1,760円（税込）

眼圧検査 935円（税込）

碧南市
健康診査
のご案内

6月から始まった碧南市健康診査は11月末まで実施しています。
電話でのご予約も承っておりますので、
今年度まだ健診を受けられていない方はぜひご連絡ください。

ご予約は
こちらまで！

お問い合わせ 健康管理センター ☎(0566)41-6548

月・火・水・金・土（祝日除く）
午前9時～午後5時





ひまわり村だより

ひまわり

小規模多機能ホームひまわりは 住み慣れた 自宅や地域での 生活を支援します

小規模多機能ホームひまわり



泊まり

通い



住み慣れた自宅で暮らし続けるための
3つのサービス
顔なじみの従業員が
24時間・365日対応!



訪問

その人に合わせた サービスの提供



なんだか今日は
朝から元気がないな…
『通い』はお休みしたい…

ご自身の体調に合わせて、
訪問・安否確認のサービスへ変更 OK。
お弁当を買って持っていく事も
可能なので食事の心配もいりません。

顔馴染みの関係



歳をとってから特に
環境が変わるのが苦手…
馴染みの人がいいな…

『通い』『訪問』『宿泊』複数の
サービスを1箇所ですべて受けられます。
顔馴染みのスタッフがそれぞれの
サービスを対応します。

ご家族の 介護負担を軽減



自宅で生活を続けたいけど…
介護する家族の介護疲れや
ストレスが心配だな…

その時々状況に合わせた
サービス・柔軟な対応で、
住み慣れた自宅や地域での
生活をサポートします。

POINT!

利用する方のニーズに
合ったサービス選択が
可能。様々な状況に柔
軟に対応しています。



POINT!

変化によるストレスを受
けづらく、環境の変化
が苦手な方でも安心し
て介助を受けられます。



POINT!

ご家族の介護疲れやス
トレスの軽減、共倒れ
のリスクを回避し、介護
負担を軽減できます。



小規模多機能ホームひまわりの、とある一日。

みんなで
ピクニックに
行きました。

お天気の良い日に『たんトピア』へピクニックに行ってきました!外でみんなと一緒に食べるご飯は格別な美味しさで、皆さんの笑顔があふれていました。小規模多機能ホームのピクニックはお出かけ前から始まっています。利用者さんが企画や準備から一緒に楽しめるよう、さまざまな工夫をします。

今回は助六を近くで購入し、卵焼きとウィンナーは利用者さんが調理しました。『何食べたい?』『今度はどこにいく?』『一緒につくろうよ!』そんな何気ない会話を交えながら、一人一人のできる事を一緒に見つけていくお手伝いをさせていただいています。



お問い合わせ

小規模多機能ホーム
ひまわり

☎(0566)41-0505

担当: 伊藤

村とは…

愛生館が碧南市鷺塚地区で展開している地域の福祉拠点です。ひまわり村には「老人保健施設ひまわり」「特別養護老人ホームひまわり」「小規模多機能ホームひまわり」「碧南市養護老人ホーム」「複合施設 CORRIN」があります。



ニュースポーツ 導入しました！

ひまわりトレーニングセンターでは「地域活動への参加」や「社会参加」を視野に、「ニュースポーツ」を導入しました！ニュースポーツで大盛り上がりのトレーニングセンターの様子をお伝えします。



ボッチャ

東京オリンピックでの熱戦も記憶に新しい「ボッチャ」。簡易コートを作成し、ひまわりオリジナルルールで対戦します。ボールを投げる姿勢は、立位でも座位でも、どちらでも可能です。



ペタボード

静岡県発祥のニュースポーツ「ペタボード」。「キュー」と「ディスク」を使用して得点を競います。ひまわりオリジナルルールを採用しているため、ディスクが止まった位置によっては得点がマイナスになることも。



カローリング

カーリングを屋内でも実施できるように考案されたスポーツです。とってもカラフル！そして、的に入れるのが結構難しい！単純な動作ではありませんが、駆け引きも要するため、試合は毎回白熱しています。

ニュースポーツとは… 20 世紀後半以降に新しく考案された、「誰もが、いくつかからでも、いつまでも楽しむことができるスポーツ」の総称。

養護老人ホーム運動促進活動

来年の春は、 50人全員で桜並木を歩こう！

「4～5年前まではウォーキング大会があって、桜を見ながら三色団子を食べたなあ～」「ゴザに座って、足を伸ばして…おいしかった…」

こんな“昔はやれたけど今は出来ない”ことが、時々話題にのぼります。

「もう一度やろう！」と『運動促進活動』をこの春より設けることになりました。ユニット単位で全員が週1回、

1時間の身体を動かす活動です。

関係者のアドバイスを取り入れ、ボール、棒、タオルを使ったり、数人で円陣を組んだり、コミュニケーションも意識したメニューを取り入れるよう努めています。座ってのメニューから、いずれは立ち上がったのメニューで。平均年齢 80 歳！笑顔で元気な養護老人ホームを目指します。



来年に向けて
がんばるぞ！

お問い合わせ

特別養護老人ホーム
ひまわり

☎(0566)41-0865

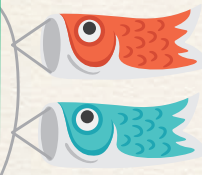
担当：岡田



CORRINだより

幼保連携型認定こども園、高齢者デイサービス、
児童発達支援事業所、放課後等デイサービス、
地域交流サロンを併設する複合施設
『コリン』の情報です。

こども園 ひまわり 碧力レッジ AOI COLLEGE



こいのぼり祭り

4月28日にこいのぼり祭りを開催しました。「こいのぼり」の歌をみんなで歌ったり、園庭では各コーナー遊び（コマ回し・兜づくり・魚釣り・的あて・輪投げ）をして楽しみました。

碧力レッジのおじいちゃん、おばあちゃんやこども園ひまわりの子どもたちが交流しとっても温かい雰囲気のコいのぼり祭りでした。とっても素敵な笑顔で溢れていましたよ！



コマ回し

おじいちゃんに「やって」といいコマを渡す子どもたち。おじいちゃんが何度もコマを回してたくさん披露してくれました！

魚釣り

大きな魚が釣れるととっても嬉しそうな子どもたち。真剣にいろんな魚を狙ってました！



兜づくり

先生の話を聞いて新聞紙で兜を作りました。完成すると自慢げに被って見せてくれました！



放課後等デイサービス

たいよう

活動報告

ひまわりの植栽



夏に向けてみんなでひまわりを植えました。丁寧に土をかけて水をあげました。CORRIN がひまわりでいっぱいになるといいな。大きく育ててね。

こいのぼり作り



子どもの日に飾るこいのぼり作り。切るのが難しかったけど、上手に貼れました。お母さん鯉は上手に泳いでくれるかな。



お問い合わせ

幼保連携型認定こども園 ひまわり

☎(0566)45-6001 担当：榎

放課後等デイサービス たいよう・児童発達支援事業所 さんさん

☎(0566)45-6108 担当：岩田

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、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、小規模多機能ホームひまわり・福釜に関する情報です。

特養ひまわり・安城

ボランティア活動再開

ハンドマッサージ

メナードさんがハンドマッサージに来て下さいました！5月からスタートして今回が2回目。今回は紅茶の香りのマッサージクリームが使われており、マッサージを始めると紅茶のいい香りがほんのり漂ってきます。

ハンドマッサージと聞くと女性ならではのものと思われがちですが、男性の希望も多く皆さんに楽しんでいただけるレクレーションになっています。マッサージ中は穏やかな表情になり自然と笑顔になられています。



満面の笑み！



とても気持ちよかったです！



リラックスすぎて夢の中へ...

メナードフェイシャルサロン
安城福釜代行店

店長 吉田さん



現在当施設のみの活動中、他施設へも働きかけてボランティア活動を広げていこうとされています。コロナ禍の中で何かできることはないか、笑顔になれることは？と思案されており、ようやくコロナ対策も緩和傾向になり活動ができるようになりました。

メナードフェイシャルサロン
安城福釜代行店

杉浦さん



コロナ禍のため、これまで当たり前に行っていたことが出来なくなってしまったことへ歯がゆさを感じていました。またこうしてマッサージが出来るようになって嬉しく思っています。

鰻蒲焼のライブキッチン

食欲そそる匂いがユニット内に立ちこみ、いつもと違う雰囲気の中で食事ができました。美味しい！美味しい！との声が沢山上がり、通常より完食された方がたくさんいらっしゃいました。



お問い合わせ

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

☎0566-92-0088
☎0566-92-7832

担当：神谷
担当：横山

全国チャレンジデー 腰・ひざの 痛みを予防して 楽しくウォーキングを！



今回のイベントテーマは『腰・ひざの痛みを予防して、楽しくウォーキングを！』でした。

愛生館グループからは、理学療法士の岡裕光と中島康平がイベント講師として参加しました。当日は碧南市臨海体育館に、50名以上の方々に参加していただきました。

チャレンジデーとは…

毎年5月の最終水曜日に世界中で実施されている住民総参加型のスポーツイベントで、当日、15分以上運動した住民の参加率を他県の市と競います。

イベントの内容

- 1 なぜ腰・ひざが痛くなるの？
- 2 腰・ひざへの負担が少ないウォーキングポイント
- 3 いっしょに腰・ひざ・足部のエクササイズ
- 4 LET'S ウォーキング！

参加者の感想

膝が痛くて治療しています。
膝にいい歩き方のポイントが
分かってとても参考になりました！



このイベントで学んだことを
活かして、健康寿命を延ばす
きっかけにしたいです！



碧南市が勝利しました！

結果として、碧南市（運動実施率 64.8%）が見事、勝利しました！また、碧南市チャレンジデー実行委員会（碧南市スポーツ課）から、感謝の言葉が添えられたお礼状をいただきました。

愛生館グループはこれからも、地域の方々の健康寿命を延ばすために、情報発信や支援をさせていただきます！何かお困りごとがあればご相談ください。

当日の様子は NHKで見られます！

このQRコード、URL からNHK記事
と放送の動画を視聴できます。



<https://www3.nhk.or.jp/tokai-news/20230531/3000029403.html>



栄養だより

小林記念病院で働く管理栄養士が「健康促進のために役立つお食事の豆知識」をお届けしています。

夏野菜で暑い夏を乗り切ろう!



夏バテ防止に! おすすめ夏野菜

夏になると、「体がだるい」「食欲がない」などの不調を感じる夏バテに悩まされる方も多いのではないのでしょうか。実は、夏野菜には、夏バテを予防する栄養素が豊富に含まれています!



食欲増進や疲労回復効果をもたらすクエン酸や、体温調節の手助けをしてくれるカリウムをたっぷり含んだ野菜。

トマト

おすすめPoint!

油を加えて食べると栄養素の吸収率がアップ!
皮にも栄養素が豊富に含まれているため、皮ごと食べることがおすすめです。



きゅうり

暑さなどのストレスによって減少し、疲労感を引き起こすビタミンC、汗と共に失われるカリウムを多く含みます。また、95%以上が水分でできているので体にこもった熱を内側から冷やしてくれます。

おすすめPoint!

皮にも栄養素が豊富に含まれるため、皮ごと食べること。ビタミンCは水溶性のため、加熱せずに生で食べることがおすすめです。



とうもろこし

エネルギー源となる糖質と糖質をエネルギーに変換するビタミンB1を多く含むため、効率よくエネルギーを作ることができ、疲労回復に効果があります。

おすすめPoint!

茹でると栄養素がお湯に流れ出てしまうので蒸すと栄養素を逃さず食べられるのでおすすめです。



ゴーヤ

暑さなどのストレスによって減少し、疲労感を引き起こすビタミンCが多く含まれているため、疲労回復に効果あり! 苦味成分には、胃腸の状態を整え食欲増進効果も。

おすすめPoint!

長時間水にさらさない、加熱は短時間にすることで栄養素の流出を防ぐことができます。苦味が苦手な方は浅漬けにすることで苦味を抑えることができ、食べやすくなります。



栄養価(1人分) エネルギー 42kcal たんぱく質 1.0g
脂質 2.1g 炭水化物 5.1g 食塩相当量 0.6g

夏野菜のオイスターマリネ

作り方

- 1 きゅうりは皮をむかずに乱切りにします。
ミニトマトは半分に縦割りし、コーンは余分な水気を切ります。
- 2 ボウルにAをすべて混ぜ、1を入れて軽く和えます。
※冷蔵庫で冷やしておくと味が馴染みより美味しくなります。

※腎臓に疾患のある方は医師に相談の上、お召し上がりください。

材料(1人分)

きゅうり 1/4 本
ミニトマト 2 個
コーン(缶詰) 10g
A オリーブオイル 小さじ 1/2
A 酢 小さじ 1/2
A オイスターソース 小さじ 1/2
A 塩こしょう 少々



愛生館グループ事業所MAP



〒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



採用
特設サイト



YouTube



Facebook



Instagram



愛生館
AISEIKAN GROUP

編集・発行：愛生館グループ 広報委員会
令和5年8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。