

ひまわり

Vol.97
新春号

- 1 新年のごあいさつ
- 2 愛生館 健康フェスティバル
- 3 地域褥瘡研修会を開催しました
新入職医師紹介
- 4 睡眠時無呼吸症候群 (SAS)とは?
健診アンケート結果報告
- 5 リハビリエリア大幅改装
ご当地おやつレク

- 7 ふれあい会と秋の遠足
楽しい課外活動
- 8 筋力・体力UPで
生き生き生活を応援!
- 9 糖尿病について知りましょう
糖尿病教室開催中!
- 10 冬型栄養失調にならないために
スロッコリーとツナの和風パスタ





迎春



あけまして おめでとうございます

昨年は「地域を本気で支える専門職集団」である愛生館グループとして、病気の予防、早期発見・早期治療の体制をより充実していくために、小林記念病院 健康管理センターをリニューアルOPENし、利用された多くの方から高い評価を頂きました。それに甘んじることなく、地域の企業や皆様にもっと喜んで頂ける健診事業を推進し、「健康寿命の延伸」に向けて努力していきます。

また、地域医療を支える小林記念病院の機能充実の一環として増築した西館では、人間が健康的な生活を送るために最も必要となる食事を作る厨房機能が、30年据え置かれている食事代を賄うべく、その力を遺憾なく発揮しています。

一方、ひまわり村では、複合施設 CORRIN が3年目を迎えます。既存の老人保健施設ひまわり、特別養護老人ホームと共に、厚生労働省の提言する「地域共生社会(地域に暮らす人たちが共に支え合う社会)」の新たな形として着実にその足跡を残しています。

更に、愛生館グループでは、当グループが有する医療・介護・福祉を基盤としたプライマリケアのもと、生きがいのある暮らしを守るために、「100年PLAZA(仮称)」として、高齢者と障がい者の住まいと、地域共存型就労(バリアフリー就労)の整備を計画しています。

今後も時代に合った地域共生の実現を目指し、住み慣れた地域で「より良い医療・介護・福祉」を受けられることができるシステム創りを今年も一つひとつ実現する為、全従業員でベクトルを合わせて邁進していく所存です。

本年も引き続きご支援のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

愛生館グループ 代表 小林清彦



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。



愛生館

健康フェスティバル

～10年後も健康な自分であるために～

11月18日(土)に複合施設CORRINにて愛生館健康フェスティバルを開催しました。愛生館グループのリハビリ専門職が中心となり、体力測定会、ひまわりカフェなどを実施。

約30名の方にご来場いただき、楽しい健康イベントとして熱く盛り上がりました。



体力測定会

握力や片脚立ち、骨密度、In Bodyによる筋肉量測定、ドライブシュミレーター体験などを行いました。

測定結果の説明や健康相談など、個別相談ができる場を設け、ご自身の現状の体力について知っていただく機会となりました。



ひまわりカフェ

「なるほど!健康講座」と題し、誤嚥防止や認知症予防の内容をお伝えし、参加者の方々の悩み相談などを受けました。



参加者の皆さんからうれしい声が届いています!

- 現状の自分の身体の状態を知ることができ、意識を高める良い機会になりました!
- 誤嚥防止や介護予防についての話が聞けたので家族にも伝えていきたいです!
- 自分の健康に関わるととても良いイベントでした!次回は友人を誘って参加したいです!

今後も定期的に愛生館健康フェスティバルを開催していく予定です。

従業員一同力を合わせて、地域の皆さんの元気で長生きを支援させていただきます。

じょく そう 地域褥瘡研修会 を開催しました

日本で新型コロナウイルス感染症が流行し始めた2020年以降、当院でも集合研修の開催が出来ていませんでした。まだまだ感染には注意が不可欠ですが、5類感染症への移行をきっかけに、近隣施設の皆さんにも参加をしていただける研修会を開催しました。

褥瘡(じょくそう)とは…

長期にわたり同じ体勢で寝たきり等になった場合、体と支持面との接触局所で血行が不全となり、周辺組織に壊死を起こすもの。一般的には“床ずれ”とも呼ばれる。



早期発見、早期治療
開始のためにも
知識をつけましょう!



- ① 褥瘡の発生要因と予防の注意点 (10/10開催)
- ② 褥瘡発生と病態の変化 (10/31開催)
- ③ 褥瘡を早く治すために不可欠な視点 (11/14開催)

褥瘡ケアセンター
古田センター長

当院の褥瘡ケアセンター 古田センター長により、3回シリーズの講義形式で行い、各会とも法人内から30名以上、外部からは7施設10名以上の方が参加しました。アンケートでは「難しかったけど、勉強になりました」「写真と動画で分かりやすかったです」とコメントをいただき、おかげさまで大変好評の研修となりました。

一方、在宅での治療継続の困難さを吐露されるコメントもあり、在宅で褥瘡治療に関わる方々の苦勞も感じました。褥瘡の発生リスクの高い状況は、自身で体の向きを変えることができない、痩せて骨の突出がある、栄養状態がよくない、関節の動きが悪く固まっている、むくみ(浮腫)があるなどです。発見したときには壊死が深くまで進んでいることもあります。早期発見、早期治療開始が肝心です。毎週月曜日には、褥瘡ケア外来があります。褥瘡かな?と思った時は、お早めにご相談ください。

新入職医師紹介



木村靖子 先生

昨年12月より赴任いたしました木村と申します。内科全般と透析の診療を行います。微力ながらこの地域の医療に貢献したいと存じますので、何卒よろしくお願い申し上げます。



鈴木秀昭 先生

今年1月に赴任しました鈴木秀昭です。永らく消化器外科医として癌の手術を中心に診療を行ってきました。これまでの経験を活かし、患者さん中心のチーム医療を推進していく所存です。よろしくお願い致します。



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。

睡眠時無呼吸症候群 (SAS) とは？

睡眠時無呼吸症候群(以下、SAS)は眠っている間に何度も呼吸
が止まる病気です。いびきが大きい、夜中何度も目が覚める、起き
た時に頭痛やだるさがあるなど、そんな症状はありませんか？こ
れらはSASの主な症状です。無呼吸による睡眠不足のため、日中
の強い眠気から集中力が低下し、健全な人よりも約7倍交通事故
の発生率が高いという調査結果があります。

症状がなくても、高血圧・肥満気味・仕事でトラックやバスな
どを運転されている方は、早期発見・事故防止のためにSASスク
リーニング検査を受診しましょう。



こんな症状ありませんか？

スクリーニング検査はじめました

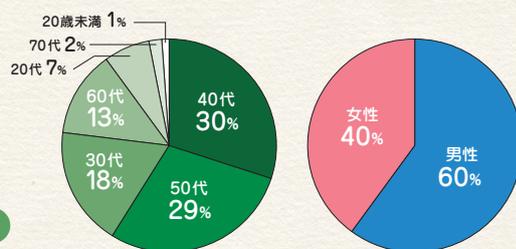
検査料金：8,800円 自宅で簡単にできる検査です！
詳しくは健康管理センターまでお問い合わせください

健診アンケート結果報告

2023年5月のリニューアルオープン以降、利用者さんの満足度向上と
質の高いサービスの提供のため、アンケート調査を実施しました。

(回答者：約2000名 調査期間：2023/6～2023/11)

回答者の年代・性別の割合



待ち時間はいかがでしたか？



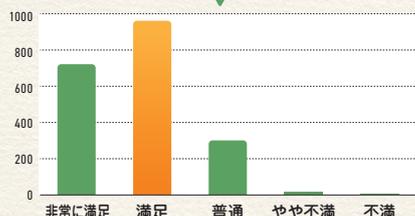
その他、お気づきの点はございますか？

- 皆さん雰囲気優しく、緊張が和らいだ状態で検査が受けられました！
- 面白い先生で、丁寧な診察でした。胃カメラの先生も上手で苦痛がありませんでした。
- 動線に無駄がなくてよかったです。
- 診察が女医さんで安心できました。

5-12月の第二土曜日はレディースデー！
女性医師が担当します！



本日の健診の満足度は？



- 検尿を受付に持って行く時
人目にふれないよう気を遣います。目隠し用の袋をご用意いたしました (9月)
- 寒かったです。フリース、暖房機器を設置しました (11月)
- 検査着の着方がわかりにくかった。見本を掲示しました (12月)

皆さんからいただいた貴重なご意見をもとに、従業員一同さらなるサービス向上及び改善に努めてまいります。

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
担当：深谷



リハビリエリア全体



有酸素エリア

老人保健施設ひまわり デイケア

リハビリエリア 大幅改装



マシンエリア



スタジオ



言語訓練室

リハビリテーション機能を強化し、地域で選ばれる
デイケアを目指すことを目的に、7月にリハビリエリア
をリニューアルしました。

コンセプトは「まるでスポーツクラブのようなデイ
ケア」とし、広さは今までの約3倍に拡大しました。



リラクゼーションエリア

利用者さんからの声

ケアマネさんからの声

明るく楽しい
雰囲気になった

しっかりリハビリができて、
来るたびに刺激を
もらっています！



リハビリ意欲の
向上につながりそう！

ぜひ利用者を
紹介したいです！

リハビリエリアリニューアルに 関する内容を発表しました。

11月17～19日に広島県福山市で開催された「第21回日本通所ケア研究大会」で、デイケア従業員2名が発表しました。

発表はとても緊張しましたが、他施設の取り組みや今後の介護業界の動向などを知ることができ、学びの多い研究大会でした。



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。



みなさん楽しみに してくれています!

利用者さんが「今月はどこの
県の美味しい物が食べられる
の」とワクワクする様に、毎
月一回 47 都道府県の中か
ら県を一つ選び、対象地
域の縁ある食べ物・飲み
物を用意し、提供して
います。



めずらしい
おやつもあるね

おやつレク ご当地

日本全国

ご当地おやつのお取り寄せ!

従業員が地元へ帰省した
際に利用者さんを思い浮か
べながらセレクトして来るこ
ともあります。飲み込みの機
能などに関わらず全員が味
わかるよう、ゼリーやムース
等を選定するなど気を配り、
楽しんでいただいています。



各都道府県のお菓子を
お取り寄せすることで、馴
染みのない独特な味の感想
を伝え合い、楽しくコミュ
ニケーションする機会
になっています。

ご当地クイズも!

その県にまつわるクイズ
を実施することで、旅行し
た時の事を思い出し話す
きっかけになったり、若い頃
を振り返る機会となり、回
想法の役割も担っています。

会話が盛り上がり、異文
化を知ること、施設生活
での平穏で単調な生活か
ら、メリハリが生まれ、退
屈しないように楽しみを提
供しています。

おやつだけでなく
ご当地についての
トークも楽しい!



毎月のご当地レクが利用者さんと従業員が良い関係性を築くきっかけになっています。





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

ふれあい会 開催しました!

11月8日(水)に碧カレッジの利用者さんとこども園年長児が参加しふれあい会を開催しました。

スイートポテトのクッキングを一緒に行い、スイートポテトを焼いている間は自己紹介をしたり「♪ずいずいずっころばし」の手遊びをして過ごしました。クッキングの途中で子どもたちがおじいちゃんおばあちゃんに聞いたり、一緒に協力して作る姿がみられました。スイートポテトが出来上がるとみんなで美味しくいただきました。みんなで作ったスイートポテトは特別でとてもおいしいね!

子どもたち、おじいちゃんおばあちゃんみんなが交流する中でたくさんの笑顔が見られとても温かい素敵な時間でした!今後もクリスマス会や伝承遊びなどたくさんの交流を予定しています!とても楽しみです。



いろんな形の
スイートポテトに!



秋の遠足 に行きました!

10月27日(金)に遠足で碧南海浜水族館に行きました。

水族館に到着すると大きな水槽に色々な魚がたくさんいて子どもたちは大喜び!スタンプラリーをしながら水族館の中を探検しました!水族館を楽しんだ後はみんなでお弁当を食べました。外で食べるお弁当はとてもおいしかったね!

ドキドキワクワクがいっぱい詰まった遠足で楽しい思い出になりました!こども園に帰った後も魚の絵を描いたり話をしたりして楽しむ姿がみられました。



わくわく!
わくわく!

たのびよう 楽しい課外活動!

課外活動で電車に乗りました。初めて乗る子もいでドキドキ!切符を上手に買えました。みんな楽しく仲良く電車でGO!堀内公園でいっぱい遊んだよ。



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

☎(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。

筋力・体力 UP で 生き生き 生活を応援!

ペットボトルキャップ寄付

募集中



SDGs と利用者さんの機能訓練・自立支援の一環で、ペットボトルキャップの収集と寄付を行っています。先日は、利用者さん、ご家族等の協力があって約13キロのキャップを寄付し、世界の子供たちのワクチン接種に役立てました。

ベルマーク寄付

募集中



地域貢献活動の一環としてベルマークを集め、地域小学校へ寄付をしています。利用者さんと共に出向き、学生さんとの交流もさせていただき、毎回とても喜ばれています。

デイサービスひまわり・安城では、リハビリ専門職(理学療法士・作業療法士)が中心となって機能訓練に特化したデイサービスを行っています。また、機能訓練だけでなく、自立支援や生活への楽しみのための様々なイベントも行っています。

今回は、そのほんの一部を紹介します!

充実の機能訓練

理学療法士・作業療法士が一人一人に合った適切なプログラムで機能訓練を実施し、利用後は身体機能が改善しています。



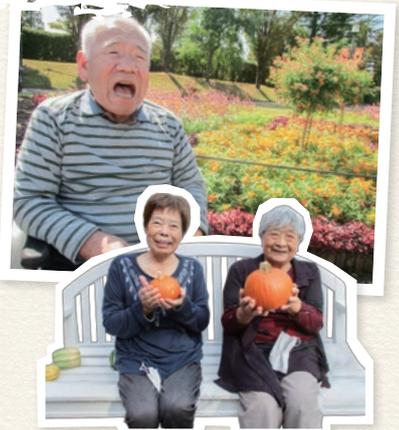
アニマルセラピー



アニマルセラピー活動を行っているクリニックのサービスを利用し、セラピー犬との触れ合いを楽しんでいます。毎回多くの方が参加し、好評です。

デンパーク散策

10月に外出支援の一環で、デンパークへ行きました。疲れを忘れていつも以上に長い距離を歩くことができました。その他、季節に合わせた外出支援を行っています。





リハビリだより

ちょこっとためになる
リハビリテーションの情報を
お届けしています。

糖尿病について知りましょう

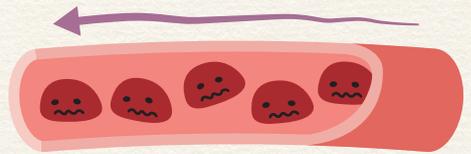
糖尿病ってどんな病気？

糖尿病は、血糖が高くなることで全身の慢性炎症が引き起こされる病気です。糖尿病になると血管が損傷・炎症を起こし、血液の流れが悪くなります。その合併症として、**網膜症**や**腎症**、**神経障害**といった全身の血管のトラブルの原因になります。

正常



糖尿病



血管の損傷・炎症により
血液の流れが悪くなる…

糖尿病の合併症リスクを減らすには… **血糖値のコントロールが最も重要！**

血糖値を良い状態に保つには、
3つの治療法(食事・薬・運動)が基本です

食事 管理栄養士による食事のコツ

薬 看護師による体調不良時(シックデイ)の注意点

運動 理学療法士による運動の効果と方法



3つの治療法をうまく組み合わせながら
自分の生活に取り入れていきましょう！

月1回 糖尿病教室開催中！

回復期リハビリ病棟では、月に1回、第3金曜日の14時に糖尿病教室を開催しています。

糖尿病の治療をされている入院患者又はそのご家族が、従業員とともに「糖尿病を知る」「糖尿病と上手に付き合う方法を探す」場となっています。



教室の様子(糖尿病内科医の月山医師による講義)



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。

冬こそ注意を！冬型栄養失調にならないために。

冬型栄養失調とは？

冬は体温を下げないようにするために、夏よりも10%多くエネルギーを消費すると言われています。栄養素によっては、いつもと同じ量を摂っていても不足してしまい、様々な体の不調を引き起こしやすくなります。このような状態を冬型栄養失調と言います。

今回は、冬に不足しがちな栄養素と、その栄養素を多く含む食品をご紹介します！

こんな症状はありませんか？

- ◆ 脇がピクピク動く
- ◆ 髪がよく抜ける
- ◆ 口内炎がよくできる
- ◆ 肌が乾燥する
- ◆ 傷が治りにくい
- ◆ 疲れやすい



このような不調が見られる方は、冬型栄養失調の疑いがあるため、食事を見直してみましょう！



冬に不足しがちな栄養素

マグネシウム



わかめ のり ひじき

寒さで硬直した筋肉、血管を元に戻す働きがあります。

葉酸



ほうれんそう ブロccoli レバー

葉酸は赤血球の材料となる栄養素。赤血球は体を温めるため、燃焼させる酸素を体中に届ける働きがあり、冬は特に多く必要になります。

脂質



油が多い魚 (マグロ、サマ、ツナ) オリーブオイル ナッツ

保湿成分の役割もある脂質。気温が低く乾燥する冬は特に体の乾燥を防ごうとして消費してしまいます。

ブロッコリーとツナの和風パスタ

- 1 ブロccoliとしめじは小房に分けます。にんにくはみじん切りにします。
- 2 鍋に湯を沸かし、塩を適量(分量外)加えて、スパゲッティを茹でます。茹で上がり1分半前にブロッコリーも入れて一緒に茹で、水気を切ります。
- 3 フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れて弱火にかけ、香りが出てきたら、油を切ったツナ、しめじを加えて炒めます。
- 4 ②とめんつゆを加えて炒め合わせます。
- 5 皿に盛り付け、上に刻みのりを乗せて完成です。

材料(1人分)

スパゲッティ	100g
ブロッコリー	50g
ツナ	30g
しめじ	20g
刻みのり	1g
にんにく	2g
めんつゆ(3倍濃縮)	20ml
オリーブオイル	14ml



栄養価(1人分) エネルギー:629kcal たんぱく質:22.3g 脂質:22.7g 炭水化物:81.3g 食塩相当量:2.3g



愛生館グループ事業所MAP

至名古屋

至刈谷

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



碧南市簗田町 1-17-2
電話 (0566)41-5522

はとぼっぼ保育所



碧南市簗田町 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 ・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
碧南市簗林町 4-109-1
電話 (0566)41-0865
- 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

碧南市簗林町 1-117
電話 (0566)41-0280

碧南市 養護老人ホーム



碧南市簗林町 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

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

複合施設 CORRIN



- 幼保連携型認定こども園 ひまわり
- 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
- 高齢者デイサービス 碧カレッジ
- 地域交流サロン ハーモニーホール

碧南市大提町 1-11
電話 (0566)45-6001

〒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6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。