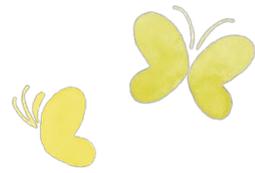


あなたの暮らしをもっと豊かに

いまわり



2025

春号

VOL.102

咲いた、笑った、

しあわせ日和。



22名の 新たな仲間が 加わりました!

この4月、愛生館グループに22名の新入従業員が入職しました。入職式では、緊張の中にも希望に満ちた表情で、新たなスタートを迎えました。約2週間にわたるオリエンテーションでは、愛生館グループの使命や理念をはじめ、社会人、医療・介護・福祉従事者としての基本姿勢や現場で役立つ実践的な知識をしっかりと学びました。



現在はそれぞれの配属先で、頼もしい先輩たちに支えられながら、日々奮闘しています。

新しい仲間たちが、これからの愛生館に新しい風を吹き込んでくれそうです。

地域の皆さんに安心と笑顔を届けられるよう、愛生館の一員として責任と誇りを胸に歩んでまいります。どうぞ温かく見守っていただければ幸いです。



新たな一員とともに
「愛生館があってよかった」を目指し、
地域を本気で支えます!



よろしくお願ひします!

2025年度

経営計画

発表会

Vision & Strategy 2025



愛生館グループでは毎年、全従業員に向けてグループの目指す方向性を共有する「経営計画発表会」を開催しています。今年度は3月30日に開催し、日頃よりご支援いただいている来賓の皆さんにもご臨席いただき、執り行われました。



第1部 事業方針発表

小林代表および各事業部門長より「経営計画」「事業部門計画」の発表が行われました。2025年度の全体ビジョン、それぞれの部門で掲げる重点政策について具体的に示され、新年度への意識を新たに作る時間となりました。



第2部 特別講演

病院マーケティングサミット JAPAN 代表の竹田陽介先生をお招きし、「人と地域の未来を育む共創病院のつくり方」をテーマにご講演いただきました。今後の地域医療の在り方などについて多くの気付きを得る機会となりました。

特別表彰

今泉 宗久

小林記念病院 診療部 / 医師

2003年に小林記念病院に副院長として入職。入職後は病院機能評価の再認定をはじめ、地域に根差した病院づくりに取り組まれました。回復期病棟への転換や産業医としての健診事業にも尽力され、穏やかで温かい診療姿勢は多くの信頼を築かれました。現在も総長として精力的に診療にあたり、私たち後進を温かく支えてくださっています。

第3部 従業員表彰

2024年度に特に優れた活躍をした従業員の表彰が行われました。サプライズで名前が呼ばれた瞬間には驚きと喜びの声もあがり、仲間からの温かい大きな拍手が会場を包み込みました。



野村 勢津子

小林記念病院 入院医療部 / 看護師

2013年に医療法人愛生館に看護部長として入職。看護・介護職の教育体制の充実と組織運営の構築に尽力されました。2018年には「特別養護老人ホームひまわり・安城」の施設長に就任し、見守りシステムの導入など働きやすい環境づくりを推進。2024年度には、病院機能評価受審において貴重な見解や助言をいただきました。現在も豊かな経験を活かし、組織を力強く支えてくださっています。



デンマーク視察研修 Hej!

「その人らしさ」を大切に
する福祉を、デンマークで学ぶ。

愛生館グループでは、「福祉を目指す高校生に夢と希望を届けたい」という思いから、全国高校生介護技術コンテストの最優秀校をデンマークの視察研修にご招待しています。今回は北海道石狩翔陽高等学校から、選手3名と引率の先生1名が参加しました。

社会保障に対する意識や関心が高まりました！



学生さんよりお礼の
思い出アルバムをいただきました！



“世界一幸福な国”といわれるデンマークでは、国民一人ひとりを大切にする価値観が社会に根づいており、政治や福祉に対する関心も高い国です。その結果、医療や介護などの生活を支える仕組みは透明性が高く、国が責任を持って管理しており、誰もが安心して暮らせる社会が築かれています。

現地では、対話を通じて利用者一人ひとりの想いを丁寧にくみ取り、「その人らしさ」を尊重した支援が行われていました。疾患や障がいのある方も常に同じ目線で向き合い、その人が持っている力を最大限に活かしながら、自立を支える姿勢が印象的でした。

文化や制度の違いはありますが、「お互いの違いを認め合い、共に生きる」という姿勢は、私たちにとっても大切な学びでした。愛生館においても、これからも対話を大切に、より良い支援を目指していきます。

碧南市 旭・中央地区にお住まいの高齢者の生活をサポートします！

碧南東部地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者の方々が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、介護・福祉・健康・生活の面からサポートする相談窓口です。

高齢のご本人はもちろん、ご家族や地域の方、介護に関わる方もご相談いただけます。

相談内容事例

- ✓ 介護についての相談（介護サービスの利用方法、施設の紹介 など）
- ✓ 健康維持・フレイル予防（運動や食事のアドバイス、健康講座の案内）
- ✓ 認知症の相談（早期発見のポイント、家族向けサポート など）
- ✓ 生活支援（買い物支援、地域の助け合いサービスの紹介）
- ✓ 権利擁護（成年後見制度、虐待防止、消費者被害の相談）

ちょっとしたお悩みでも大丈夫ですよ！



健康・介護・生活の困りごと… お気軽にお電話ください！



さらに充実した訪問診療の提供に向けて

豊田地域医療センター 藤田総診[※]との連携



人生をみる医療

藤田総診

藤田医科大学 総合診療プログラム

本年度、小林記念病院では、豊田地域医療センターより総合診療医師をお迎えし、訪問診療体制を大きく拡充しました。地域に根ざした医療を目指し、これまで以上に皆さんの暮らしに寄り添う医療サービスの提供を進めてまいります。

高齢化が進む現代において、「自宅で安心して療養したい」という声はますます高まっています。総合診療を専門とする医師が加わることで、幅広い疾患に対応しながら、よりきめ細やかに地域のニーズに応える医療の提供が可能となりました。

また、この連携によって、従業員にとっても貴重な学びの機会が広がっています。先行施設との情報交換や診療スタイルの共有を通じて、医療の質をさらに高めていける体制が整いつつあります。

※藤田医科大学総合診療プログラム (<https://fujita-soushin.jp/index.php>)

これからも小林記念病院は、地域の皆さんに信頼される「かかりつけ医」として、
住み慣れた環境で安心して暮らせる地域づくりに貢献してまいります。



運動とメンタルヘルス研修会

従業員の健康が、 より良いケアにつながる

愛生館では、従業員の心と体の健康を支えるため「運動とメンタルヘルス研修会」を開催しています。科学的根拠に基づく運動とメンタルヘルスの関係を学び、日常に取り入れやすい簡単なエクササイズを実践！従業員一人ひとりの健康意識を高め、心身のコンディションを整えることで、より活気ある職場環境づくりを目指しています。

そして、従業員がイキイキと働くことが、利用者さんへのより良いサービス提供にもつながります。忙しい日々の中でも無理なく続けられる運動を取り入れ、心も身体も健やかな職場づくりを進めています。



Exercise and Mental Health Workshop



人間ドックを
もっとスマートに!

人間ドックの WEB予約 できるようになりました!



パソコンでも

スマホでも

WEB予約なら24時間

いつでも、どこでも予約できる!

日中に電話予約できない忙しい方に朗報です。人間ドックの予約が24時間WEBで可能になりました。日時の確認や変更にも対応しているので、気軽にご利用いただけます。

問診や結果表も

WEBでの対応が可能となります!

今年の間ドックは、WEB予約をご活用ください!

ご予約はこちら



スマホを
タップ!

いま話題!

リモート検査

で始める健康習慣



自宅でカンタン健康チェック

最近、「リモート検査」という言葉を耳にすることはありませんか? 検体キットを購入し、**自宅で採取した検体(唾液・尿・便など)を郵送するだけ!**結果はスマートフォンなどで簡単に確認でき、手軽でスマートな“新しい健康習慣”として注目を集めています。

当院『健康管理センター』で取扱開始!

腸内フローラ検査

腸は“第二の脳”。腸内環境から全身の健康を!

自宅で便を採取し、腸内細菌のバランスを詳しく解析!善玉菌・悪玉菌の割合や多様性が見える化し、食生活や生活習慣のアドバイスも受けられます。便秘や下痢といった消化器の不調だけでなく、アレルギー・肥満・糖尿病・うつ症状との関連にも注目が集まっています。

大切なのは「ちょっと気になる」を放っておかないこと!

リモート検査は、あくまでスクリーニング(予備的な検査)の役割を担うものです。定期的な医療機関での健診と併用しながら、日々の健康管理のツールとして活用するのがおすすめです。





さくら祭り

ひまわり村 2025

今年も春の訪れとともに「ひまわり村さくら祭り」が開催されました！
あいにくの雨にもかかわらず、多くの方々にご来場いただき、会場は笑顔と活気に包まれました。

にぎやかで楽しいイベントが盛りだくさん

オープニングを飾ったのは、和太鼓奏者「巴」の皆さんによる迫力満点の演奏！力強く響く太鼓の音が、祭りのスタートを華やかに彩りました。



今年は初めてひまわり村にある3施設（老健・特養・CORRIN）を巡る『歩こう！ワクワクスタンプラリー』を実施！老健ではリハビリ体験や骨密度・体組成のチェック、特養では「口福メニュー」の試食や利用者さんの手作り雑貨販売、CORRINではゴルフ体験など、愛生館グループの魅力をまるごと楽しんでいただきました。



また、バレーボールチーム「アイシントイルマーレ碧南」の選手たちとの交流イベントでは、歓声があがるほどの盛り上がり！選手とのふれあいは、子どもから大人まで大興奮のひと時となりました。



大塚製薬さんによる『認知症ケアVR』体験会も開催！たくさんの方に参加していただき、認知症を知っていただく良い機会になりました♪

地元の味と笑顔がいっぱい！グルメ&マルシェ

お祭りといえば、やっぱり楽しみなのが「食」と「お買い物」♪地元で人気のお店やキッチンカー14店舗が出店！おいしいグルメに笑顔がこぼれ、満開のさくらとともに、明るく賑やかなお祭りの雰囲気となりました！



特別講演会『高齢者の就労がもたらす未来』



平川仁尚先生

愛知健康の森
健康科学総合センター

愛知健康の森 健康科学総合センターの平川仁尚先生をお招きし、『高齢者の就労がもたらす未来』というテーマでご講演いただきました。約50名の方が参加し、「自分らしく生きること」の大切さを改めて考える貴重な時間となりました。

ご来場いただいた皆さん、ありがとうございました！



親子で パン作り

碧南市緑町にあるパン屋「mon coeur (モンクール)」さんをお招きし、親子パン教室を開催しました。

当日は、約20組の親子が参加し、メロンパンとバターロール作りに挑戦!おうちの人と協力しながら作ったパンの味は、やっぱり格別!「おいしい〜!」と笑顔いっぱいに頬張る子どもたちの姿はとても可愛らしく印象的でした。



碧カレッジ交流会

こども園ひまわりの園児たちは、碧カレッジの利用者の皆さんと一緒にカルタ取りや紙飛行機作りを楽しんでいます。



絵札を一緒に探したり、紙飛行機の作り方や遠くに飛ばすコツをこっそり教えてもらったり…。おじいちゃん、おばあちゃんとのふれあいの中で、温かく楽しいひと時を過ごしています。

こども園 ひまわり 春は別れと出会いの季節

こども園ひまわり開設初年度に3歳児(年少クラス)で入園した子どもたちが、この春、無事に卒園式を迎えました。4月からはピカピカの1年生!これからの成長も楽しみです!いつでも元気な姿を見せに来て下さいね。



そして、新しい出会いもありました!4月5日(土)新入園児を迎え、総勢138名の子どもたちが参加して入園・進級式を行いました。お父さんお母さんと一緒にお話を聞いている子どもたち。これから始まるこども園での生活にドキドキワクワク!



今年度も、安心安全な保育を心がけ、
子どもたちの笑顔を大切に楽しく元気いっぱい過ごします。
ぜひみなさん遊びに来て下さい!

地域の
皆さんの

交流イベント

event 01

介護保険制度について学ぼう！

「介護保険って何?」「どんなサービスが使えるの?」といった疑問を持つ方は多くいらっしゃいます。そこで、地域の皆さんを対象に介護保険制度の講習会を開催しました。

参加者の皆さんからは、「貴重な話が聞けてよかった」「介護施設にはさまざまな種類があることを知れた」といった声が寄せられ、介護保険サービスについて理解を深める機会となりました。



event 02

防災食を食べよう！

講習会の後には、防災食について紹介し、施設で備蓄しているアルファ米の試食会を行いました。アルファ米はお湯を入れて作れるのはもちろん、水でも調理することができます。

実際に試食していただき、「災害時にこれだけの物が食べられると嬉しいと思う」「自分の身を守るためにも、防災食を準備しないとイケないと感じた」などの声があり、改めて防災意識を高めるきっかけになりました。



event 03

ひまわりランチの提供

高齢になると、外食を楽しむ機会が減ってしまうことがあります。小規模福釜の利用者さんの中にも、外食が難しい方がいらっしゃいます。そこで、「外食気分を味わいながら食事を楽しんでいただきたい」という思いから、地域の飲食店の協力のもと、2ヶ月に1回「ひまわりランチ」としてお弁当を提供しています。利用者さんからは「普段とは違う食事を楽しめる」と毎回大好評です。



お店の味が
楽しめて嬉しい!





FAMILY GATHERING CAFE

家族交流CAFÉ

カフェを通じて退院後も外出機会を増やそう

回復期病棟の取り組みとして、**家族交流CAFÉ**を行いました。初開催の会場は、従業員食堂の「サンウッド」患者さんが入院中にホッと息抜きができる時間を作るために、カフェ空間を演出することにこだわりました。



碧南市の「ほっとCafe」さんへ協力依頼し、いつもと違う美味しいコーヒーを提供させていただきました！病棟のリハビリ専門職や看護師のサポート体制で、嚥下障害のある患者さんでも安心して楽しめるように工夫しています。患者さんからは、「**コーヒーの香りがいいね**」「**病院で美味しいコーヒーが飲めるなんて嬉しいわ**」「**これからもリハビリがんばれそう**」などの嬉しい声が続出です！



我々リハビリ専門職は退院後の楽しみを諦めません！

回復期リハビリ病棟では、在宅復帰後、安全に生活を送るために必要なリハビリを提供しています。しかし、それだけでなく、**患者さん自身の社会参加についても真剣に考えています。**今回の家族交流CAFÉの取り組みは、嚥下障害があっても**退院後、喫茶店に行く事を諦めないでほしい**というメッセージが込められています。

退院した後も楽しく
生活を送れますように！



言語聴覚士直伝

嚥下障害にやさしい トロミの付け方

嚥下障害があってもトロミを付けることでカフェや喫茶店でコーヒーを飲む事は可能です。そこで、食事を楽しむために必要なトロミの付け方を言語聴覚士が紹介しています！ぜひQRコードを読み取って試してみてください！



とろみの付け方
動画公開中！

心身のケアは食事から！ 五月病予防

春といえば、進学や就職、転勤など新しい環境で生活する方が多くなる季節でもあります。一方で環境の変化が大きく、体調を崩してしまう「五月病」という言葉を聞いたことある方もいるのではないのでしょうか。そこで今回は食事の面から五月病の予防についてご紹介します。

五月病とは…？

新しい環境に慣れてきた5月の長期連休を過ぎた頃に、それまでの元気がなくなり、何もやる気が起きない、体調が悪くなるといった症状のことを言います。医学的な病名ではありませんが、5月あたりに発症する人が多いことから、一般的に「五月病」と呼ばれています。

五月病チェックリスト

いくつか当てはまる方は要注意です！



- ✓ イライラ・ため息が増えた
- ✓ ケアレスミスが多い
- ✓ 涙もろくなった
- ✓ 会社や学校に行きたくない
- ✓ 疲れがとれない
- ✓ 食欲がない
- ✓ 動悸がする
- ✓ 頭痛や肩こりがひどい

予防のカギは **セロトニン**

セロトニンは心の安定や精神の健康に関わる脳内の神経伝達物質。ストレスを緩和してくれるとされ、別名「幸せホルモン」とも呼ばれる。

↓↓↓ “幸せホルモン”ことセロトニンを増やすための栄養素 ↓↓↓

トリプトファン

1日の必要量 体重1kgあたり4mg
例：体重60kgの場合 240mg/日

セロトニンを作る原料となります。体内で合成することができない必須アミノ酸のため、食事から摂る必要があります。

多く含む食材

大豆製品・
乳製品・
卵・肉・魚



含有量

・木綿豆腐 1/2丁	147mg
・カツオ 80g	248mg
・鶏むね肉 80g	216mg
・牛乳 200ml	90mg
・生卵1個	90mg

ビタミンB6

多く含む食材

赤身の魚・にんにく・バナナ

トリプトファンからセロトニンが合成されるのをサポートします。



炭水化物

多く含む食材

米・パン・麺類

トリプトファンが脳内に輸送されるのを助けます。



今号のおすすめレシピ

カツオステーキ ~梅ソース和え~



材料(1人分)

カツオ	80g
にんにく	0.5g
ねぎ	20g
梅干し	5g
酒	20ml
醤油	小さじ2/3 (4g)
砂糖	小さじ1 (3g)
みりん	小さじ1/2 (3g)
サラダ油	小さじ1/2 (2g)

- ◆ カツオは1.5～2cmの厚さに切ります。
- ◆ ねぎ、にんにくはみじん切り、梅干しは粗くきざみます。
- 1 フライパンにサラダ油1g、にんにくを入れて熱します。中火でカツオを焼き、両面に焼き目がついたら取り出します。
- 2 フライパンをふき、サラダ油1gを熱し、ねぎを入れてしんなりするまで炒めます。梅干しと調味料を加え、沸騰する直前に中火にし、とろみが出るまで煮詰めます。
- 3 1の焼いたカツオを戻し入れ、汁をからめて味をなじませたら完成です。

栄養価(1人分) エネルギー：162kcal たんぱく質：21.3g 脂質：2.4g 炭水化物：8.1g 食塩相当量：1.8g

事業所
FACILITIES



小林記念病院
碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-0004



**小林記念病院
デイケアセンター**
愛知県碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-3000



**小林記念病院
健康管理センター**
碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-6548



**しんかわ訪問看護
ステーション**
▶訪問リハビリ
▶はとぼっぼ保育所
碧南市籠田町 1-17-2
電話 (0566)41-5522



**特別養護老人ホーム
ひまわり**
▶デイサービスひまわり
▶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
▶デイケアセンター
▶トレーニングセンター
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



ケアプランセンターひまわり
碧南市鷺林町 1-117
電話 (0566)41-0280
▶碧南東部地域包括支援センター
電話 (0566)93-4585



**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
▶ひよっこ保育所
安城市福釜町下山 81-1
電話 (0566)92-0088



複合施設 CORRIN
▶幼保連携型認定こども園
ひまわり
▶児童発達支援事業所 さんさん
▶放課後等デイサービス たいよう
▶放課後等デイサービス ひだまり
▶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
碧南市大堤町 1-11
電話 (0566)45-6001



**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
▶ひよっこ保育所
安城市福釜町下山 81-1
電話 (0566)92-0088



**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



**ケアプランセンター
ひまわり・安城**
安城市横山町浜畔上 59
電話 (0566)95-7580

認知症セミナー開催のお知らせ ご家族や介護に関わる方にも役立つ情報が満載です!

第1回 認知症と家族の会
こんな時どうする?
認知症の方との関わり方

認知症は、誰にでも起こりうる身近な問題です。今回は認知症専門医の柳川まどか先生をお迎えし、日常生活でできる工夫や関わり方をわかりやすく解説します。



講師
柳川まどか
先生

2025年 **5月17日(土)** 14:00~15:40

定員
100
名

会場 特別養護老人ホームひまわり 地域交流センター「響」
愛知県碧南市鷺林町 4-109-1

参加費 無料 (要予約)

予約 QRコード または **お電話**にてご予約ください
(0566)41-6477 小林記念病院 外来リハビリ 担当: 内田

主催 愛生館グループ ひまわりカフェ

▲ **今後の開催予定**
第2回 「初めての認知症介護」 2025年9月20日(土)
第3回 「介護サービスとの付き合い方」 2026年1月17日(土)