

ほほえみ新聞

はじめよう!

笑み活

ほほえみ♥グループ®

高齢者医療と介護

医療法人
ほほえみ会

ほほえみ ほほえみ
株式会社 診療所

ほほえみグループの安心

① 健康・医療サービスの充実に努めます

ほほえみグループには、ほほえみ診療所(広島)とクリニックほほえみ(呉)があり安心して過ごしていただけます。また、提携医療機関と連携し、あなたの健康を守ります。

●広島記念病院様 ●県立広島病院様 ●中電病院様 ●マツダ病院様

② 寝たきり状態になってもお世話をさせていただきます

現在あるいは将来、寝たきり状態になっても、ほほえみグループの医療介護サービスを利用し、さらに地域の医療介護機関と連携しながらお世話させていただきます。(但し、状況によってはグループ内で施設をかわっていただくことがあります。)

③ 最期までお付き合いさせていただきます

ご本人、ご家族の意志を尊重した終末医療(ターミナルケア)を心がけます。身体状況が悪化したり、他施設への入所が決まった際にも責任を持って紹介業務や転院のお手伝いをさせていただきます。(胃ろう造設されている方も対応可能です。)

④ 認知症になってもお世話をさせていただきます

認知症専門医師の診療や介護相談を受けることができます。認知症の症状がある方や、認知症を将来発病されても粘り強く対応させていただきます。(但し、自傷他害の強い問題行動がある場合は一時的に精神科病院等に転院していただくことがあります。)

URL <http://hohoemi-gr.jp>

ほほえみグループ

検索



広島市長選挙・広島市議会議員一般選挙・広島県議会議員一般選挙

ラ・ポルトほほえみでは、ご入居者様の投票機会確保のため、選挙管理委員会の指定を受け「広島市長選挙・広島市議会議員一般選挙・広島県議会議員一般選挙」会場を設置し、公職選挙法に基づいて不在者投票を実施いたしました。



お花見レクリエーション

コロナ禍で、なかなか外出も出来ない状況ですが、今年も各施設近隣に咲き誇る桜を楽しみました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ通信 5月号

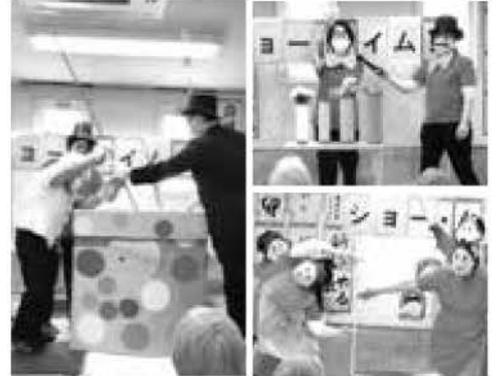
〈2023.4/30までのご報告〉

※ほほえみグループは、個人情報保護の重要性を認識し、「ほほえみ通信」の写真には画像処理を施しております。ご理解の程、何卒宜しくお願い申し上げます。

ほほえみ呉 デイサービス5F

「ショー・タイム!!」

本来ならば4月の行事といえばお花見に出かけるはずなのですが、今年も残念ながら断念し、フロア内での行事となりました。今回は少しでも気分転換していただくということでスタッフがハッスル。練習に練習を重ね、マジックショーを披露しました。皆様、息を飲み込むほどシーンと静まり、じっと見入っていましたが、突然、筒から飛び出してきた花に皆様「え〜っ?」と唖然顔。首を傾けながらすごく不思議そうでした。サザエさんダンスではスタッフ一人ひとりが全員サザエさんの面をつけ、お揃いのピンクのエプロンをつけて恥も外聞も捨てオーバーアクションで踊ってみました。皆様、手をたたいたり、指をさしながら涙を流して大笑い!!頑張って練習したことが皆様に伝わり、大成功に終わったのだと自己満足しています。これからもご利用者の皆様はずっと笑顔でいてくださるよう私達スタッフは恥も外聞も捨てて頑張ります(笑)



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ呉 デイサービス6F

「スノードーム作り」

開花を心待ちにし、咲き誇る様や散りゆく様に感動をくれた桜も、すでに葉桜になってしまいました。そこで、もう一度、桜の花を楽しもうと、13日に行事を行いました。人形(動物消しゴム)、満開の桜の木(フェイク)、弁当ピックをそれぞれ好みのものを選んで配置し、接着してビンの中に入れ、洗濯糊と精製水を注いでスノードームを作りました。ピンを振ると、液体と共に入れているピンクのグリッターやシェルフレーク・スパンコールが、ゆらゆら舞い降りてまるで桜吹雪のようです。「きれい!」と歓声が上がりました。その後、桜餅を作りました。生地にピンクの色をつけて焼き、餡を包んで桜の花の塩漬けを飾って出来上がり。ほかほかの桜餅と緑茶でおやつにしました。皆様に「美味しい」と喜んでいただきました。来年もまた、揃って桜の花が見られますように、と願っています。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ呉 デイケア

「春の桜の会」

4月13日木曜日に、4月の行事として「春の桜の会」を行いました。午前中はご利用者様お一人に1枚ずつ色紙をお渡しして「春の桜」と書いていただきました。それぞれマジックで、中には筆ペンが良いと言われる方もいて、皆様思いおもいに書かれ、今年目標を書かれている方もおられました。スタッフも手伝いながら和やかな雰囲気でした。午後からは、桜の花と一緒に写真を撮ったり、春にちなんだ歌を歌ったりと、皆様楽しんでおられました。オヤツも大変おいしいと言われ、皆様和やかに過ごされておられました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ 呉東

「お花見ドライブ」

4月1日(土)毎年恒例の外出行事「お花見ドライブ」を行いました。1週間前の天気予報では雨マークがついており心配していましたが、絶好のお花見日和となりました。両脇に咲き誇る桜並木の仁方桟橋通を通り、錦川沿い、仁方小学校と道中たくさんの桜を愛でながら、目的地 中筋公園までのドライブです。公園は満開の桜と色とりどりのチューリップが出迎えてくれ、心地よい春風、風情のある桜吹雪の中、お菓子と温かいコーヒーをいただきながらおしゃべりをし、「さくら さくら」「チューリップ」を皆様と合唱しました。「すごく良かった。来年も来たい」と喜んでいただき、楽しく春を満喫した一日となりました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ 呉中央

「よく晴れた暖かい日に」

黄砂がかすんだり、時折強い雨が降ったりの日が続くと、青空や若葉の緑、植え込みのツツジがより鮮やかに目に映るようになってきました。今月は、本格的に墨汁と筆を使って、半紙に書きたい文字や例題から選んで、書道をしていただき貼り出しました。なかなか、そういう機会がないので、皆様のびのびと思いおもいに筆を運んでおられました。また、今月の季節のおやつには「花の風」という、桜と花びらを淡いピンク色の水ようかんのにせた和菓子を取り寄せました。これには、カルシウムも補給されています。よく晴れた暖かい日に、桜や花びらが舞う風を感じていただけたら…そんな願いをこめて召し上がっていただきました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ 呉安浦

「お花見」

暖かい日が増え、桜が満開に咲き、もうすっかり春の季節となりました。ほほえみ呉安浦では、3月29日に野呂山へ車でお花見ドライブへ出かけました。野呂山へ登る道中に見事な満開の桜のトンネルがあり、それを眺めながら「キレイじゃね」「夢の国に来たみたい」と笑顔があふれ会話も弾みました。密にならない場所に降りて、桜と一緒に笑顔で記念撮影も行いました。感染症の影響で外出を控えていたため、久しぶりに外の空気を吸って喜んでいただくことができ、スタッフもご利用者様と共に笑顔で喜びました。「天気良くて気持ち良かった」「また来年も見れたら良いね」と帰路でも会話が弾み、短い時間ではありましたが、桜と春を感じられる楽しく心地良いひと時となりました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ つばき

「花見茶会」

桜が満開の季節になり日差しも暖くなりました。コロナウイルス感染症の影響で気軽にお花見が出来ませんが、施設内で花見茶会を行いました。施設内の壁に桜の木の絵を描き、ご利用者様に貼り絵で仕上げていただきます。時間をかけ作成に2週間かかりました。ご利用者様から「去年より上手になったね」「私も手伝ったのよ」等、様々な声が聞こえてきました。作成後、桜の貼り絵を見ながら皆様に桜餅風ムースを食べました。桜の歌が流れる中で春の雰囲気味わいながら「これ美味しいね」「プリンみたいで食べやすい」と言われ、楽しい茶会になりました。



ほほえみ 広国際通り

「桜の花を満開に」

4月9日(日)ほほえみ広国際通りでは“桜の花を満開に 紅白対抗戦”を開催しました。紅・白に分かれて桜の箱に玉を5個入れていきます。そっと投げる方、力いっぱい投げる方、「頑張って!」「あーおいしい!」と声援があちこちから飛び交い、皆様大奮闘!!中には5個とも箱の中に吸い込まれるように入り、見事な投球を見せられる方もいらっしゃいました。しっかりリフレッシュしたあとは、お花見をしながら美味しいどら焼きを召し上がっていただき、大満足の日となりました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ 呉蔵本通り

「お花見会」

4月10日(月)ほほえみ呉蔵本通りでは「お花見会」を行いました。街中の桜はもう散ってしまっていました。施設の桜は皆様の手により満開に咲き誇っており。皆で桜の前で撮影会を行い、その後は桜を見ながら昼食、デザートには桜をかたどったおまんじゅうを食べ、穏やかな春の1日を過ごしました。



ラ・ポルトほほえみ・エクセレント

「お花見」

ラ・ポルトほほえみでは、「河川敷お花見会」「施設内お花見会」を開催いたしました。桜が満開になり春の陽気も感じられる季節、お天気も良く、施設近くには桜を楽しめる河川敷。桜を見ながら散歩するなど、桜の匂を楽しんでいただきました。今年は綺麗な桜を楽しめる期間が長く幸せでした♪



ほほえみ 矢野

「お花見会」

ほほえみ矢野では4月「お花見会」を行いました。この度は、各階合同で参加された皆様と屋上に上がってお花見をしました。晴天にも恵まれ、少し日差しが強かった様に思われましたが、帽子を被られたりスカーフで日除けをされたりしながら、豪華なお花見弁当を春の風を感じながら食べていただきました。その後は、4月のお誕生日の方のお祝いをして、皆で順番にカラオケを熱唱され、中には職員と一緒に踊られる方もおられました。準備等は色々大変でしたが、皆様からは「久しぶりの外での行事が楽しかったよ」と多くの声をいただき、私たち職員も達成感がありました。



ほほえみ 安芸路

「5月のイベント」

最近まで咲き誇っていた桜も雨ですっかり濡れ落ちて、そうこうしているうちにもう5月。施設の飾りつけもすっかりこどもの日バージョンに衣替えしました。5月のコロナ対策の緩和に合わせて、少しずつ施設内の人との距離感も縮まってきて、こうしてご入居様と職員とが気軽に交わって一緒にゲームをしたり脳トレをしたりという事も出来るようになりました。とはいえ、まだまだコロナ感染に油断をしてはいけませんので、3年前のコロナ感染前と同じというわけにはいきません。それでも衝立なしで皆様と関われる、ご入居様同士が近しく話をする等、当たり前だった光景が戻りつつある事が嬉しい今日この頃です。このままコロナの感染爆発が起きませんように…と願うばかりです。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

ほほえみ 広島西

「お花見」

ほほえみ広島西では、川土手に満開の桜を見に出かけました。テレビで各地の桜だよりを聞き、「桜はまだかねえ?早く見に行きたいねえ」と楽しみにされていたところ、三月下旬にととも暖かくなり、一気に満開になり早速出かけました。とても良いお天気で空の青い色に薄いピンク色の花がとてもきれいに映えていました。「きれいねえ、また見に来られて良かった。来年も見たいね。」ととても喜ばれ、久しぶりの外出と暖かな春の訪れを満喫されました。



ほほえみ 井口

「射的ゲーム」

最近、朝晩はまだ寒い時もありますが日中は暖かい日が多くなってきました。ほほえみ井口ではご入居者様に集中力と達成感を感じていただくため射的ゲームを行いました。スタッフが紙コップと風船で手作りした鉄砲を使い、スポンジボールを飛ばします。的には紙コップをピラミッド型に積み上げた物と紙コップに恐竜の絵をつけた物です。ご入居者様は1人ずつ的にめがけスポンジボールを飛ばし倒していきます。力のある方は勢いよくボールを飛ばし次々と的を倒して大喜びされていました。上手くボールが飛ばない方にはスタッフが手伝いだんだん飛ばすようになり笑顔になられます。「おもしろい」「もう一回やらせて」等と喜んでいただき、とても楽しい時間を過ごしていただきました。



ほほえみ みゆき

「春の訪れ」

椿、ボケ、シャクナゲとご家族様からお庭のお花をいただきました。1階ロビーに活けさせていただき、ご入居者の皆様も「きれいだね～あれは椿?花びらが珍しいね～」など会話も弾み、春を楽しませていただきました。桜の方も開花から一気に満開になり、今年はコロナの制限も緩和され全国各地でお花見が行われて華やかな反面、職員は蔓延しないかと状況を見守りながら警戒を続けています。予約でいっぱいだった訪問美容もやっと順番が回ってきて皆様、素敵にカットしていただきました。「さっぱりしたわ!」「別人みたい!」「私、べっぴん?」ととても喜んでいただき春一番の笑顔をいただきました。



こどもの日

ほほえみ 長寿の秘訣

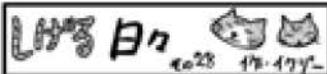


薬剤師
川崎 孝明

生年月日 1978年5月17日
 近畿大学工学部化学科 卒業
 北海道医療大学薬学部薬学科 卒業
 卒業後はドラッグストア、調剤薬局で調剤を経験。
 薬剤師になってから漢方薬の効果に驚き現在勉強中。
 合気道 初段

vol.87 | ローヤルゼリーについて1

「ローヤルゼリーは体に良いの？蜂蜜から取れるの？」という質問を受けたので調べてみました。ローヤルゼリーは、若い働き蜂が蜂蜜や花粉を材料として体内で合成し分泌した乳白色の物質です。蜂蜜は働き蜂が餌として花の蜜を巣に蓄えて熟成させたものです。ローヤルゼリーは酸味が強く蜂蜜のような甘さはありません。このようにローヤルゼリーと蜂蜜は別の物です。蜂はローヤルゼリーを何に使っているのか疑問に思いますよね。実はローヤルゼリーは女王蜂だけが食べる事ができる特別な物なのです。だから「ローヤル(王の)ゼリー」という名前が付けられています。話が少し脱線しましたが卵の段階では働き蜂のメスも女王蜂も全く違いがありません。孵化してから蜂蜜と花粉を食べるメス蜂は働き蜂になります。孵化してからローヤルゼリーだけを食べ続けるメス蜂は女王蜂となります。女王蜂と働き蜂の違いは遺伝的なものではなく食べ物の違いで決まります。



☆こんにちは！ 株式会社 千成 です☆

暖かくなって

たけのこ ふき
筍 落 ころもみ
 など

山菜が おいしい季節！

山菜というと下処理が大変...といったイメージもあるかもしれませんが、最近ではすでに処理のしやすさのある山菜も多く出回っています。ご家庭でお気軽に使える商品もありますので、季節の野菜をお料理に是非使ってみましょう。今回はよく見かける山菜の栄養素をご紹介します。

たけのこ



カリウムが豊富に含まれています。カリウムには体内にたまった塩分を体の外に出す役割があります。塩分を多く摂り過ぎると高血圧やむくみの原因となるので予防の為にもしっかり摂りたいですね。

ふき



ふきは筋張って食べにくいと思われる方も多いかと思いますが食物繊維が豊富に含まれています。食物繊維と言えば便秘予防。よく噛んで食物繊維をしっかり摂りましょう。



こごみには不溶性食物繊維と呼ばれる食物繊維が豊富に含まれています。胃や腸の中で水分を吸収して大きく膨らみ、腸の動きを活発にしてくれます。また、身体に有害な物質を吸着する性質があり、一緒に便として排出する働きもあります。

山菜には主に食物繊維やビタミンが含まれており、体の調子を整えてくれる効果があります。しかし、山菜はアクの強いものが多いので食べ過ぎると「吹き出物」などの原因となります。ご自分で処理する時はあく抜きはしっかりと行い、摂り過ぎには気を付けて旬の食材を楽しんで下さいね。

ご利用者の満足、地域の信頼を得て広島と呉で介護施設をご用意。

ほほえみ株式会社[®]

本社
〒730-0022
広島市中区銀山町3番1号ひろしまハイビル21
TEL(082)541-2527 FAX(082)248-1500

医療法人 ほほえみ会[®]

〒737-0046
呉市中通一丁目2番3号
TEL(0823)21-2525 FAX(0823)21-2711

ほほえみ診療所

〒730-0024
広島市中区西平塚町4番15号
TEL(082)541-2528 FAX(082)541-2529



広島地区 （総合案内） TEL.082-541-2525

1 La Porte Hohoemi 本館棟
**ほほえみ 有料老人ホーム
エクセレント【介護付】**
（特定施設入居者生活介護）
■入居定員/85名
**ほほえみ 有料老人ホーム
エクセレント【住宅型】**
■入居定員/33名
◇ほほえみ診療所（在宅療養支援診療所）
◇重度認知症デイケア

広島市中区西平塚町4-15 TEL.082-541-2525

2 La Porte Hohoemi グループリビング棟
**ほほえみ 有料老人ホーム
エクセレント【住宅型】**
■入居定員/36名
**ほほえみ グループリビング
エクセレント**
■入居定員/18名
1 2 3 医療と介護の複合施設として、
安心できる環境をお届けします。

広島市中区西平塚町7-1 TEL.082-541-2525

3 La Porte Hohoemi リハビリ棟
**ほほえみ 有料老人ホーム
エクセレント【介護付】リハビリ棟**
（特定施設入居者生活介護）
■入居定員/69名
◇1F リハビリセンター
重度の方から、リハビリが必要な方を対象に
都心でも利用しやすい料金設定で安心です。

広島市中区西平塚町7-3 TEL.082-541-2525

4 ほほえみ 有料老人ホーム
矢野【介護付】
（特定施設入居者生活介護）
■入居定員/72名
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上の
認定を受けている方。経営栄養可。
緑に囲まれた自然環境の中で、ゆったりとした
生活を送れます。全室個室、安心な医療連携に
て2時間あなただけの暮らしをサポートします。

広島市安芸区矢野西7丁目24-13 TEL.082-889-6078

5 ほほえみ 有料老人ホーム
安芸路【住宅型】
■入居定員/40名
■入居対象者/要介護の認定を受けている方。
経営栄養可。デイケア利用可。
共有スペースが広く「信頼」をキーワードに快適
で穏やかな環境を提供させていただきます。

広島市安芸区矢野東5丁目7-23 TEL.082-888-3232

6 ほほえみ 有料老人ホーム
みゆき【住宅型】
■入居定員/38名
■入居対象者/要介護の認定を受けている方。
経営栄養可。
ターミナルケア（終末ケア）を実施。家庭的な
環境のもとで、安心とやすらぎをご提供させて
いただきます。

広島市南区宇品御幸1丁目15-7 TEL.082-254-0067

7 ほほえみ
グループホーム 広島西
（認知症対応型共同生活介護）
■入居定員/18名
■入居対象者/認知症がみられる要支援2及
び要介護1以上の認定を受けている方。
小学校が隣にあり、自然が豊かで豊かな環境
の中で元気に笑顔で過ごしていただけるよう
に努めています。

広島市佐伯区八幡東4丁目26-11 TEL.082-926-4688

8 ほほえみ 有料老人ホーム
広島西【住宅型】
■入居定員/32名
■入居対象者/要介護の認定を受けている方。
デイケア利用可。
のどかな雰囲気とレクリエーションやリハビリ
に積極的に取り組んでいます。

広島市佐伯区八幡東4丁目26-5 TEL.082-927-6600

9 ほほえみ 有料老人ホーム
井口【住宅型】
■入居定員/24名
■入居対象者/要介護の認定を受けている方。
経営栄養可。
ターミナルケア（終末ケア）を実施。全室広島
湾が一望でき、朝陽があたります。広めの居
室で面会家族もゆったり過ごせます。

広島市西区井口1丁目9-17 TEL.082-278-6300

総施設概要

■診療所	2カ所
■老人保健施設	1施設（定員88名）
■有料老人ホーム	11施設（定員558名）
■グループホーム	2施設（定員36名）
■高齢者専用賃貸住宅	1施設（20室）

7 デイサービスセンター
ほほえみ 呉東
（通所介護・介護予防通所介護）
■定員/40名
■対象者/要支援1・2及び要介護1以上の認定
を受けている方。
趣味・特技を發揮できる場の提供に努め、一人
一人と話す機会を多く持ち、スタッフが定マ
ッサーを行うなど家庭的な雰囲気作りを心か
けています。短時間通所可能です。

呉市仁方本町1丁目2-3 TEL.0823-79-2322

8 グループホーム
ほほえみ 呉安浦
（認知症対応型共同生活介護）
■入居定員/18名
■入居対象者/認知症がみられる要支援2及
び要介護1以上の認定を受けている方。
應對しがたいほどのリビングでゆったり落ち着
いて、みなさんと楽しくその人らしい生活が送
れるよう支援いたします。

呉市安浦町安登東5丁目4-5 TEL.0823-84-7225

呉地区 （総合案内） TEL.0823-21-2525

1 クリニックほほえみ 呉
◆重度認知症デイケア
◆デイサービスセンター
地域に根付いた高齢者の方のための医療
施設を目指しています。

呉市中通1丁目2-3 TEL.0823-21-2525

2 介護老人保健施設
ほほえみ 呉中央
■定員/88名
■入居対象者/要介護1以上の認定を受け
ている方。
認知症の方から寝たきりの方まで様々な介護
の必要な方に対応できるよう、施設で体制を
つくり取り組んでいます。

呉市中央5丁目1-6 TEL.0823-32-5678

3 ライフアシストほほえみ呉中央
（高齢者専用賃貸住宅）
■入居室数/全20室
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上
の認定を受けている方。
高齢者の方の安心でいきいきとした生活を温
かく支援します。
呉駅前通りに面し、病院や介護施設が隣接。
安心した生活の場を提供します。

呉市中央5丁目2-1 TEL.0823-21-2525

4 ほほえみ 有料老人ホーム
呉蔵本通り【住宅型】
■入居定員/57名
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上
の認定を受けている方。経営栄養可。
デイサービス利用可。
要支援から要介護5までの広い範囲で入居し
て頂いており、一日一日を穏やかに過ぎて
頂けるよう高齢者への気持ちに大切に笑顔で
対応することを心がけております。

呉市中央3丁目11-18 TEL.0823-21-8080

5 ほほえみ 有料老人ホーム
つばき【住宅型】
■入居定員/18名
■入居対象者/要介護2以上の認定を受け
ている方。経営栄養可。デイサービス利用可。
高齢者への感謝の気持ちと一人一人の尊厳
を大切に、家庭的な雰囲気の中で過ごして
頂けるよう大切にしております。ターミナルケア
（終末ケア）に積極的に取り組んでいます。

呉市中央5丁目11-27 TEL.0823-25-6690

6 ほほえみ 有料老人ホーム
広国際通り【介護型】
（特定施設入居者生活介護）
■入居定員/36名
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上
の認定を受けている方。
毎日を生き生きと過ごしていただくために、接
遇や環境づくりに気を配り、暖かい気持ちで
対応させていただきます。

呉市広古新聞8丁目25-6 TEL.0823-71-4100