

ほほえみ新聞

Vol.334

発行日/令和5年12月10日
編集・発行・責任/ほほえみグループ

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



本年も私共ほほえみグループに対しまして
格別のお引立てを賜り厚く御礼申し上げます。

一年を通し、ご入居者様、ご家族様、地域の皆様、
ボランティアの皆様、関係各所の方々にご協力、
ご理解など賜り、安心・安全な施設運営を行なう
ことができました。

これもひとえに、皆様方のご愛顧、ご支援の賜物と
深く感謝申し上げます。

これからも皆様のご期待に応えるべく
「ほほえみ」に溢れる施設運営をして参りますので
引き続きご愛顧の程お願い申し上げます。

年末余日少なき折から、皆様の一層の
ご健勝とご多幸を心からお祈りいたします。



ほほえみグループ職員一同

ほほえみ通信12月号

〈2023.11/30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

「文化祭」

今月の行事は文化祭と題し、紅葉を散りばめたタペストリー作りや書道に挑戦していただきました。小さな紅葉がなかなか手に取りにくく、貼っていく作業に四苦八苦していましたが何とか完成させることができました。午後からの書道も、皆様筆を持つまでは「字を書くのは苦手!」とか「暫く書くことがなかったから書けるかしら…?」等々、とても不安そうでしたが上手く書けなくても大丈夫!挑戦することに意義があります!!の一声で火がついた様子。集中して取り組み、出来ばえは予想以上の作品が多くて逆に私達が驚かされてしまいました。今回の行事は苦手なことにチャレンジしていただいたのですが、終わってみれば苦手なことでもやればまだまだできるのだという前向きさと、意欲向上に繋げることができたのではないのでしょうか。



※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

「お楽しみ会!」

11月13日(月)、デイサービス6Fでは「お楽しみ会!」を行いました。午前中は、おやつチョコバナナプリン作りです。バナナを潰す人、チョコを刻む人、溶かす人など各担当に分かれての作業です。「美味しくなあれ」と願っての作業、おやつ時間が楽しみの様子です。皆様エプロン、三角巾お似合いですヨ!午後からは、かくし芸大会です。今チマタで話題の『ブギウギ』ほほえみオリジナル体操で開幕。職員による銭太鼓・安来節・テーブルクロス引き・ハンドベルなどなど…そして大トリは男性ご利用者様とスタッフの、クールファイブならめクールシックスで「長崎は今日も雨だった」を熱唱。おなじみコーラス部分の「わあわあわあワァ〜♪」で大盛り上がりで幕が降りました。ご利用者の皆様にとっても喜んでいただけただけでした。おやつチョコバナナプリンも「美味しいね!」と笑顔いっぱい楽しい1日になりました。



※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 デイケア

「お楽しみ会」

呉デイケアでは、11月のお楽しみ会を行いました。午前中は「かくれたことばをさがしてみよう」で頭の体操です。午後からは「風船バレー」でしっかりと運動していただきました。おやつは広島銘菓もみじまんじゅうです。皆様、今日イチの笑顔でほおぼっていました。〇〇の秋は、食欲の秋で決まりですネ。笑顔いっぱいの楽しい一日となりました。朝晩寒くなってきましたので、皆様体調には十分お気をつけください。



※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

「霜月会」

11月11日(土)、ほほえみ呉東では行事「霜月会」を行いました。芸術の秋にちなみ、樹脂粘土と千代紙を使用し、キーホルダーを制作しました。複数色の樹脂粘土をマール状になる様に混ぜて形を整え、紅葉や銀杏の形にカットした千代紙を貼り、ボンドを塗って完成です。3色の樹脂粘土を使われる方や、千代紙を2枚貼る方など、個性が溢れた作品が完成しました。「乾いた後が楽しみじゃね」「手作りするのが良いんよね」と皆様楽しそうに制作されていました。乾かす時間が必要な為、後日持ち帰っていただく大変喜ばれていました。最後は旅愁を皆様で合唱し、霜月会を締めくくりました。「作品作りを通し、芸術の秋を感じていただく」というテーマに合い、皆様の笑い声と歌声に包まれた穏やかな秋らしい行事となりました。



※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

「晩秋の足音」

立冬を迎え、野呂山には初雪も降ったそうです。冬布団や暖房、加湿器のシーズンになりました。「11月3日は文化の日だったので、曆に色を塗ってみませんか?」と、皆様に11月の曆をお配りしました。図柄をご覧になって「ああ、リスとドングリなんじゃね。リスも冬支度で、ドングリを集めるんじゃないか」「文化の日と言えば、子どもらが学校行きよる頃は、催し物があって、わたしらも見に行っただもんよ」「バザーに出す物、家から持って行ったわ」「うちの子は、クラスでクッキーと紅茶出すけん金券買って言うて」「あった、あった。おもしろかったよねえ」と懐かしそうに想い出話をされながら、はみ出さないようにキッチリ色鉛筆を動かしておられました。それにしても、あんなに「あつい、あつい」と思っていたのにもう11月。月日のたつのは早いものです。もう秋の虫の音も、いつの間にやら聴こえなくなっていますね。



※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

「たこ焼き作ろう!」

いつになったら外出や外食できるようになるのだろうと思いつつ今月はたこ焼きを焼いてみました。たこ焼きの焼ける様子やソースの匂いは懐かしい昔を思い出されるのか、皆様興味深々でホットプレートに目が釘づけです。やけどが心配なので初めは職員が全て焼こうと思っていましたが、余りの熱視線につい「焼いてみますか?」。すると私たちより手際よく上手にたこ焼きを焼いてくださいました。出来立ての熱々のたこ焼きを、はふはふしながら食べました。美味しかったですね。また作ろう!次はベビーカステラをコロコロしてみませんか?寒くなってくるのでお鍋パーティーもいいですね!皆様には食べる楽しみや自分で食べられる喜びを長く味わってほしいと思っています。



※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 つばき

「秋祭り」

風も冷たくなり日が暮れる時間も早くなってきました。11月、秋を感じていただくため秋祭りを行いました。最初に柿の枝を持っていただいて記念撮影。一人ひとり順番に写真を撮っていきました。皆様それぞれのポーズで素敵な笑顔で写真を撮る事が出来ました。次は皆様に和菓子をいただきます。色々な形、色々な色をした和菓子を選んでいただいて緑茶と一緒に「いただきます」。「柿の形をした饅頭美味しいわ」「私のはお花の饅頭よ」お腹も囲気も満たされた行事になりました。



ほほえみ 広国際通り

「手形アートを作ろう」

11月12日(日)ほほえみ広国際通りでは「手形アートを作ろう」を行いました。紅葉の葉を手形に見立て、紅葉の木を作る事にしました。最初は不安な様子の皆様でしたが、絵の具を手に塗って「パン」と押すと手形が出来あがるのを見て皆様笑顔になりました。「もう1回やってみたい」と2、3回手形アートを楽しまれている方もいらっしゃいました。完成した作品を見ると歓声と拍手が起こり皆様とても満足そうな顔をされていました。



※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

「秋の壁画作り」

ほほえみ呉蔵本通りでは、秋を感じていただけるよう、壁画作りをしました。画用紙で作った紅葉やイチョウの葉を、ご入居者様の居室を回りながら貼っていただきました。皆様一人ひとり、真剣に、また楽しみながら、貼っておられました。ご入居者様の一体感あふれる、色とりどりの秋らしい壁画が完成しました。



ラ・ポルトほほえみ・エクセレント

「施設内職員研修『AEDの取り扱い研修』」

AED訓練用的人形を使い、実際にAEDを作動させ「AEDの取り扱い研修」を実施し反応の確認、大声で協力を求める、救急車の要請やAED準備、呼吸の確認、心臓マッサージ、胸骨圧迫を繰り返すAEDの電源、電極パッドを貼り付け、AEDが自動解析、AEDが必要と判断すれば、除細動、ショックボタン、パッドを貼ったまま胸骨圧迫を再開、119番へ連絡と一連の流れを指導していただきました。大切な命を預かる立場として、施設内はもちろん、いつ、いかなる場所でも救命処置を行えるように訓練を重ねること、普段からAEDの設置場所を把握しておくことが大切だと感じました。



ほほえみ 矢野

「芸術の秋会」

ほほえみ矢野では11月、「芸術の秋会」を開催しました。この度は、芸術の秋と題し企画しました。今までやったことない初の試みとして皆様に書道を楽しんでいただきました。当初の計画では、皆様の手が進まなかったり、やりたくないと言われる事など心配をしていましたが、何を書こうかと悩んだり、何枚も書かれたり久しぶりに書道をする、とても喜ばれ皆様真剣に取り組まれ、有意義な時間を過ごしていただきました。その後、皆で手のひらに絵の具をつけ行う、手形アートをしました。手形アートでは、紙に書いた木に紅葉のようにさまざまな色でカラフルに手形を付け、きれいな手形アートが完成しました。各フロアに展示をしておりますので、面会に来られた際はご見学ください。



ほほえみ 安芸路

「今年もあと僅か…」

今年も気がつけばもう12月です。ここ数年、夏が猛暑なので秋がほとんどないまま冬に突入しているような気がします。さてそんな今年の安芸路を振り返ってみれば、コロナウイルス感染症の発生で、皆で集まる事が駄目と言われていた数年から、普通に戻りつつある現在、施設のレクリエーションを運動会、ミニ音楽会、ゲーム大会等、職員の手作りでぼちぼち再開し始めた今年でした。来年からは更にご入居者様に楽しみを感じていただけますようレクリエーションの充実を図っていきたくと思っています。宜しくお願い致します。



※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 広島西

「ボール運びリレーと玉入れ」

ほほえみ広島西では、有料老人ホームのレクリエーションで秋の運動会気分を味わっていただこうと、ボール運びリレーと玉入れを行いました。ボール運びリレーはスタッフがご入居者様からボールを受け取り、次のご入居者様にボールを渡してまたスタッフがボールを受け取るリレーをし、玉入れはスタッフがかごを背負って、順番にご入居者様の近くに行き、かごをめがけて玉を投げてもらい、最後はスタッフによるスプーンリレーを行いました。ひさしぶりの対戦ゲームに皆様大興奮、スタッフが走ったり投げたりする姿にも「がんばれーがんばれー」と応援してくださり、笑い声がいっぱいのにぎやかなレクリエーションになりました。



ほほえみ 井口

「みんなで楽しくクリスマス準備」

11月26日に、ほほえみ井口ではクリスマスのレクリエーションを行いました。スタッフが事前に用意した折り紙を重ねて貼ってミニツリーを作っていました。折り紙は赤色、緑色、それぞれの縞模様とあり、組み合わせを変えて作っていただくのですが、「センスの問題ね」と他のご入居者様と同じにならぬように悪戦苦闘されるご入居者様もおられました。ミニツリーが仕上がったら大きな壁紙へ皆様に貼っていただき、その周囲に金や銀の星で装飾してクリスマスの壁紙が完成。自分が作ったものと他のご入居者様が作られたものを皆様比較しながら、楽しく批評しながらおやつのカステラを召し上がっていただきました。



ほほえみ みゆき

「クリスマスツリー」

11月初め、ロビーにクリスマスツリーを飾りました。今年は秋が暖かかったので飾っても実感がわかず違和感さえ感じたのですが、朝晩が寒くなりコートが必要な気温になるとツリーも馴染んできました。この大きなクリスマスツリーも4年になりますが、初めてのご利用者様は「すごい大きいツリーね!豪華で綺麗!」と、とてもびっくりされ、1Fに降りてくるたびに「すごくたくさん飾ってあって綺麗ね。」と皆様に楽しんでいただいています。ヘアースタッフをしていただきツリーの前でポーズをとっていただきました。



クリスマス



ほほえみ 長寿の秘訣

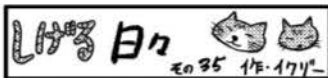


薬剤師
川崎 孝明

生年月日 1978年5月17日
 近畿大学理工学部化学科 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.94 | 大麦について

大麦は多くの国で主食とされている穀物です。大麦は磨いて白く(精白)して蒸した後に押しつぶして乾かした『押し麦』等に加工して使われています。大麦には食物繊維が多く、腸の調子を整えコレステロール値や血糖値の上昇を抑える効果が期待できます。ある研究によると大麦の摂取によって総コレステロールと悪玉コレステロール(LDLコレステロール)が減少しました。この効果は大麦の摂取量によって変わるようです。大麦由来の水溶性食物繊維を1日当たり0.4g、3g、6g摂取する事によってそれぞれ14%、17%、20%の総コレステロールが減少しました。悪玉コレステロールは17~24%低下していました。さらに善玉コレステロール(HDLコレステロール)を9~18%増加させました。大麦由来の水溶性食物繊維を1日当たり0.4g、3g、6gでは分かりにくいので『押し麦』の量で調べてみました。文部科学省の日本食品標準成分表2015年版(七訂)によると押し麦100g中の水溶性食物繊維は6.0gだったので、押し麦で換算すると1日当たり6.7g、50g、100gを摂ると上記の効果が期待できます。



☆こんにちは！ 株式会社 千成 です☆

今年も大変お世話になりました



あれやこれやと慌ただしい12月。クリスマス、年末とあつという間に新年を迎えます。そして、お正月。お正月といえば「御節料理」です。最近は、簡単、豪華で美味しく、お値段もお手ごろとあって、年々人気となっています。弊社では毎年1月1日の昼食時には、御節料理を盛り込んだお弁当のご提供を行っております。是非ご賞味下さい。

黒豆の煮物

長寿と無病息災を願ったもの。

紅白かまぼこ

形状が初日の出の形に似ることから用いられる。紅白の色が縁起が良いとされる。

伊達巻

巻物(書物)に似た形から文化・学問・教養を持つことを願う縁起物。

栗金団(くりきんとん)

搦栗は「勝ち」に通じること由来。「金団」は金色の団子という意味で、金銀財宝を意味しており金運を願ったもの。

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
1123 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
郡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。安心な医療連携で
24時間あなた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
で機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

呉地区 【総合案内】 TEL.0823-21-2525

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、自然が豊かで静かな環境
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。
のどかな雰囲気や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・特技を発揮できる場の提供に努め、一人
一人と話しする機会を多く持ち、スタッフが足
マッサージを行うなど家庭的な雰囲気作りを心が
けています。短時間通所可。

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。
隣射しがいっぱい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

1 クリニックほほえみ 呉
◆重度認知症ケア
◆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。経営栄養可。
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、病医院や介護施設が隣接。
安心して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
ており、一日一日を楽しく過ごしていただ
けようという気持ちで大切に実業で
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
頂けるよう対応いたしております。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
触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。

呉市広古新開3丁目25-6 TEL.0823-71-4100