

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 株式会社
ほほえみ 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



ほほえみ ☕ 認知症 カフェ

シニアライフ・認知症・高齢者医療・介護
について一緒に語りませんか!



医療・介護 何でも相談会



リハビリ・筋トレ教室



講演会・セミナー



勉強会・脳トレ教室

etc...

ほほえみ☕カフェでお茶を飲みながら、「語り」「学び」ませんか。

年齢を重ねてもいつまでも住み慣れた地域で安心して生活が継続できる
よう、地域住民、専門職が気軽に集い、語り合える場所です。

介護が必要、認知症の方やその家族、介護をしている方、認知症に関心がある
方と相互交流で悩みごとなどを共有して、**介護のヒント**や**アドバイス**を
もらい自身の生活に役立てたり、**医師**や**専門職**による**相談・助言**等により認知症
の方と家族の孤立化防止や、地域で支えられる体制づくりを進めるカフェです。

飲み物も無料で提供させていただきますので、
ぜひ遊びに来てください。



ラ・ポルトほほえみリハビリ棟1Fにて

毎月**第2・第4木曜日**

13時30分から

広島市中区西平塚町7-3 ☎ (082) 541-2525

ほほえみ通信 3月号

《2024.2/29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

「節分祭」

寒さの中にも春の足音を感じる季節となり体調を崩しやすい時期ではありますがご利用者は今月もとてもお元気で行事に参加されました。まず午前中は、来月のひなまつりに向けて雛飾り作りを行いました。発砲スチロールを使いお内裏様とお雛様にちりめんの衣裳を着せ、桜の花びらで飾り付けをし、「お内裏様とお雛様の位置はどっちじゃったっけ?忘れとるわー」と昔を思い出しながら飾りつけを楽しまれておられました。午後からは「鬼退治」です。紅白玉を等身大の赤鬼と青鬼に向けて投げるとなんと本物の鬼が!!…これには皆様もビックリ!普段見られない表情がたくさん見られ思いきりストレス発散ができたようでした。



※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 デイサービス6F

「2月のお楽しみ会」

寒暖の差が激しく体調管理が大変な季節、そんな時こそ通所してくださっているご利用者様に楽しんでいただくこと「2月のお楽しみ会」と題し行事を行いました。午前中は節分にちなみ玉入れゲームです。赤・青・緑の手作りお面をかぶり、3チームに分かれカゴに玉を投げ入れます。他のチームのカゴに入れたり、得点がマイナスになったりと大熱戦!!最後は3チーム一丸となって真っ赤な輪で鬼退治「鬼は外～福は内～」皆様に福が訪れますよおに。午後からは、たこ焼き器を使ってチョコカステラ作りです。まん丸なカステラにチョコレートをディップし、思いおもいに飾りつけ。「わーかわいい!」「美味しそう」と声が聞こえてきました。いくら美味しそうでもつまみ食いはダメですヨ!フロア全体甘い香りと笑顔に包まれ、楽しく美味しい1日を過ごしていただきました。



※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 デイケア

「2月のお楽しみ会」

2月13日火曜日に行事、2月のお楽しみ会を行いました。午前中に、節分にちなんで鬼の絵に向かって皆様お1人ずつボールを投げただき、鬼の絵のお腹、大当たりに向かって一生懸命投げおられました。鬼の面をかぶった職員さんにも投げられる方もおられ、皆様大変楽しそうでした。午後からは、おやつにロールケーキ、紅茶オレを召し上がっていただき、ご利用者様から、これ美味しいね、飲み物も良いね等の声が聞かれました。皆様笑顔が多く見られ良い一日だったと思いました。



※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 呉東

「節分会」

2月10日(土)、ほほえみ呉東では行事「節分会」を行いました。節分の鬼の壁飾りを製作しました。型紙に赤鬼の赤い毛糸、青鬼の青い毛糸をぐるぐると巻き付け、角と目、鼻、口のパーツを貼り付け、扇形の台紙に貼り付けると完成です。皆様同じ物で作っていただいているのですが、顔のパーツを貼る向きによってタレ目の鬼、への字の口を上向きに付けられてニッコリ笑顔の鬼、上を向いた鬼など個性が沢山の色々な表情の鬼が出来上がりました。「笑った鬼もかわいいわね」「私もそこに貼れば良かったわ」など楽しそうに製作をされていました。おやつには2月はバレンタインと言うことで「ココアババロア」を食べました。皆様の笑顔と笑い声に溢れた楽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

「節分と『春の訪れ』」

2月ほほえみ呉中央では、豆まきと季節のおやつをいただきました。一年の厄払いを行い、鶯の練り切りを食べ「かわいいね」「おいしいね」と皆様言いながら美味しくいただきました。この練り切りは、山口県で一つひとついねいに手作業で作られているそうです。春の訪れを告げる鶯を見てご利用様は季節をかんじていただけたらと思います。



※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 呉安浦

「誕生日会」

ほほえみ呉安浦では、2月23日に「誕生日会」を開きました。ご入居者様方からお祝いの言葉をいただき、誕生日の方々はとても喜ばれていました。おやつの時間には、いちごやチョコレートなどいろいろなケーキを用意して召し上がっていただきました。「おいしい」と言われとてもすてきな笑顔が見られました。



※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 つばき

「節分祭」

厳しい寒さが和らいできて春の足音が近づいてきました。ほほえみつばきでは無病息災を願って豆まきを行いました。ご利用様をフロアに円を書くように集まっておいただき、両手に豆を持って準備万端。鬼が皆様の前に現れた瞬間一斉に投げ始めます。力を込めて「鬼は外」「福は内」と声を出しながら鬼に豆を投げ付けていきます。鬼は痛みに耐えられなくなり、そそくさと逃げていきました。鬼を追い払いしっかり身体を動かした後はバレンタインという事でロールチョコレートケーキを用意しました。ロールケーキが皆様の前に運ばれてきて「いただきます」鬼退治した後のケーキは美味しくお腹も満たされた節分になりました。



ほほえみ 広国際通り

「鬼退治をしよう」

2月といえば節分。ほほえみ広国際通りでは「鬼退治をしよう」ということで鬼のイラストを貼った紙袋をボーリングのピンに見たてたボーリング大会をしました。鬼に当たれば得点、桃太郎とその仲間にあたればマイナスとなるため、「こっちに投げた方がいいかね」「あっちに投げたらダメじゃね」など、考えながら楽しまれていました。片麻痺の方はボールを蹴ったりして楽しめました。久しぶりにボーリングをした…という方もおられ、皆様に楽しんでもらえました。



※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

「節分&バレンタイン」

ほほえみ呉蔵本通りでは、節分を楽しむ会を行いました。各フロアに節分らしい飾り付けを行い、可愛くラッピングしたチョコや豆菓子をご入居者様にプレゼントさせていただきました。皆様、すごく喜ばれ直ぐに食べられる方や美味しいモノは後回しにされるご入居者様もおられ楽しいひとときを過ごしていただきました。



ラ・ポルトほほえみ・エクセレント

「移動ブティック」

ラ・ポルトほほえみでは「移動ブティック」のエヌ・スタイル様にお越しいただきました。ご希望のご入居者様には実際の洋服を手にとっていただきお買い物を楽しんでいただきました。移動ブティックエヌ・スタイルさんでは移動ブティックを集いの場・ふれあいの場、おしゃれはいつまでも心を明るくしてくれる「処方箋」のようなもの、だと考えられているとの事です。実際のお買い物の雰囲気が味わえ毎回大変好評をいただいております。



ほほえみ 矢野

「節分祭」

ほほえみ矢野では2月、「節分祭」を開催しました。各階対抗で別れて座っていただき、豆に見立てた、ボールやお手玉等を箸で摘み箱の中に入れるゲームを行いました。普段箸を使わない方は、玉を入れるのに悪戦苦闘、なかには手で掴んで直接入れる方もいらっしゃいました。その後、節分に関するクイズをおこない、ご入居者様と節分についての知識を深めました。



ほほえみ 安芸路

「桃の節句」

あっという間に2月の半ば、春の気配になってきたので早めに古式ゆかしい、ひな人形をフロアに飾らせていただきました。するとご入居者様がひな人形に集まって来られ、大変喜んでくださいましたと同時に桃の節句にまつわる、ご自分の幼少期の話や子育て中の話等たくさんの思い出話をとても鮮明に覚えておられ、話していただきました。それぞれが生きてこられた歴史が垣間見えました。



※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 広島西

「節分」

ほほえみ広島西では2月3日に節分にちなんだ行事を行いました。有料老人ホームでは、4年ぶりに節分の豆まきをしました。職員が新聞紙を丸めて豆を作り皆様にお渡しして準備万端!すると、どこからともなく鬼が現れ皆様の周りで暴れまわります。「鬼をやっつけろー」「早く投げて!」と職員の声掛けで皆様どんどん投げられました。たくさん用意した豆を全部投げつくし、鬼は逃げていきました(笑)グループホームでは、昼食に恵方巻をお出ししました。「今日は節分なのねえ、どっち向いて食べたらいいの?」などと会話も弾み、鬼のお面と一緒に写真を撮りました。お面をかぶり鬼になり切ったポーズの方もいらっしやり大爆笑でした。



ほほえみ 井口

「野菜トランプで絵合わせをしよう！」

まだまだ寒い日が続いていますが、施設内のフロアでは拍手喝采でとても暖かい時を過ごしていただきました。ほほえみ井口では、野菜トランプで絵合わせゲームを行いました。トランプの神経衰弱と同じやり方です。数字の代わりに野菜の絵柄を合わせるゲームです。1組2~3人の3組でゲーム開始。初めは「よく分からない」と言われたご入居者様も「やってみたら面白いね」となかなか辞めようとされません。野菜トランプは初めてすると言われるご入居者様も多く、皆様夢中になってゲームをされていました。「もう1回やろう!」何度も言われ、なかなか終われません。少し時間オーバーしましたが、皆様とても楽しまれた様子で私達スタッフも嬉しく思いました。



ほほえみ みゆき

「お雛様」

2月は寒暖の差が激しい日が多く、三寒四温で春の訪れを感じる日が多かったように思います。体調を崩しやすい時期ですが、今のところみゆきでは、コロナやインフルエンザの感染はなく、ほとんどの方がお元気に過ごされています。そんなご入居者の皆様に春の訪れを感じていただくこと、食堂やフロアの壁には、ご入居者様にも手伝って作っていただいた桜の花がいっぱいです!また、お雛様も1フロビーのご入居者様作成の本格的な雛人形に加え、3フロビーにはペーパークラフトの可愛いお雛様も飾りました。「お雛様は向かって右じゃない?」「関西は向かって左なのよ。」「私はたくさんのお雛様を三越に見に行ったの。」等、お雛様の話で盛り上がっています。女性はやはりお雛様が大好きですね。



いちご



ほほえみ 長寿の秘訣



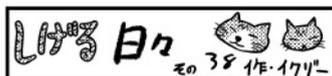
薬剤師
川崎 孝明

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能に驚き現在勉強中。
合気道 初段

vol.97 | 連載終了のお知らせ

読者の皆様へ、私の連載が終了しましたことをお知らせいたします。2016年4月から開始して7年11ヶ月の間、多くの方々に記事を読んでいただき、心から感謝しております。残念ながら、私は他のプロジェクトに参加するため連載を終了することとなりました。連載期間中、たくさんの御声援や御意見をいただきました。皆様の温かいお声掛けが私の原動力となり、長期間の連載を続けることができました。本当にありがとうございました。連載は終了しましたが、私は新しいプロジェクトである笑み活に取り組んでまいります。これまで以上に成長し、皆様に役立つ情報をお届けできるよう努めて参ります。以下のサイトで再びお会いできることを心待ちにしております。

笑み活for revival(復活のため)
<https://hohoemi-gekidan.net/>



☆こんにちは！ 株式会社 千成 です☆



もうすぐ春ですね！

「1月は行く」「2月は逃げる」「3月は去る」と言われるように、特にこの3ヶ月は時が経つのがとても早く感じられます。今回は春が旬の食材「菜の花」についてお話します。菜の花はお食事でご提供している一品にあり、特にこの時季が「旬」真っ只中です。

<栄養>

カロテン、ビタミンB1、B3、ビタミンC、カルシウム、鉄分、食物繊維などが豊富。

<目利き・保存>

つぼみの部分が、やわらかくて美味しいので、花が開いていないものを選びましょう。茎の切り口がみずみずしく、緑の濃いものが良品です。

<菜の花の調理>

豊富に含まれるビタミンCは水溶性なので、茹ですぎや水のさらし過ぎに気をつけましょう。また、油と一緒に食べることでカロテンの吸収率を高めることができます。

<保存方法>

その日のうちに食べられないものは、湿らせた新聞紙かキッチンペーパーに包んで冷蔵庫の野菜室で保存すれば2~3日は日持ちします。日々のお食事でも、菜の花や筍、ふきなど春の食材をご提供します。春の味を楽しんで下さい。

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
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
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

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
つくり取り組んでおります。

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。
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ごして
頂けるよう高齢者への気持ちを中心に笑顔で
対応することを心がけております。

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ごして
頂けるよう高齢者への気持ちを中心に笑顔で
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
けるよう高齢者への気持ちを大切に笑顔で
対応させていただきます。

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。

呉市広古新開8丁目25-6 TEL.0823-71-4100

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
境の中で充実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
海が一望でき、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
■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。
趣味・特技を発揮できる場の提供に努め、一人
一人と会話する機会を多く持ち、スタッフが定マ
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。
陽射しがいっぱい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