

いきいき

今号のテーマは
「みんな健やか！」



住み慣れた我が家のような安心感

小規模多機能型居宅介護「はっぴいはうす参番館」

4月にオープンした「はっぴいはうす参番館」。住み慣れた近隣地域で、家庭に近い環境と馴染みのスタッフによる介護サービス（送迎・入浴・食事・生活訓練など）が利用できる施設です。認知症の方を含め、個々の状態に応じた「通い」「泊まり」「訪問」のサービスが受けられます。どうぞ、気軽にご相談ください。

- 住 所／熊本市三郎1丁目1-80
 - 利用条件／要支援～要介護5の方までご利用可能です。
(重介護が必要な方、車イスの方もお問い合わせください)
- ☎ 0120-125-253

幸せってどこにある？

ピュア・サポートグループ代表

小山 敬子

4月から後期高齢者医療制度が始まりました。また、現役世代(40歳以上)の健康診断、保健指導の仕組みも大幅に変わります。私達のような医療・福祉のプロですら、「なんじゃこりゃ?」と思うほど、今までとは違うものになります。こんな風に国民を追い詰めたら、みんな益々元気が無くなってしまふのに、お上はそれが解っていない! 国民としては大変困ったことです。

しかし、愚痴を言ってもしょうがありません。それよりも、私達だけでも元気に幸せになりましょうよ。幸せってどこにあると思いますか? それは自分の心の中。自分の中にあるのだから、他の誰にも侵されない自由なものです。そのことに皆で気づきましょう。

病気になっても、介護が必要になっても、それを支える立場になっても、幸せはあなたの心の中で、きらきら輝くものなのです。

4月4日には、【ファイン】のお客様が錦ヶ丘公園へお出掛け。園内に咲き誇る満開の桜の下をご家族とご一緒に散策しながら、水入らずの時間を過ごされました。その後、尾ノ上地域コミュニティセンターでお弁当タイム。ボランティアの鳥濱さんによるトランペット演奏もあり、「荒城の月」などの懐かしい曲が吹かれると、メロディに合わせて口ずさむお客様もおられました。



桜をバックに鳥濱さんの見事な演奏が響く！



最後は参加者全員で記念撮影。「バンザ〜イ！」

桜の下で笑顔の輪も満開に！

スタッフの出し物に大興奮の生徒さん



7町内の皆様の花見は武徳殿で開催



お花見シーズン真っ盛りの3月下旬から4月初旬にかけて、【ピュア・サポートグループ】の各施設でもお出掛けを兼ねたお花見を行いました。4月2日には、【おとなの学校】本校通所の生徒さんとそのご家族が延命庵に集い、美味しいお弁当とスタッフの出し物で楽しいひと時を満喫。また、この日は尾ノ上校区7町内の花見も同時に開催され、カラオケなどで盛り上りました。

手打ちソバの実演と試食

【おとなの学校】本校の入所・通所の生徒さんを対象に、3月23日「ソバ教室」を開催。ソバ作り指導を行うボランティアの魚住真一さんは、「地域や施設で手作りソバの良さを伝えていきます。北海道産のソバ粉のみを使用するため、香りも味も抜群です」と説明。40分かけて、こねる・のばすなどの作業を見学した皆様は、茹で上がったソバを試食。「麺類は久しぶり「美味しい！」と満足気な表情でした。



「新鮮なソバ粉は香りがいい」との説明に納得の皆様

「生き方革命～生きる力を支えよう！」

平成20年度PSG事業計画発表会

3月28日、平成20年度のピュア・サポートグループ事業計画発表会をサンパレス熊本で開催。地域の方々、役員、職員を前に小山敬子代表が年度テーマ「生き方革命～生きる力を支えよう！」に沿った事業計画を説明。また、各施設の責任者も年度目標を発表しました。出席された地域の方は「医療・福祉・介護全般の施設が揃っているので校区住民も安心です。職員も年々成長していますね」と話しておられました。



小山代表の話に耳を傾ける出席者

自然野菜ランチで健やかに

ファイブ 管理栄養士 前田 美佐

【ファイブ】ではお客様の食事の材料を厳選し、可能な限り無農薬・有機野菜なども使っています。さらに、緩和ケア病棟の方には月に2回ほど、徹底して自然食にこだわった献立を提供。皆様から「美味しくていつもより食が進む」と喜ばれています。今回は「自然野菜ランチ」を例に、お客様の生きる力を支える栄養部の取り組みをご紹介します。

《3月13日の献立・500kcal》

5分づきご飯・野菜サラダ・長ネギのピザ・ポテトコロケ・ニンニク葉のオリーブオイル炒め・味噌汁・なます和え



自然野菜ランチは第2・4木曜日、「カフェソーレ」のランチタイムに限定10食(500円)を提供。前日昼までにフリーダイヤルなどでご予約ください(献立は毎回変更)。

【自然野菜ランチの特徴】

- 米と野菜はいずれも無農薬・無肥料の自然農法で栽培
- 味噌・醤油・酢は天然酵母による発酵や醸造(大豆は自然栽培)
- 水は長寿水(天然水)

自然栽培とは？

耕作地に農薬・肥料を一切使わず、太陽や水、土が持つ自然の力と種子本来の生命力で作物を栽培する農法です。【ファイブ】では地産地消を尊重し、自然栽培された七城産の米や御船産の野菜などを使用。また、食材の美味しさを生かすために薄味にこだわり、体の内部から元気になるような献立を心がけています。地域の皆様もぜひ、「自然野菜ランチ」をご賞味ください。

レストラン・カフェソーレ

- 営業/10:00~20:00
 - ランチタイム/11:00~14:00
 - メニュー/ドリンク(ハーブティ・コーヒー・ほうじ茶など)・軽食
- ※【フィットネス ファイン】のお客様にはカフェソーレのドリンク券を差し上げています。

委員会紹介 その①

【ピュア・サポートグループ】では、全体のレベルアップやお客様へのサービス向上のために、さまざまな委員会を設置しています。その活動内容をシリーズでご紹介いたします。

RM(リスクマネジメント)委員会

「起こったことへの対応」から「未然に防ぐ」へ

“リスクを把握してアクシデントを未然に防ぎ、顧客満足度の高いサービスの提供を目指す”との理念のもと、2001年に立ち上がったRM委員会。小山理事長を委員長とし、各事業所に小委員会とリスクマネージャーが置かれています。

「これまでは、お客様からの苦情など、起こったことへの対応が多かったのですが、今年度はお客様に“より安心・安全な場”を提供するために、スタッフ1人1人の“気付き”や“感性”を磨き、リスクを未然に防ぐことに力を入れています」と話すのは、同委員会の副委員長を務める【おとなの学校】本校の植木事務部責任者。



RM委員会の理念や活動内容について語る「おとなの学校」本校の植木事務部責任者

その一助にと、各事業所に月に1回程度、バラの花を配布。花の世話をすることでスタッフに感謝やいたわりの心を養うのが目的です。さらに、仕事で実際に起こり得る状況を想定して、注意力や観察力を向上させる「KYT(危険予知トレーニング)」にも取り組んでいます。

【NPO法人 ここへおいでよ】【社会福祉法人 照敬会】共同企業体は、熊本市指定管理業者として「熊本市 母子福祉センター」並びに「熊本市 夢もやい館」の運営を担っています。
新規講座の開設や親身な相談業務で来館者増に努めるほか、利用者の自主活動を促しています。

熊本市 母子福祉センター

ひとり親家庭や寡婦の方の就労支援を強化

【熊本市 母子福祉センター】は、ひとり親家庭や寡婦の方々の就業支援や福祉の充実に役立つ技能講習・教養・健康の各講座を開催。生活の安定につながる支援を行っています。また、児童健全育成・ふれあい事業では、親子料理教室や親子サッカー教室などに加え、父子家庭を対象とした料理教室なども実施しています。

平成20年度の新規講座(例)

技能習得講座

ホームページ制作能力評価資格取得講座 (定員14名)

簡単なホームページ制作・メンテナンス技術を学び、就職に役立てます。

習得期間 / 5月13日(火)～7月31日(休)[35回]、18:30～20:30(主に火・木・土曜)

申込受付 / 4月12日(土)～20日(日)

検 定 日 / 8月3日(日) 9:00～

健康講座

ノーバディーズ・パーフェクト(NPプログラム) (定員14名)

就学前のお子様をお持ちのお母様・お父様が対象です。安心して子育てを考え、語り合える場を提供します。父子家庭の方々のご参加もお待ちしています。

実施期間 / 10月 5・12・19・26日(主に日曜) 10:00～

11月 2・8・15・22日(主に土曜) 13:30～

申込受付 / 9月6日～ (母子家庭のみ)

実施期間 / 11月 2・8・15・22・30日(主に土曜) 10:00～12:00

12月 7・13・21日(主に日曜) 10:00～12:00

申込受付 / 10月4日(土)～ (父子家庭のみ)

実施期間 / 1月 8・15・22・29日(主に木曜) 19:00～21:00

2月 5・12・19・26日(主に木曜) 19:00～21:00

申込受付 / 9月6日(土)～ (母子家庭のみ)

児童健全育成／ふれあい事業

パパと一緒に★

食育をかねた身体に優しい料理づくりや、簡単なお菓子づくりを父子で体験!

料理教室 / 6月15日(日) 10:00～12:00 受 付 / 5月17日(土)～

お菓子づくり / 1月25日(日) 13:30～15:30 受 付 / 12月20日(土)～

親子で楽しむ野外スポーツも人気



《父子家庭のお父様へ》

「親子お菓子づくり」「簡単クッキング!」「親子サッカー」「パソコンで遊ぼう」「工作教室(伝承遊び)」などにも参加可能です。ぜひお問い合わせください。

《受講生のつどい(例)》



受講生による童謡



煎茶道講座の皆さんのお点前



平成20年度開講式の様子

自主サークルのご案内

利用者の方々が自主的に開催する講座は、教養を高め、仲間づくりに役立つと好評です。関心のある方は当センターまでお問い合わせください。

- 舞踊(週1回)
- コーラス(月2回)
- 気功(月2回)
- 着付け(月1回)
- 家庭料理(月1回)

熊本市 夢もやい館

健やかな毎日のために! 介護予防と子育て支援



介護予防トレーニング事業

健康運動指導士などが介護予防に役立つ各種トレーニングを指導。あなたの健康づくりをサポートします。
6～7月の講座や地域交流行事例をご紹介します。

講座名	6月	7月
【世代間交流事業】 多世代ふれあいタイム	室内ふれあい遊び	七夕会 お誕生会
おとなの食育	ピュア・サポートグループ管理栄養士が指導	ピュア・サポートグループ管理栄養士が指導
健康相談会	地域の介護専門スタッフによる健康相談	地域医療機関の医師による健康相談
いきいき健康教室	熊本市社会福祉協議会の講師による指導	ピュア・サポートグループ職員によるアロマ・リラクゼーション
短期講座		体力測定(3ヶ月に1回)
【サークル活動】 利用者による自主活動	あみもの(第2土曜) 卓球(月・木・金曜) 囲碁(随時) 俳画(金曜) ラージボール(第3木曜) 歴史講座(隔月)	あみもの(第2土曜) 卓球(月・木・金曜) 囲碁(随時) 俳画(金曜) ラージボール(第3木曜)
地域開放	〈対象〉 ●当館のご利用者 ●地域の皆様	夏祭り(平成19年7月は120名参加)



子育てつどいの広場

子育て中の方々が安心して集える「場」の提供と、専門家の協力による「サロン」や「セミナー」を開催。地域の方々の参加による多世代交流事業も活発です。

講座名	6月	7月
育児講座	北部保健センターより歯に関する指導	消防署による「救命法」指導
子育てサロン		つどいの広場 外部・専門講師が進行&助言
子育てセミナー	外部・専門講師が進行&助言(年3回)	
マミーストレッチ(月2回)	外部・専門講師が指導(ヨガ1回・バランスボール1回)	外部・専門講師が指導(ヨガ1回・バランスボール1回)
親子でリズムレクリエーション(月2回)	親子でリズムレクリエーション0～2歳向・2～6歳向	親子でリズムレクリエーション0～2歳向・2～6歳向
すくすくタイム	身体測定 親子交流会	身体測定 ベビーマッサージ
わくわくボランティアタイム	ボランティアによる遊びの紹介やおはなしタイム・専門家によるおはなしタイム	ボランティアによる遊びの紹介やおはなしタイム
誕生会		6～7月のお誕生者のお祝い会
多世代手づくり・ふれあいタイム	手ぬいで小物雑貨	
世代間交流事業	室内ふれあい遊び	七夕会
きらきら手作りタイム		知育おもちゃづくり

※手作り講座などでは、当館をご利用の方が指導に当たっておられます。



熊本市 夢もやい館 ☎ 096-338-3210 / FAX.096-338-8455 ■ 休館日/日曜・祝祭日 ※各講座の詳細は気軽にお問い合わせください

お問い合わせはフリーダイヤル ☎ 0120-125253 でお気軽にどうぞ!



和気あいあい「たこ焼き作り」 健軍校区 3 町内

2月27日の健軍3町内いきいきサロンでは、【カリリ庵】の平山社長が、骨粗しょう症について講話。普段の生活習慣や食事、適度な運動でできる予防法を紹介しました。また、後半は全員でたこ焼き作りに挑戦！ 手作りの味に舌鼓を打ちました。

ピュア・サポートグループ (PSG)の地域行事支援

地域行事を
お手伝い
します！



タガミマ〜キ

「脳の健康教室」説明会 尾ノ上校区 & 健軍校区



3月26日、くもん学習療法センター主催の「脳の健康教室」説明会が行われ、尾ノ上校区と健軍校区の皆様がご参加。講師の笠木先生が「簡単な計算や読み書きが脳の働きを高め、認知症予防に役立ちます」と実例を解説されました。

押し花で個性を発揮 健軍校区 2 町内



3月19日、健軍2町内ふれあいサロンが開かれ、【おおうらさんち】の松本介護士とボランティアの西原さんが、押し花を指導。思い思いの花を台紙にのせ、壁飾りを作られた皆様は、互いに作品を見せ合い、充実したひと時を過ごされました。

若さの秘訣はヨーガ 尾ノ上校区 4 町内



同町内で週に1回行っている「ヨーガの会」。前回、好評を博した【熊本市夢もやい館】の今村健康運動指導士が3月17日に、再び講師として招かれました。「若さのパロメーター」と言われる骨盤を柔らかく保つ運動を指導。皆様も心地よい汗をかきました。

健康長寿の秘訣は脳の元気!? 尾ノ上校区



4月17日の尾ノ上校区はつらつお達者サロンは、【ファイン】の溝部OTによる「いきいき脳リハビリ」を実施。20名以上の参加者は、体や心同様、「脳の健康」も大切との説明を受けた後、くもん学習療法の教材を使った脳のトレーニングを体験されました。

歌とおしゃべりは元気の源 月出校区



3月25日の月出校区ふれあいサロンには、【ピュア・サポートグループ】のボランティア 藤藤さんが登場！ 今回も「歌謡ショー」とユーモアあふれるトークで会場を盛り上げました。また、ご参加の皆様も「ふるさと」などの唱歌を、元気一杯に歌っておられました。

認知症予防に効果的な“脳トレ” 桜木東校区



3月20日に行われた桜木東校区にここサロンには、「くもん学習療法」を利用した脳のトレーニングを提案。【おとなの学校】本校の塩浜介護士から脳の仕組みや働きを学んだ皆様は、かな拾いテストや音読、書き取りなどを体験されました。

以上を介護責任者が関係部署のスタッフに伝えました。

- 《改善策》
- ①入浴準備の段階で、用意した着替えが他の方に混じらないよう確認を徹底する。
 - ②入浴後、洗濯物をバケツにいれる段階でも確認を徹底する。
 - ③ご家族の疑問については職員が再度、お詫びしました。

- 《対応》
- ご家族に、別の衣類が混入したことをお詫びしました。また、他のお客様の洗濯物がどうかを当日、担当職員に確認しましたが、17時の時点までは判明しませんでした(本校のネーム入りポロシャツが入っていたので、当施設の備品として用意したものと思われます)。
- ①ご家族からは「入浴中の責任者はいないので」「前回、敷物が無かったことを含め、洗濯物に関することが続いている…」「着替えの服は、ベッド横のタンスから出すと思うが、どうして混入の間違いが起きるのでしょ」「などの疑問が寄せられました。

- 《ご家族からの苦情内容》
- 2月29日午前10時45分にA様のご家族から電話で、「28日に洗濯物を持ち帰ったが、バスタオルと靴下だけのはずなのに、本校のネーム入りポロシャツが入っていた。どうして混入したのでしょうか」とお尋ねがありました。

今回は、「おとなの学校」本校に寄せられた苦情への対応と改善をご報告します。

リスクマネジメント委員会報告



成長したボク達を見て! ~発表会&卒園式~

今年は初の試みとして、【ここへおいでよ】の発表会と卒園式を合同で開催。発表会では、体操や歌、楽器演奏のほか、カード合わせや詩の朗読など知育の成果も披露した園児達。保護者やご家族から大きな拍手を浴びました。

卒園式では原田雄大君と森一樹君に卒園証書が渡され、逞しく成長した姿にご両親は目頭を熱くしておられました。また、卒園生の2人も先生達との握手では号泣! 小学校に行っても頑張ってね。

子ども達の発表をカメラやビデオに収めるご家族の皆様



感激の卒園式! 証書や先生からの贈り物は一生の宝物

NPO(特定非営利活動)法人
ココへおいでよ

公開ダイエット

「希望の★星★作戦」その②

タ イエット中の当グループ職員・山内&中田。順調な面と課題点が交差しています。改善に向けて筋トレの時間を増やし、適度な水分摂取で体内の老廃物を排出する指導を検討中です。皆様の応援をお願いします。

(【熊本市夢もやい館】健康運動指導士・今村 恵)



中田 祐介

現在+0.8kg
(体重+4cm)

運動内容

- 自宅でスクワット30回・風呂上りのストレッチ
- 週3回・自転車通勤は未達成
- 週3回・筋力トレーニング+有酸素運動は未達成



山内 美香

現在-5kg

運動内容

- とぎとぎ7000歩(方歩計使用)
- 週3回・筋力トレーニング+有酸素運動は未達成

野菜が嫌いで、肉・魚主体の食事です。運動がなかなか習慣となりません。職場が【おとなの学校】本校なので、健康(体)のことを考えて強制的にトレーニングすべきか、今村健康運動指導士と相談中です

食事は野菜中心、摂取量も減りました。3食中、1食は【カロリー庵】の弁当です。1月21日から禁酒(ちよっとイライラ...)。甘いものは誰かと一緒に摂り、食べ過ぎを予防。-5kgで顔のラインが少しほっそりし、姿勢もよくなりました

【カロリー庵】の弁当はここが違う④

食材の産地を確認、安全性にも配慮



■ 会合や会議などに最適のお弁当例 (配達・税込: 1,000円)

「おおうらさんちのおべんとう」の食材は、産地をきちんと把握するほか安全性にも留意。魚や野菜、米などの主要材料は県内産を基本にしています。また、可能な限り無農薬野菜を使い、素材本来のうま味を生かした薄味の健康志向。メタボリックシンドロームなどの生活習慣病を予防したい方や、肥満改善を目指す方にもお勧めです。さらに、煮物や和え物の汁気はしっかり切り、作りたての美味しさを保つようにしています。

有限会社 **カロリー庵**

お弁当に関するお問い合わせはフリーダイヤルで



“よか男”に囲まれご満悦のお客様

はっぴい実現委員会

“イケメン”に囲まれたシンデレラ

今回は女性のお客様にシンデレラ気分を味わっていただく企画を実施しました。2月14日のバレンタインデーには、お客様が手作りケーキを好きな男性スタッフにプレゼント。逆に3月13日にはカフェソールで“Barイケメンパラダイス”を開店し、男性スタッフがお客様をエスコート。さらに、カクテルやバラを捧げると皆様は「夢のよう!」と大感激でした。



ピュア・サポートグループは多彩な事業を展開し、地域の皆様に癒しと安心をお届け致します。

ピュア・サポートグループ

医療法人社団
大浦会

メディカルケアセンター ファイン

居宅介護支援事業所 ファイン

訪問看護ステーション ファイン

介護老人保健施設 おとなの学校 本校 (通所リハ・認知症通所)

メディカルフィットネス ファイン (疾病予防施設)

訪問介護ステーション 博寿園

認知症通所介護 おとなの学校 三郎校

コールセンター

小規模多機能型居宅介護 おおうらさんち(通い・訪問・泊まり)

社会福祉法人
照敬会

ケアハウス ゆいの家

特別養護老人ホーム 八角堂 (平成21年4月開設予定)

有料老人ホーム はっぴいはうす

小規模多機能型居宅介護 はっぴいはうす(通い・訪問・泊まり)

小規模多機能型居宅介護 はっぴいはうす参番館(通い・訪問・泊まり)

訪問介護員養成事業【ヘルパー養成講座】

有限会社
カロリー庵

配食(おおうらさんちのおべんとう)・病院食 など

有限会社
ケアベース

ピュア・サポートグループ事務局・不動産管理 など

ホスピケアホーム ファイン (長期介護・看取りなど)

高齢者優良賃貸住宅 はっぴいはうす貳番館

高齢者優良賃貸住宅 はっぴいはうす五番館 (7月開設予定)

NPO 法人 ここへおいでよ

ここへおいでよ (保育・知育・学童保育)

NPO 法人 ここへおいでよ
社会福祉法人 照敬会 共同企業体

熊本市夢もやい館 (熊本市指定管理業者)

熊本市母子福祉センター (熊本市指定管理業者)

各事業のお問い合わせ・ご注文はコールセンターへどうぞ!

いつも にこ にこ さん

0120-125253