

ライフケア大手門 グループホームの理念

私たちは、ご入居者とそのご家族が、毎日を安心して生活出来るよう介護を通して支援します。
そのためにご入居者の背景を尊重して、ご家族と一緒に継続した支援を行います。
また、私達スタッフは互いに声を掛け合い、協力体制をとりながら、共に成長し合える関係づくりに努めていきます。



みなさん、こんにちは!桜が満開の季節を迎え、街中が桃色に染まり、春の訪れに胸が弾んでいるところです。令和7年度はじめの通信は、ホーム主任の河野よりお送りさせていただきます。この通信では、ふた月分のホームの様子についてお写真を掲載しているのですが、もう載せきれないほどの活動と、たくさんの笑顔が写真に収められており、皆さまにお伝えしたいものばかりで、選ぶのがおもしろいと思いつつ作成をしています。

この3月、私たちの法人【桜花会】は開設から25周年を迎えました。本当にたくさんの方のおかげで、今の桜花会があり、歴史を確実に刻みながら、ますます活気あるグループホームへと進化してきていることを、本当にうれしく思います。ライフケア大手門では、毎年3月に【創立記念寿司食会】を行い、ご利用者の皆様と一緒にお祝いをしています。みなさんお寿司は大好きで、おいしそうに頬張られ、3回おかわりされる方々もいて、楽しんでいただけました。他にもホーム内では、おいしい企画も盛りだくさんで、魚屋さんからお刺身をとったり、大濠公園向かいにある“La brioche”さんから調達してのパンバイキング、ひなまつりには荒戸にある“KURUMI”さんからひなまつりのケーキをとりました。花見イベントでは、港にある“すし幸”さんからお弁当をとり、舌鼓されました。

全体レクリエーションでは、年中行事にあわせたおやつを作って季節を感じてもらったり、ボーリング大会や、雪だるまを手芸で作ったりしました。現在、ホームでは、「したい・食べたい・行きたい」が叶えられるよう、ご入居者お一人お一人の想いに耳を傾けながら、個別支援にも取り組んでいます。うどんマップを観て「このうどん食べたい!」誰かを想って「贈りものをしたい」、「西公園に毎日行っていたのよ」「ビールが大好きなの」などなど、各ご入居者に個別に対応しています。小出しのハッピーがたくさん起きるようになるといいなあと運営しています。

先日、NPO法人福岡県高齢者グループホーム協議会で毎年行われている、フォトコンテストに【屋上カフェ】の様子の写真でエントリーしました。見事今年も受賞し、商品として「めんたいぴりり」というDVDが贈られました。当ホームの屋上カフェは、まだ2回の開催と試みの段階ではありますが、皆様の表情は格別で、これからも続けていきたいと思っています。



最後に、今年度は、ぐるーぷほーむ通信のなかで、みなさまの生活を支えてくれている訪問サービスの様子を紹介していこうと考えています。まずは、かかりつけの薬剤師さんの紹介からです。今年度も、みなさま是非ご拝読ください!

令和7年4月 介護主任 K・S

訪問サービスのご紹介①

かかりつけ薬剤師 花さくら薬局



さくら病院の隣にあります



居宅療養管理指導において、木曜日の午前中に訪問されています。お薬のセットや在庫管理、発注をしてくださっています。ほかにも、ご家族へ処方状況の報告をしたり、スタッフによる相談にも応じていただいています。

皆さんの声をお届けします♪

「子どもの頃、どんな遊びをしていましたか？」

Sa：田舎やから山のところの神社やお寺とか言って遊んでた。裏に山があって、山に行ったり。山の上から姫路のほうが見えてたの覚えてる。

Mina：おてまりが大きい小さいのありましたのね。父が絵の描いたおてまりを買ってくれて。お手玉を母が作ってくれてました。宙に手品みたいに遊んでましたね。輪ゴムを鎖のようにつないで、順番にしたり。

Te：縄跳びね。大縄跳び。回す方と飛ぶ方と両方。かくれんぼとか。家の裏の小高い丘に登ったり。あれが足腰鍛えたのかななんて思ったり。

巽：馬跳びやらしよったね。二人おって前の人丸くかかんで。そして交代で二人でやって。それとかビー玉とか。円を描いて一斉に入れていくわけですよ。2~3M手前で打つとれるわけ。パッチンとか。めんことはまた違う。5cmくらいやったかな。

Michi：わたしはね、うんあんまり覚えがないな。ビルにおったでしょ。家族が揃ってたから、何もせんでもおんなしビルの中にみんないるからお話できるし...勉強してたね。

Si：わっからんね。幼稚園からこう順番にいったら、小学校にあがったら全然違うよね。庭に線を引いて、ね、その線の中に、けんけんぱ、けんけんぱ。そんなに子供用品ないからね。

Ki：裏手の山のほう行ってね、花が咲いてるんですよ、それでずっと南に回れば、アサガオ。おじいちゃんおばあちゃんのところによく行ってた。おばあちゃんたちのそばにいたよ。

Hi：つり。川で。(釣れた魚は)フナ!

Misa：てまりつき。あんたかどこさ♪ひごさ♪~~さのよいよい!(最後まで歌う)

運営推進会議へのご参加ありがとうございました。
準備や進行は、ご入居者のみなさんで行いました！



バレンタインデーは、みんなでトリュフを作りました！好きな味でデコレーションしました。



ひなまつり♪

この時期は毎年桜もちをみんなで作ります。今年は道明寺。長命寺桜もちのほうが好きな方はおられますか？桃の節句当日には、ちらし寿司をいただき、紙コップを使った製作や、“KURUMI”さんのひなまつりケーキでお祝いしました♪



毎月恒例カラオケ教室♪



書道教室♪



節分

恵方巻を作って、豆まき♪
鬼はそと～！福は内！



お彼岸はみんなでぼたもちを作りました♪



大好きなビール！居酒屋さくらオープン♪



おやつにどら焼きを作りました♪



ミスタードーナツでおやつタイム♪



毎年恒例、桜花会創立記念寿司食会♪



みんなで、お稲荷さん作り♪



パンバイキング♪



日頃の様子♪

朝の集いの開式の言葉はご入居者が担当しています。

便秘解消運動を取り入れています。

子芋(里芋)の皮なんてよう剥いてたわ!



「足がつる…その原因と対策とは?!」

ニューサポコラム 第24回

★株式会社ニューサポート様より★

よく皆様から「足がつる」という声を聞きますが、別名「こむら返り」とも呼ばれ、筋肉が急激に収縮して痛みを感じる状態です。なぜ足がつるのかを知り、日頃から対策をすることで足がつらなくなる可能性があります!原因は以下のようなことが考えられます。

①水分不足:体内の水分やミネラルのバランスが崩れると、筋肉の収縮や弛緩がうまくいかなくなります。

(対策)日頃から水分を摂るように心がける必要がありますが、スポーツドリンクなどでミネラルの補給を意識することも大切です。

②カラダの冷え:カラダが冷えると、血流が悪くなり、筋肉に十分な栄養や酸素が届かなくなります。特に、寝ている時に足先が冷える状態では、足がつるリスクが高くなります(対策)寝る前に湯たんぽや電気毛布などで足先を温めてあげましょう。急激な寒暖差に注意して冷房や扇風機の風に当たらないようにしましょう。

③筋肉の疲労:長時間の立って作業をしたり、歩いたりすると筋肉に負担がかかり乳酸などの老廃物がたまりやすくなります。乳酸などの老廃物が筋肉の収縮を妨げて、足のつりを引き起こすことがあります。(対策)就寝前に軽くストレッチを行い、ふくらはぎや太ももの筋肉を伸ばすようにしましょう。

