

スタッフ向けインフォメーション 7.8月			
研修・会議名	日 時		場 所
採用時研修	—————	8/1(木) 9:00～18:00	オンライン研修
部門別研究会(グループホーム)	7/2(火)10:00～11:00	8/6(火) 10:00～11:00	オンライン会議
部門別研究会(デイサービス・リハサロン)	7/17(水) 18:00～19:00	8/21(水) 18:00～19:00	オンライン会議
部門別研究会(訪問介護)	7/12(金)17:00～18:00	8/16(金) 17:00～18:00	オンライン会議
ケアマネ研修会	7/18(木) 9:00～11:00	8/15(木) 9:00～11:00	オンライン会議
食事研究会	7/17(水)16:00～17:00	8/21(水) 16:00～17:00	ぽれぽれ学園前レジデンス
キャリアアップ研修(ひまわりの会)	7月初旬～視聴	8月初旬～視聴	各事業所
業務改善会議	7/19(金) 9:15～11:30	8/19(月) 9:15～11:30	オンライン会議
登美ヶ丘事業所会議	7/19(金)16:00～17:00	8/19(月) 16:00～17:00	ぽれぽれ登美ヶ丘
秋篠事業所会議	7/19(金)15:00～16:00	8/19(月) 15:00～16:00	ぽれぽれ秋篠
四条大路事業所会議	7/19(金)13:00～14:00	8/19(月) 13:00～14:00	ぽれぽれ四条大路
中和・樫原事業所会議	7/1(月)13:00～14:00	8/5(月) 13:00～14:00	オンライン会議
管理者会議(うねび会)	7/19(金)10:15～12:00	8/19(月) 10:15～12:00	ぽれぽれケアセンター白檀
マネジメント研修(うねび会)	—————	8/19(月) 17:30～18:30	ぽれぽれケアセンター白檀
財務会議	7/30(火) 9:30～11:30	8/30(金) 9:30～11:30	オンライン会議

Q

介護保険のサービスを利用したいのですが。

A

まず、要介護認定を受ける必要があります。ご本人またはご家族が、お住まいの地域包括支援センターや、市町村の窓口に要介護認定の申請をします。調査員が家庭等を訪問し、心身の状態などについて聞き取りします(認定調査)。申請日から約30日以内に結果通知が届きます。ケアマネジャーが代行申請することも可能です。各事業所までご相談ください。

高 齢 者 の 暮 ら し 相 談

毎月第4土曜日
10:00～17:00 各事業所にて

「一人で入浴するのが怖く
なってきた」
「できる限り自宅で暮らして
いきたい」等
どんな些細なことでも
ご相談ください。

その他いつでも
下記、お問い合わせ先まで
ご相談ください。

お 便 り コ ー ナ ー

お便りはこちらまでお願いします。fax.0742-43-3343 E-mail : info@porepore.co.jp

「ぽれぽれグループ」概要

- 【理念】「尽道楽生」～ゆっくり、楽しく、一緒に～
- 【方針】 ①質の高いサービスの提供 ②王道をいく
- ③「考える」「学び合う」「実践する」組織
- ④地域に開かれた組織 ⑤発展的、継続性ある組織

株式会社 ひまわりの会

【代表取締役】酒井 建次

【本社】〒631-0004 奈良県奈良市登美ヶ丘2-2-15 TEL.0742-53-4165

ぽれぽれ学園前レジデンス

住宅型有料老人ホーム

〒631-0004 奈良市登美ヶ丘4丁目8番3 TEL.0742-53-7088

ぽれぽれ登美ヶ丘

グループホーム・訪問介護・デイサービス・居宅介護支援

〒631-0004 奈良市登美ヶ丘2丁目2番15 TEL.0742-30-5515

ぽれぽれ四条大路

居宅介護支援・グループホーム・サ高住・デイサービス・リハサロン

〒630-8014 奈良市四条大路2丁目860番1 TEL.0742-30-5314

ぽれぽれ秋篠

訪問介護・デイサービス

〒631-0814 奈良市秋篠三和町1丁目1番21 TEL.0742-30-5420

ぽれぽれ中和

デイサービス

〒634-0061 橿原市大久保町332番地2 TEL.0744-28-6560

ぽれぽれ橿原在宅支援相談センター

居宅介護支援・訪問介護

〒634-0051 橿原市白檀町2丁目29番8 TEL.0744-28-6561

お問い合わせ先

受付時間(日曜日を除く)
9:00～17:00 ☎ 0120-532-315

社会福祉法人 うねび会【理事長】酒井 宏和
【法人本部】〒634-0823 奈良県橿原市北越智町322番地

ぽれぽれケアセンター白檀

・なごやかホーム(地域密着型特別養護老人ホーム)
・グループホーム ・ショートステイ
・リハビリ強化型デイサービス ・街の介護相談室
・認可小規模保育事業 ・家事支援(ぽれぽれ生活支援隊)
〒634-0823 橿原市北越智町322番地
TEL.0744-28-6511

ぽれぽれ白檀コンフォート

住宅型有料老人ホーム

〒634-0823 橿原市北越智町321番地
TEL.0744-28-6528

ぽれぽれ八木西スクエア

・リハビリ強化型デイサービス・訪問介護
・ケアプランセンター・街の介護相談室・地域交流スペース
〒634-0811
橿原市小綱町11番地7 TEL.0744-22-2256

ぽれぽれケアセンター青山

ケアプランセンター
・住宅型有料老人ホーム・訪問介護・リハビリ強化型デイサービス・コミュニティカフェ
〒630-8101 奈良市青山4丁目3番地3
TEL.0742-20-0200 FAX.0742-20-0201

お問い合わせ先

受付時間(日曜日を除く)9:00～17:00
☎ 0120-508-085

FROM ぽれぽれ

～ゆっくり たのしく ごいっしょに～

私たちは地域に根差した介護事業を展開する
「株式会社ひまわりの会」「社会福祉法人うねび会」を運営するぽれぽれグループです。
皆さま、スタッフのためのインフォメーション誌「FROMぽれぽれ」を隔月に発行させていただいています。
また、ぽれぽれホームページ(http://www.porepore.co.jp/)も合わせてご覧いただければ幸いです。

令和6年
7.8月
175号

「外出するきっかけ作りを大切に」

ぽれぽれ橿原在宅支援センター
マネジャー
佐田尾 良

ぽれぽれ橿原在宅支援相談センターは橿原市白檀町2丁目の商店街の中にあり、近くにスーパーや銀行、郵便局と日常生活の中心的な場所にあります。

当センターには、「足腰が弱ってきて買い物に行けなくなった」といった相談が増えてきています。最近では落ち着きつつある新型コロナウィルス感染症ですが、猛威を振るっていた3年のあいだ、不要不急の外出は避けて自宅で安静にされていたという方が多くおられます。

高齢社会白書によると、要支援1・2のような軽度の方々が必要介護状態になる原因として、「高齢による衰弱」「関節疾患」「骨折・転倒」が約半数を占めているといわれおり、「膝痛・腰痛」がある方や、「骨折・転倒」を起こした方は、体を動かす機会が減ることで、筋力が衰えたり骨がもろくなり、

体の機能が低下して動けなくなる可能性があります。この心身の機能低下を防ぐためには体を動かすことが非常に大切です。

当センターでは、家から一歩外に出ることがリハビリと考え、外出するきっかけ作りを大切にしております。そして、リハビリ目的で外出する場所の一つにデイサービス(通所介護)があり、体験利用を通じて、自身に合ったデイサービスにつなげるお手伝いをしております。また、掃除や買い物などの日常生活のお困りごとの相談を受けたり、必要に応じて介護保険の申請代行もさせて頂いております。

ぽれぽれ橿原在宅支援相談センターでは、皆さまの悩みや不安を受けとめ、一緒に考え解決できるように努めています。

広報誌「FROMぽれぽれ」 ご愛読、ありがとうございます。



株式会社ひまわりの会
総務課
藪井 奈穂

日頃は、広報誌「FROMぽれぽれ」を、ご愛読下さいまして誠にありがとうございます。

FROMぽれぽれの制作を担当するようになり、今年で4年になりました。

以前は、デザインから印刷まで外注していたのを、自社で制作することになり、当初は久しぶりのデザインの仕事と印刷部数の多さに不安と緊張の日々でした。制作しながら、自宅での勉強と思い起こしながらの制作に、悪戦苦闘の日々でした。

そんな時、各事業所でのご利用者とのイベント、クッキング、外出先の写真や原稿を読ませて頂き、ご利用者の日々の生活は、とても活動的で、心が和みました。制作にも、その雰囲気を表現したいという思いが高まり、楽しく和やか

な雰囲気のデザインや配色を心がけ制作しています。どなたにでも、FROMぽれぽれを手にとって頂き、各事業所の楽しく和やかな雰囲気がFROMぽれぽれから、読み取って頂けたら、とても嬉しいです。

今後も、ぽれぽれのサービスやスタッフの取り組みが伝わるような紙面をデザインしてまいりますので、ご愛読宜しくお願いします。



SDGs

SDGs取組
1



「世界中にある環境問題・差別・貧困・人権問題といった課題を、世界のみんなで2030年までに解決していこう」という計画・目標の事です。

大げさな事は出来ませんが、仕事の時に持って行くお弁当のおかずを入れるカップを、洗って何度も使えるシリコンの物にしたり、水筒を活用してペットボトル飲料を出来るだけ買わないようにしています。

買い物にはエコバックを使用。家では温度計で気温を確認してエアコンを使用しています。17の目標全てとはいきませんが未来のためコツコツ続けていきます。

富濱 あずさ(ぽれぽれ八木西スクエア)



『見えない菌を見てみよう』



ぽれぽれ
八木西スクエア
デイサービス
森本 和成

◎細菌【感染型】・・・摂取した原因菌が腸管内で増殖することが原因

- ①サルモネラ菌の対策は75℃以上1分間加熱する。
- ②腸炎ピリオの対策は魚介類は真水で洗う。冷蔵庫で保管。60℃10分間の加熱で死滅する。

◎細菌【毒素型】・・・食肉内で原因菌が増殖し、産生された毒素を採取することが原因

- ①手指の洗浄、調理器具の洗浄殺菌、直接食品に触れない。
- ②容器が膨張している缶詰や真空パック食品は食べない。
- ③室内に放置せずに調理後は、8℃以下又は55℃以上で保存する。

◎細菌【生体内毒素型】・・・摂取した原因菌が腸管内で増殖し毒素を産生することが原因

- ①加熱調理食品の冷却は速やかに行う。
- ②腸管出血性大腸菌は、75℃で1分以上加熱する。
- ③アニサキスの対策は70℃以上で加熱、目視確認、マイナス20℃以下で24時間冷凍が必要となる。

注意を払い除菌・消毒を実施しなければならない場所は、居室においてはベッド柵、トイレ手摺り、トイレリモコン、居室点灯スイッチ、入口扉周辺です。
また食事前のテーブルをクリン・キーパーで除菌した後、水拭きで仕上げます。ご利用者においても、食事前の手洗い手指消毒が大切です。



◎感染成立の3要因と感染対策

感染症は①病原体(感染源)②感染経路③宿主の3つの要因が揃うことで感染する。感染対策においては、これらの要因のうちひとつでも取り除くことが重要です。特に「感染経路の遮断」は感染拡大防止のためにも重要な対策となる。



感染対策 の 基礎知識

◎高齢者施設における 感染制御の基本

- ①病原体を持ち込まない
- ②病原体を持ち出さない
- ③病原体を拡げない

◎施設内での職員間の感染率が 高い場所と部位

休憩室が一番感染リスクが高い。唯一マスクを外し食事等をする場所(黙食要)多数が集まる密集場所 間近で会話や発生をする密接場所 換気が悪い密閉空間 手指消毒を行った後に指先で目の粘膜や鼻の粘膜を触ると感染するので注意要。

介護職員初任者研修

介護職員初任者研修を終えて

人やマネキンを使って繰り返し更衣介助や移乗介助の練習をしました。ご利用者の事を考えて、患側に負担がかからないような更衣介助を心がけるようになり、腰への負担が少ない移乗の仕方なども出来るようになりました。ご利用者に最高のサービスを提供できるよう、沢山経験を積みながら次の実務者研修に向けて取り組んで行きたいと思います。

貴重な経験をありがとうございました。

ぽれぽれケアセンター白檀デイサービス 前 沙貴



登美ヶ丘 インフォメーション

7月は、七夕行事があり、笹に願い事を書いた短冊を飾ります。世界平和や健康など
思い思いに書いて祈願をします。

8月は、夏祭り行事があり、スイカ割りや盆踊りをし雰囲気を楽しんでいただけるよう飾り付けなどを工夫しています。

ぼれぼれ登美ヶ丘デイサービス 阿部 ひろえ

デイサービス外出・行事予定

令和6年 7月			
1(月)	室内ゲーム(七夕飾り付け)	16(火)	大仏鉄道公園
2(火)	室内ゲーム(七夕飾り付け)	17(水)	竹林園
3(水)	室内ゲーム(七夕飾り付け)	18(木)	飛鳥カントリー～王龍寺
4(木)	室内ゲーム(七夕飾り付け)	19(金)	歌いましょう
5(金)	室内ゲーム(七夕飾り付け)	20(土)	恭仁京
6(土)	室内ゲーム(七夕飾り付け)	21(日)	※
7(日)	※七夕	22(月)	平城宮跡～東院庭園
8(月)	九条方面(蓮の花)	23(火)	奈良公園
9(火)	九条方面(蓮の花)	24(水)	木津川方面
10(水)	九条方面(蓮の花)	25(木)	いろどりの森公園
11(木)	九条方面(蓮の花)	26(金)	ふろーらむ
12(金)	音和会	27(土)	獅子が丘方面
13(土)	九条方面(蓮の花)	28(日)	※
14(日)	※	29(月)	理美容
15(月・祝)	祝日 海の日	30(火)	緑の森文化園
		31(水)	室内ゲーム

令和6年 8月			
1(木)	夏祭り飾り作り	16(金)	室内ゲーム
2(金)	夏祭り飾り作り	17(土)	室内ゲーム
3(土)	歌いましょう	18(日)	※
4(日)	※	19(月)	木津川方面
5(月)	夏祭り飾り作り	20(火)	飛鳥カントリー～王龍寺
6(火)	夏祭り飾り作り	21(水)	奈良公園
7(水)	夏祭り飾り作り	22(木)	高山方面
8(木)	室内ゲーム	23(金)	平城宮跡～東院庭園
9(金)	音和会	24(土)	竹林園
10(土)	ゲーム	25(日)	※
11(日・祝)	※山の日	26(月)	理美容
12(月・振)	※振替休日	27(火)	歌いましょう
13(火)	室内ゲーム	28(水)	作品作り
14(水)	室内ゲーム	29(木)	作品作り
15(木)	夏祭り	30(金)	作品作り
		31(土)	作品作り

※お買い物レクや回転寿司での昼食等も順次取り入れていく予定です。

学 園前レジデンス インフォメーション



七夕飾り



七夕飾りを作成し入居者の皆さまと一緒に七夕の飾りつけを行います。短冊に願いを込めて、、、願いが叶いますように。

8月の夏祭りに向けて盆踊りを練習する予定です。盆踊りの先生に来ていただき本格的に練習を行います。本番を楽しみにして下さっています。

夏祭り



四 条大路 インフォメーション

◆デイサービス

熱中症アラートが出る真夏日には外出せず、水彩画に取り組みました。久しぶりに握る絵筆に

少し緊張した面持ちでしたが、昔を思い出したようで、色づいていくお花に笑顔になられていました。

ぼれぼれ四条大路デイサービス 木村 京美

デイサービス外出・行事予定

令和6年 7月			
1(月)	長弓寺	16(火)	正暦寺
2(火)	室内レクリエーション	17(水)	斑鳩方面
3(水)	長弓寺	18(木)	室内レクリエーション
4(木)	正暦寺	19(金)	天理方面(向日葵)
5(金)	正暦寺	20(土)	天理方面(向日葵)
6(土)	郡山方面(蓮)	21(日)	休み
7(日)	休み	22(月)	天理方面(向日葵)
8(月)	郡山方面(蓮)	23(火)	天理方面(向日葵)
9(火)	郡山方面(蓮)	24(水)	奈良公園(百日紅)
10(水)	室内レクリエーション	25(木)	奈良公園(百日紅)
11(木)	生駒山麓公園	26(金)	室内レクリエーション
12(金)	生駒山麓公園	27(土)	護国神社
13(土)	奈良市内	28(日)	休み
14(日)	休み	29(月)	生駒山麓公園
15(月・祝)	正暦寺	30(火)	生駒山麓公園
		31(水)	斑鳩方面

令和6年 8月			
1(木)	奈良公園(百日紅)	16(金)	護国神社
2(金)	奈良公園(百日紅)	17(土)	護国神社
3(土)	白川ダム	18(日)	休み
4(日)	休み	19(月)	京阪奈方面
5(月)	白川ダム	20(火)	京阪奈方面
6(火)	室内レクリエーション	21(水)	恭仁京
7(水)	奈良市内	22(木)	室内レクリエーション
8(木)	天理方面	23(金)	奈良市内
9(金)	天理方面	24(土)	恭仁京
10(土)	城址公園	25(日)	休み
11(日・祝)	休み	26(月)	高円山ドライブウェイ
12(月・振)	城址公園	27(火)	高円山ドライブウェイ
13(火)	観音寺	28(水)	正暦寺
14(水)	室内レクリエーション	29(木)	正暦寺
15(木)	観音寺	30(金)	室内レクリエーション
		31(土)	生駒山麓公園

◆リハサロン



天気の良い日は屋上散歩
「いやぁ～いい眺めやねえ」と笑顔満点！



写真撮りますよ～との声についついポーズ
運動も兼ねて散歩も楽しんでいます。

リハサロンではいろいろなメニューをご用意しております

リハビリタイムでは

- ・理学療法士による一人一人に合わせた機能訓練
- ・スリング体操、平行棒体操、マシーンを使用した運動や新聞棒を使った体操等
- ・認知症予防のコグニサイズや脳リハビリテーション

リラクゼーションタイムでは

- ・濡れない足場
- ・メドマー(エアマッサージ器)
- ・ウォーターベット

サロンタイムでは

- ・ゲームや手芸、クラフト作成、おやつ作り、カラオケ等を実施

学習療法では

- ・右脳を使う読み書き、計算、間違い探し等
- ・頭すこやか体操(コグニサイズ)、体と頭を使った体操を実施

「いつまでも健康で自立した生活を送りたいけれども
どのような運動をどこでやればいいの？」
と悩まれている方。
ぜひ、ぼれぼれ四条大路リハサロンへお越しください。

ぽれぽれ

秋 篠 インフォメーション

デイサービス外出・行事予定

令和6年 7月			
1(月)	ふろーらむ	16(火)	恭仁京跡
2(火)	長弓寺	17(水)	けいはんな方面
3(水)	宝山寺	18(木)	斑鳩方面
4(木)	木津川方面	19(金)	十三峠
5(金)	若草山	20(土)	脳のトレーニング
6(土)	脳のトレーニング	21(日)	理美容
7(日)	お菓子作り	22(月)	平城宮跡
8(月)	平群中央公園	23(火)	生駒山
9(火)	奈良公園	24(水)	大仏鉄道公園
10(水)	柳生方面	25(木)	奈良公園
11(木)	生駒山麓公園	26(金)	平群中央公園
12(金)	平群北公園	27(土)	お誕生日会
13(土)	護国神社	28(日)	夏祭り
14(日)	お菓子作り	29(月)	生駒山麓公園
15(月・祝)	郡山城	30(火)	穂谷の小径
		31(水)	柳生方面

- (1)雨天及び悪天候の場合予定を変更することがあります。
(2)外出はご利用者別に機能訓練プランに添って実施。

ぽれぽれ

中 和 インフォメーション

デイサービス外出・行事予定

令和6年 7月			
1(月)	壁画作成	16(火)	明日香方面散策
2(火)	壁画作成	17(水)	脳のトレーニング
3(水)	壁画作成	18(木)	おやつ作り
4(木)	壁画作成	19(金)	葛城方面散策
5(金)	壁画作成	20(土)	手芸教室
6(土)	壁画作成	21(日)	休み
7(日)	休み	22(月)	明日香方面散策
8(月)	室内レクリエーション	23(火)	お誕生日会
9(火)	脳のトレーニング	24(水)	おやつ作り
10(水)	葛城方面散策	25(木)	脳のトレーニング
11(木)	桜井方面散策	26(金)	手芸教室
12(金)	手芸教室	27(土)	葛城方面散策
13(土)	書道教室	28(日)	休み
14(日)	休み	29(月)	脳のトレーニング
15(月・祝)	桜井方面散策	30(火)	桜井方面散策
		31(水)	消防訓練

天候などにより予定を変更することがあります。講師の方の予定変更で内容が変わることがあります。

室外レクリエーションは毎日楽しみにして下さっています。桜やチューリップ、つつじ、新緑など季節の変化を存分に楽しみました。

ぽれぽれ秋篠デイサービス 塩原 仁美



令和6年 8月			
1(木)	平群道の駅	16(金)	奈良公園
2(金)	くろんど池	17(土)	脳のトレーニング
3(土)	脳のトレーニング	18(日)	理美容
4(日)	お菓子作り	19(月)	観音寺
5(月)	奈良公園	20(火)	斑鳩方面
6(火)	王龍寺	21(水)	まほろば健康パーク
7(水)	けいはんな方面	22(木)	森の宝島
8(木)	護国神社	23(金)	高山方面
9(金)	若草山	24(土)	脳のトレーニング
10(土)	脳のトレーニング	25(日)	お誕生日会
11(日・祝)	お菓子作り	26(月)	生駒山麓公園
12(月・振)	斑鳩方面	27(火)	平城宮跡
13(火)	十三峠	28(水)	白川ダム
14(水)	郡山城	29(木)	生駒山
15(木)	穂谷の小径	30(金)	くろんど池
		31(土)	脳のトレーニング

- (3)「オカリナ・ハーモニカ演奏会」現在お休みしております。

外出レクリエーションを取り入れ、肌で季節を感じていただいています。外出の機会が中々無いから、嬉しい!と喜んでくださっています。

ぽれぽれ中和デイサービス 西方 佳美



社会福祉法人うねび会 インフォメーション

ぽれぽれケアセンター白檀



ご利用者に
献立などを相談
しながら
進めています。



ショートでは月2回以上食事レクやおやつレクを実施しております。
毎回積極的に参加しておられます。

白檀ショートステイ



お好み焼きやパフェ、芋もち等一緒に作っていただける様に
しており、喜んでいただいております。

ぽれぽれ保育園



千塚古墳群のさくらの広場にお散歩に行きました。
シロツメクサを摘んだり、テントウムシを見つけました。
お天気も良く風が吹いて心地よかったです



こいのぼり
製作をしました



ぽれぽれケアセンター白檀 デイサービス

食事・おやつレクリエーションを行っています。
ご利用者と一緒楽しむイベントをたくさん企画
していきます。



綿菓子に熱い紅茶を
かけて完成!



今年も
スイカ割り
楽しみ～

【マスクの着用】【手洗い】【検温】をお願いしております。

お手数をおかけしますが、感染予防の為、ご協力くださいますようお願いいたします。

ぽれぽれ八木西スクエア

外出レク



天気が良くて気持ちがいいですね

端午の節句に
ちなんだ
菖蒲湯をしました。



体験利用受付中。まずは一度体験してみてください。

「スクエア運動サロン」毎月第13日曜日

お気軽にお立ち寄りください…先ずはお電話を!!

0744-23-6100(デイサービス直通)

ぽれぽれ白檀コンフォート

桜も散り若葉が
出てきました。
皆さまで若葉を咲か
せました。



カラオケの機械を使って
体操レクをしています。
少しずつ体を動かし、元気な
体で過ごしていただきたいです。