

スタッフ向けインフォメーション			
研修・会議名	日 時		場 所
採用時研修	—————	12/1(月) 9:00～18:00	オンライン研修
部門別研究会(グループホーム)	11/5(水) 10:00～11:00	12/3(水) 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)	11/19(水) 18:00～19:00	12/17(水) 18:00～19:00	オンライン会議
部門別研究会(訪問介護)	11/14(金) 17:00～18:00	12/12(金) 17:00～18:00	オンライン会議
ケアマネ研修会	11/13(木) 9:00～11:00	12/18(木) 9:00～11:00	オンライン会議
食事研究会	11/19(水) 16:00～17:00	12/17(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)	11月各事業所から案内	12月初旬～オンライン	各事業所
業務改善会議	11/20(木) 9:15～11:30	12/19(金) 9:15～11:30	オンライン会議
登美ヶ丘事業所会議	11/20(木) 16:00～17:00	12/19(金) 16:00～17:00	ぽれぽれ登美ヶ丘
四条大路事業所会議	11/20(木) 13:00～14:00	12/19(金) 13:00～14:00	ぽれぽれ四条大路
中和・樫原事業所会議	11/3(月) 13:00～14:00	12/1(月) 13:00～14:00	オンライン会議
管理者会議(うねび会)	11/20(木) 10:15～12:00	12/19(金) 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)	11/20(木) 17:30～18:30	12/19(金) 17:30～18:30	ぽれぽれケアセンター白檀
財務会議	11/27(木) 9:30～11:30	12/29(月) 9:30～11:30	オンライン会議

Q

グループホームとサービス付き高齢者向け住宅(サ高住)の違いはなんですか。

A

どちらも高齢者の方の「住まい」ですが、対象や暮らし方に違いがあります。

グループホーム

認知症のある方が少人数で暮らす家庭的な住まいです。介護保険サービスで、職員による認知症ケアを受けながら、料理や掃除など日常生活を共に過ごします。

住宅型有料老人ホーム

高齢者向けの住まいです。食事や安否確認などの生活支援は施設が行い、介護が必要な場合は訪問介護やデイサービスなど外部の介護サービスを自由に組み合わせて利用できます

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

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4-8-3 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2-2-15 TEL.0742-30-5515

ぽれぽれ東登美ヶ丘 リハサロン・リハトクラブ

〒631-0011 奈良市押熊町1325-1 TEL.0742-43-7033

ぽれぽれ四条大路

居宅介護支援・訪問介護・訪問看護・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2-860-1 TEL.0742-30-5314

ぽれぽれ中和 デイサービス

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

ぽれぽれ樫原在宅支援相談センター 居宅介護支援・訪問介護

〒634-0051 樫原市白檀町2-29-8 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

WEB明細
サービスの
ご登録はこちら

社会福祉法人 うねび会【理事長】酒井 宏和

【法人本部】

〒634-0823 奈良県樫原市北越智町322

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・認可小規模保育事業
家事支援(ぽれぽれ生活支援隊)

〒634-0823 樫原市北越智町322 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・訪問介護

〒634-0823 樫原市北越智町321 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・ケアプランセンター
地域交流スペース・樫原市地域包括支援センター北エリア

〒634-0811 樫原市小綱町11-7 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・訪問看護
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4-3-3

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

～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7年
11.12月
183号

「暮らしの場における基本的介護」

社会福祉法人 うねび会
常務理事 総括施設長
日下 哲也

社会福祉法人うねび会は、特別養護老人ホーム、グループホーム、住宅型有料老人ホームなどを運営し、暮らしの場の支援を行っています。

サービス部門に違いはあるものの基本的な介護、食事、入浴、排せつや整容等を介護職中心に行っています。

しかし、本当に大切なのは、ただ食事、入浴、排せつなどの介護を行うだけでなく、その人らしく生きる暮らしの場をどう想像するかです。どうしたら美味しく食事ができるのか、どうしたらすっきりと排せつできるのか、どうしたら入浴を楽しめるのか、といった視点で考え介護を提供することが大切です。

そのためには、一人一人違うことを理解しアセスメント(課題分析)を行うことが大切です。

食事であれば、その人の咀嚼(良く噛むこと)や嚥下(飲み込み)の状態、好き嫌い、食事の雰囲気づくりなどを考える。

排せつであれば、その人の排泄のタイミング本人の訴え、

排尿の回数や量、トイレの姿勢、オムツのタイプなどを考える。

入浴であれば、先に湯船に浸かる人なのか、どこから洗うのか、そもそも入浴が好きなのかなどを考える。

私たちは、支援者の「ものさし(価値観)」で考えるのではなく、ご利用者の「ものさし」で考えることを忘れてはなりません。

そのためには、私たち自身がどういった価値観やこだわりがあるのかを知ること(自己覚知)によって、その「ものさし」を支援者→ご利用者に変えることができるのではないかと考えます。

私たちは、ご利用者のことを想像し、どうしたらよいか考え実践し、ご利用者の表情などから満足度をモニタリングし振り返る、そのプロセスを忘れずに暮らしの場における基本的な介護を提供していきたいと考えています。

皆さん！お話し聞かせてください

～ 傾聴ボランティアって、な～に ～



檀原市
傾聴ボランティア えがお
代表 平本誠剛

私たち、傾聴ボランティア「えがお」は、ひとり住まいや、家にこもりきりで人と話す機会がない人、施設入所者の方でたまには外の人と話してみたいわ、とおっしゃる方たちのお話を聞かせていただくことを目的として活動している団体です。「傾聴ってなにか難しそう」「話を聞くてどういこと」と思っている方も多くいますので、活動内容をご紹介します。

私たちは、通常コミュニケーションというと、人に自分の考えや情報を伝えることと考えている人が多いのではないのでしょうか。たしかにそれも大切なことですが、相手が「私の気持ちや悩みを聞いてほしい」と思っているのに、「賛成・反対」あるいは自分の考えや助言をしてしまうことはありませんか。または、相手の話を取って自分の話をしてしまった、ということはないでしょうか。

手に寄り添い、素直に受け入れることによって、相手を理解しようとする「聴き方」をすることです。そのためには「聴く」スキルや態度、思いやりなど豊かな人間性を身につけることが大切で、傾聴ボランティアは訓練を受けてきました。

どうぞ、私たち傾聴ボランティアにお話をしてください。笑顔でうなずき、全てを受け入れてくれることでしょうか。そして、「話を聞いてくれて、気持ちが軽くなった」「楽しく昔話ができ、良き思い出がよみがえった」という声を聞かせていただければ、私たちはとても嬉しいです。これからもずっと良き「聴き役」として、入所者の皆さま方と楽しいひと時を過ごさせていただきたいと思っています。

早くお会いしたいですね。



SDGs

「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、世界のみんなと2030年までに解決していこう」という計画・目標のことです。

SDGs取組 1 あつまれ～

家族犬・猫へ迎え入れるまでのみなさんの愛情あふれるエピソードを有難うございました！

スタッフの保護犬・保護猫

まろん 4歳 ♀

ふくまる 推定12歳 ♂

キキ 推定17歳 ♀

サン 3歳 ♂

ピノ 3歳 ♂

らん 2歳 ♀

らら 3歳 ♀

てん 6ヵ月 ♀

もも 2歳 ♀

アレ 推定16歳 ♂

ウララ 推定17歳 ♀

アズキ 6歳 ♀

コムギ 9歳 ♀

ちくわ 4歳 ♂

運動機能向上のための運動について



ぽれぽれ檀原在宅支援相談センター
サービス提供責任者
上田和子

運動(体操)を行う時、ただ漠然と同じ動きをするよりも、自身がどこ(部位)に力を入れてその動きをしているかを意識できているとより運動の効果は高くなります。

1 深呼吸

まずは深呼吸。息を吸うよりも吐くことを意識すると、より運動の効果は高まります。

2 足首・足趾の運動

両足の足指を握ったり、甲を上げたり、両踵と上げたりすると血流が良くなり、むくみや冷えの軽減効果があります。



3 膝の運動

膝は曲げずにまっすぐ伸ばし、ゆっくり下すを繰り返します。大腿の前面が刺激され、椅子からの立ち上がり、椅子への着座、段差の昇降が楽になります。

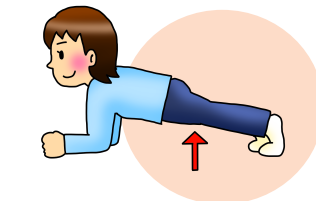
4 股関節の運動

膝を10cm真上に持ちあげ、止める。そのまま上体を前に傾ける。椅子から立ち上がる時に上体を前に傾ける筋力が向上します。



5 骨盤・体幹の運動

おしりから上全体を左右にゆっくり傾ける。立って動く動作全般が安定します。歩行の最初の1歩が出やすくなる効果があります。



6 肩・腕

両肩をすくめてから脱力する。両肘を曲げ両脇を開ける、脇を閉めたまま肘から先を内、外にゆっくり動かす。固くなりがちな背中・肩回りをほぐします。

研修を終えて

ご利用者と一緒に体操をやってみたところ気持ち良くなったと喜んでおられました。他のご利用者にも、少しでもしていただけるよう声掛けしていきたいと思います。

第19回

ぽれぽれグループ 事例発表会

DMG MORI やまと郡山城ホールにて

9事例の発表が行われました。



日頃の気付きや課題に取り組んだ事例を共有し、より良いサービスにつなげていきます。

ぽれぽれ

登美ヶ丘 インフォメーション

外出レクでは紅葉狩りを、室内レクでは作品作りやゲームを楽しんでいただいています。

身体を動かしたり、手先を使ったり、楽しみつつ心身を鍛え、笑顔あふれる時間を過ごしていただいています。 ぽれぽれ登美ヶ丘デイサービス 塩原 仁美

デイサービス外出・行事予定

令和7年 11月			
1(土)	平城宮跡	16(日)	※
2(日)	※	17(月)	飛鳥カンツリー～王龍寺
3(月・祝)	※	18(火)	京阪奈方面
4(火)	奈良公園	19(水)	いろどりの森公園
5(水)	飛鳥カンツリー～王龍寺	20(木)	奈良公園
6(木)	王龍寺	21(金)	★歌いましょう
7(金)	木津川方面	22(土)	宝山寺
8(土)	獅子が丘方面	23(日・祝)	※
9(日)	※	24(月・祝)	※理美容
10(月)	★歌いましょう	25(火)	宝山寺
11(火)	いろどりの森公園	26(水)	京阪奈公園
12(水)	奈良公園	27(木)	いろどりの森公園
13(木)	宝山寺	28(金)	奈良公園
14(金)	★音和会	29(土)	鳥谷公園
15(土)	飛鳥カンツリー～王龍寺	30(日)	※

※天候などにより、行事の予定の変更をする場合がありますのでご了承下さい。※日曜日は道の混み具合により、外出先を決めております。



ぽれぽれ

四条大路 インフォメーション

◆デイサービス

11月に入ると、紅葉を見に出掛けます。車窓からの紅葉を満喫されたあと、現地に到着するや否や、ご利用者は下を向き落ち葉を拾い集めるのに、夢中になられます。色とりどりの落ち葉を手には笑顔いっぱいです。 ぽれぽれ四条大路デイサービス 飯島 恵美

デイサービス外出・行事予定

令和7年 11月			
1(土)	平城宮跡(銀杏)	16(日)	休み
2(日)	休み	17(月)	室内レクリエーション
3(月・祝)	平城宮跡(銀杏)	18(火)	正暦寺
4(火)	天理方面(銀杏並木)	19(水)	左京の森
5(水)	天理方面(銀杏並木)	20(木)	左京の森
6(木)	室内レクリエーション	21(金)	フロアラム
7(金)	生駒山麓公園	22(土)	室内レクリエーション
8(土)	鳥谷公園	23(日・祝)	休み
9(日)	休み	24(月・祝)	くろんど池
10(月)	鳥谷公園	25(火)	くろんど池
11(火)	室内レクリエーション	26(水)	室内レクリエーション
12(水)	奈良公園	27(木)	鳥谷公園
13(木)	奈良公園	28(金)	くろんど池
14(金)	正暦寺	29(土)	フロアラム
15(土)	左京の森	30(日)	休み

令和7年 12月			
1(月)	天理方面	16(火)	生駒の足湯
2(火)	天理方面	17(水)	生駒の足湯
3(水)	室内レクリエーション	18(木)	奈良公園
4(木)	フロアラム	19(金)	奈良公園
5(金)	フロアラム	20(土)	室内レクリエーション
6(土)	天理方面	21(日)	休み
7(日)	休み	22(月)	クリスマス飾り付け
8(月)	竹林園	23(火)	クリスマス飾り付け
9(火)	室内レクリエーション	24(水)	クリスマス会
10(水)	宝山寺	25(木)	クリスマス会
11(木)	美楽来	26(金)	御嶽山大和本宮
12(金)	美楽来	27(土)	御嶽山大和本宮
13(土)	フロアラム	28(日)	休み
14(日)	休み	29(月)	護国神社
15(月)	室内レクリエーション	30(火)	室内レクリエーション
		31(水)	休み



学園前レジデンス インフォメーション



ノンアルコールビールで **かんぱーい!!** **敬老会**

◆リハサロン

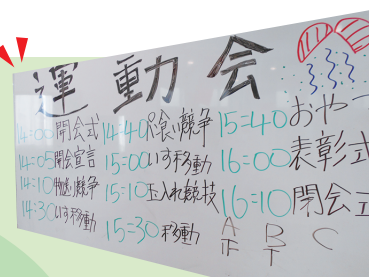
秋の運動会!

今回、四条リハサロンでは
秋の運動会を実施しました!

演目はパン食い競争、物送り競争、玉入れ。

普段とは違う運動を通して身体を動かすことはもちろん
普段以上に一生懸命になっているご利用者を微笑ましく
思いながらサポートするスタッフ。

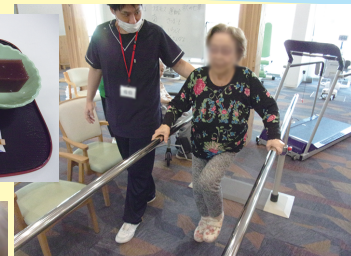
最後は優勝チームをみんなで称えて、参加賞や
優勝賞品を持ち帰っていただきました。



東 登美ヶ丘 インフォメーション

● レッドコードを指して「あれいいわ～」と
● 体験利用者からよくいただく声
● そこからスタートされたご利用者、日々頑張っておられます！

季節を感じて
頂ける行事
お楽しみ もいっぱい！



一度と一緒に体験してみませんか？ スタッフ一同お待ちしております

中 和 インフォメーション

涼しくなって過ごしやすい季節になってきました。
ドライブや散歩にも行きたいと思います。ぽれぽれ中和デイサービス 大西 勝也



デイサービス外出・行事予定

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

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

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。

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

特別養護老人ホーム



風船バレー。
風船を落とさないように
気を付けて！



スタンプを押して
壁掛けつくり



白檀の花火大会を
ベランダで鑑賞

ぽれぽれ保育園



ご利用者と一緒に
すいかを割ったよ



みんなと遊ぶと
面白いね！

たのしいなあ

ぽれぽれ八木西スクエア

R7.9.1 開設5周年を迎えました!!

5周年イベントを行いました♪



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)

ぽれぽれ青山デイサービス

丸一日
ハワイを
テーマにした
イベントを
開催しました



腹話術の
ボランティアさんが
来ていただきました

ミニ夏祭りでは
スタッフ手作りの
お神輿が大活躍

まずはお気軽に体験利用してみてください。

毎週金曜日はキッチンスタジオ(ご希望者)

ぽれぽれケアセンター白檀 楽しいレクリエーション・ イベント開催中!!



【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。