



# きんせん

編集・発行



広報誌きんせん第103号  
令和7年1月発行

## 2025年 年頭のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、健やかに清々しい気持ちで新年を迎えられましたことをお慶び申し上げます。旧年中は多大なるご尽力をいただき御礼申し上げます。本年もまた全力で頑張りますので宜しくお願い申し上げます。

昨年からマイナンバーカードに振り回されていますが、5年間は資格確認書という新たなもので保険証の代わりができるため、ペーパーレスと言いながら新たな書類が送られてくる様です。政府の考えと現状がかなりズレているがために強引に辻褃合わせをするので、いつものことですが現場がいちばん混乱して困ったこととなります。働き方改革で人手不足に拍車がかかり、さらに物価高で私たちの日々の生活が変わらざるをえない状況になっています。

「働かないニッポン」という本が出ていますが、今までの常識ややり方が通用しない世の中になってしまいました。私たちは愚直に日々の暮らしを大切に汗をかいていきます。

金泉は今年も高齢者の皆様に敬意と日常の暮らしを大切に、日々楽しく過ごしていただける様に精進してまいります。

医療法人社団あんず会 理事長 本田 きょう子

新年あけましておめでとうございます。皆様には健やかに新年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

日頃より当施設の運営にご理解とご協力を賜り、深く感謝申し上げます。

昨年は、当施設にとって挑戦と成長の一年でした。新型コロナウイルスの影響が落ち着きを見せる中、感染対策を継続しつつ、ご利用者様に安心して過ごしていただける環境づくりに力を注ぎました。また、季節ごとの行事やレクレーションを通じて、多くの笑顔を見ることができました。職員の研修やケア技術向上にも注力し、より質の高いサービスを提供できるよう努めました。ご利用者様やご家族からいただいた温かいお言葉は、私たちの大きな励みとなっています。

2025年も「心のこもったケア」をモットーに、ご利用者様が安心して生活できるよう、職員一同、一層努力してまいります。そして、地域社会に貢献し、皆様に愛される施設を目指して邁進いたします。

新しい年が、皆様にとって健康で幸多き一年となりますよう心よりお祈り申し上げます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

施設長 北原 正樹

ホームページ URL:<http://anzukai.com/>



金泉のホームページは  
← こちらから

# グループホーム金泉

ぐるーぷほーむきんせん

新年あけましておめでとうございます。

2025年、年頭にあたり謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

昨年中は入居者の皆様、ご家族様そして地域の皆様より暖かいご理解を頂き厚く御礼申し上げます。又感染症影響の中、皆様方には面会の自粛や感染症拡大防止にご協力頂き心より感謝致します。グループホーム金泉は20年目を迎えました。ひとつの節目を迎え入居者に寄り添い主体性ある生活を大前提とし、安全で安心した生活そして『1日1笑』入居者様と共に笑顔多き1年となる様職員一同努めて参ります。2025年が入居者様ご家族様皆様にとって幸多い1年でありますこと心より祈念申し上げます。本年も宜しくお願い致します

管理者 今岡美穂



# 笑顔がふれる 一年が素晴らしいに



# 認知症ケアにおいて大切なこと

## 認知症ケア 4 原則の理解

認知症ケアにおいて大切なことは、**認知症の人を尊重しながら、安心感を持って生活出来るよう支援する事**です

### 認知症ケア4原則



#### ①共にある

認知症の方と対等な関係を築くこと

#### ②行動の了解

認知症の方の行動は、その人の人生経験に基づいています。行動の傾向を理解する事でケアの質が向上します。

#### ③安定した環境作り

環境が頻繁に変わらないようにする事、安定した環境を整える事が重要

#### ④タイプ別のケア

症状が1人ひとりで異なる為ケアも個々に合わせる事が大切

介護者の方が余裕を持って笑顔で接する事が認知症の方の笑顔に繋がります。家庭内だけで介護するのが難しい場合や介護者の方の疲れが溜まっている場合などは1人で悩まず社会的サービスを積極的に利用しましょう。

参考文献

毎日新聞「認知症ケアについて」



**Instagram「ghkinsen」はこちらから!!**

**\* 入居者様の普段の生活の様子を見ることができます。**



GHHINSEN

グループホーム入居・認知症のご相談について  
お気軽にお問い合わせ下さい。

# デイサービスセンター金泉



新年明けましておめでとうございます。旧年中はご愛顧頂きまして誠にありがとうございました。本年もご利用者様に一層の平穏や安らぎを提供できるよう職員一同精進して参りますので、どうぞよろしくお願い致します。今年の干支、巳の漢字がもつ「平和」という意味のように、2025年が皆様にとりまして平和で明るい一年となりますよう、お祈り申し上げます。

管理者 大岡 小百合

## 手芸



## 毛糸のクリスマスリース

素敵なリースができました！



華やかなお正月にぴったり！



## 正月飾り



## 枝豆(黒豆)



収穫した枝豆でお正月用の黒豆の支度をしました

デイサービスでのご利用の様子をInstagramでご紹介しています

ぜひご覧ください → @dayservicekinsen



DAYSERVICEKINSEN



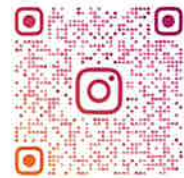
## 銭形平次ゲーム（クリスマスバージョン）



### 準備物

- ・紙コップ
- ・クリスマスのキャラクターの絵
- ・紙皿（小判風に）
- ・テーブル
- ・かご

ゲームの様子をInstagramに載せておりますので是非ご覧ください！



### ルール

- ①テーブルにクリスマスのキャラクターの絵を貼った紙コップを並べます。
- ②テーブルを滑らせるように紙皿（小判）を投げ、紙コップをテーブルから落としてかごに入れます。
- ③紙コップごとに点数を書いておき、かごに入った合計点を競います。

①

並んだね～  
よーし！



②

それいけ！！

えーいっ！！



### ポイント

- ・クリスマスの音楽を流し、雰囲気盛り上げます。
- ・テーブルの下にかごを置いて、かごに入った紙コップの点数を合計して点数を競います。

### 効果

- ・手や腕を動かすことで筋力の維持・向上を図ります。
- ・力加減を考えて動かすことで頭の体操にもなります。



デイサービスセンター金泉では、ご利用様を募集しております。  
相談など受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください。

# 金泉居宅介護支援事業所

## 明けましておめでとうございます



旧年中は格別のご支援、ご協力を賜り、心より感謝申し上げます。  
金泉では引き続き利用者様とご家族様がここ安芸津で安心して日々を過ごせるサービスの提供に努めてまいります。  
本年も変わらぬご愛顧のほど何卒よろしくお願い申し上げます。  
今年蛇年「新しいことが始まる年」となりますよう  
皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。



管理者 坂部典子

## 高齢者が冬に気を付けたい健康管理 ヒートショックのしくみと予防法



**ヒートショックとは**、室温の急激な変化で血圧が著しく変動し、心筋梗塞や脳梗塞、めまい、失神などの症状が現れる事です。

冬は暖房を使用することで部屋と部屋の間で温度差が大きくなります。身体は気温の変化に合わせて体温を調節しようと、血管を広げたり縮めたりします。そのため血圧が上がったり下がったりして、ヒートショックが起きやすくなります。また高齢者は高血圧などの持病を抱える人が多いため、特に注意が必要です。

### ヒートショックが起きやすい場所

ヒートショックを起こしやすいのは、特に冬場の冷え込んだトイレ・洗面室・浴室など、極端な温度差がある場所です。

### 入浴についての注意点

- ・入浴前と入浴後に水分を補給する  
入浴すると汗をかき、体内の水分が減って、血液がドロドロになります。
- ・食後1時間以上空けてから入浴する  
食後は消化器官に血液が集まり、血圧がやや低くなっています。
- ・部屋間の温度差をなくす  
脱衣所や浴室に暖房器具を設置するなどして暖かくしておくことが最も重要です。
- ・浴槽の湯温を低めにする  
38度～40度程度のぬるめのお湯から入り、熱いお湯を足して徐々に温まるようにしましょう。
- ・浴槽から急に立ち上がらない  
浴槽から出るとき急に立ち上がると血圧は急激に下がり立ちくらみを起こし転倒のリスクが高まります。
- ・他の人が声をかける  
家族やヘルパーさんが声をかけてください。

### トイレでの注意点

- ・寝室はトイレの近くにする  
高齢者は寒い廊下を経てトイレに行くだけでも心臓に負担がかかります。
- ・トイレに暖房器具を置く
- ・いきみすぎない  
排便の際にいきみすぎると心臓への負担が高くなります。排便後は急激に血圧が下がり血圧の乱高下が激しくなります。普段からの便秘対策も重要です。



ヒートショック発生の認識があるのとないのでは、危険性は大きく異なるのです。

参考 LIFULLsenior 高齢者のヘルスケア

### ケアマネージャーがお手伝いします

介護保険新規申請や介護などで困ったことがあれば、気軽にご相談ください。  
当事業所のケアマネージャーが対応させていただきます。



## 社内研修

介護技術を磨き、より安全で利用者様の  
笑顔をつやませる介護を心がけます。

### 人権学習



### 入浴介助の研修



後輩の指導にも力を入れ、  
チーム全体のスキルアップを目指します

### 感染症の研修

体調管理に気をつけて、  
自分自身が元気でいられる  
ように努めます



## 委員会活動

金泉では職員が3つの委員会に分かれて活動しています！

### 環境修理委員会



環境修理委員会は、利用者様や入居者様に安全できれいな施設で  
過ごしていただけるよう施設環境を整えていく活動をしています。

### 広報活動委員会



広報活動委員会は、「金泉」を幅広く知っていただく為に、2か  
月に1回のペースで広報誌を作成し、デイサービスやグループホーム  
の様子や金泉での活動や取り組み等を発信しています。また、  
ホームページやインスタグラムにも随時掲載していますので、是非  
ご覧ください。

### スキルアップ委員会



スキルアップ委員会は、日常の業務をより安全で質の高いものに  
するとともに、各部署職員間の情報共有と連携を強くする目的で研  
修会や事例検討会による意見交換を行っています。

# 門松作り

職員同士協力し、願いを込めながら  
門松を作りました。

しめ縄や門松のお正月飾りは、お正月に家々を訪れる年神様をお迎えするための目印となり、鏡餅は神様に滞在していただくための依り代です。

新しい年を感謝して、平安と豊作を祈ります。



この松に  
健康と長寿を  
祈ろう

## 編集後記

2025年という新たな年を、皆様とともに迎えられたことを心から嬉しく思います。この一年も、皆様とさまざまなテーマを共有し、楽しい時間を過ごしていただければ幸いです。

## 医療法人社団あんず会 本田クリニック

〒739-2102  
東広島市高屋町杵原1292-1  
☎ 082-434-8811 FAX 082-434-8812

## グループホーム金泉 デイサービスセンター金泉 金泉居宅介護支援事業所

〒739-2402  
東広島安芸津町三津4333-1  
☎ 0846-46-1080 FAX 0846-46-1081

ここで掲載されている写真の使用については、ご本人様又は家族様の同意を得て掲載しています。