



社会福祉法人 明石恵泉福祉会
広報誌 2022年 春号

幸せを生む施設 笑顔の恵泉
福祉・介護に輝きを求めて

きずな



品質保証

ISO9001 認証取得

明石恵泉福祉会は福祉サービスの質とご利用者、ご家族の満足度の向上を目指し「介護サービスの質を保証する、組織マネジメントの仕組みが整っていること」「その仕組みに基づいて作成されたマニュアルに従って施設が適切に運営されていること」が第三者認証機関に認められ「認証評価」を得ています。

■特別養護老人ホーム恵泉

発行 社会福祉法人明石恵泉福祉会

■恵泉第2 特別養護老人ホーム

編集 広報委員会

■恵泉第3 特別養護老人ホーム

刊行 令和4年5月

■介護老人保健施設恵泉

WEB <http://www.akashi-keisen.com/>

■ケアハウス恵泉・第2ケアハウス恵泉

所在地 〒674-0051

■恵泉グループホーム

明石市大久保町大窪 2818

■恵泉きずな



恵泉は
あなたの「したい」を本気で考えます！



1

だるまに込めた思い

達磨は御利益があり縁起が良い物だと、いつも教えて下さいます。写真の達磨は2年前からはご自身のために、リハビリで作っていました。この度ようやく完成し、1月に開かれた100歳の誕生日会で目を入れる事が出来ました。

「100歳まで元気でいたい！」と目標を持って過ごされています。その為に「歩かなくちゃいけない」と熱心に散歩をされ、身の回りのことはほとんどご自身でされています。

{ 張り子 }



大正11年生まれ関東育ち。食堂などに勤めながら、3人の息子様を育てました。



何事も考えることが苦手となり「わからん」と答えることが多く、自分から何かをしたいと話されることはありませんでした。
フロアで行っていたパズルから徐々にリハビリでウッドクラフトをするようになり、歩行練習にまで意欲があがってきました。
未だに「わからん」は口癖ですが、いつかもっとしたいことを伝えられるようになればいいなとリハビリに取り組んでいます。



リハビリへ参加するきっかけをつかめず、ずーっとパズルをされている。そんな日常生活でした。

改めて現在の施設生活や本人の状態について振り返り、提案した立体パズルやウッドクラフトの作品作りに興味を示されました。

「できるかわからんけど…」「簡単なものからやってみてちょっとずつ難しくな…」と自発的な発言が見られました。

次はもう少し難しいものに
挑戦してみようか？
乗り物ばかりじゃなく違うものを…



2

80代からの挑戦！

{ ウッドクラフト }

春頃から開始したウッドクラフト。今回は自ら選んで開始した大阪城。始めの数回は部品もますますな大きさがあり、やりやすかったようですが、徐々に部品が細くなり、難しいと感じるとのことでした。自分ではできずに手伝ってもらったところもありましたが約2か月で完成させることができました。

完成後、自室まで持っていく際には看護師さんや他利用者さんにみていただき、「すごいねえ〜！」などと褒めていただき“まんざらでもない”ようないい笑顔をされていました。

今までは色々なことに対して「わからん」と答えられ、それ以上に発展することが難しかったですが、作品作りを通して、「できないかもしれないが…」「やってみないとわからない」と発言されることも増え日常生活でも会話量が一気に増えている様に思われます。

介護老人保健施設 恵泉 東館(一般棟)

介護老人保健施設恵泉 東館(一般棟)では毎日の充実感の積み重ねが大切であると考え、日頃からご利用者の想いや意見を聴くことを心がけています。

毎日生き生きと生活をされているご利用者は施設での生活をどんな風感じておられるのでしょうか？
いくつか質問をしてみました！！

「老人保健施設を利用して
よかったことは何ですか？」



家にいた頃はずっと寝て
いて、不規則な日々を
過ごしていたわ。
施設の生活は規則正しい
から、生活リズムが整っ
て体調も良くなったわ！



お友達がたくさんできて、独りぼっちじゃなく
なったの。みんなと過ごすのは安心だし心強いわ♪

いろいろな方と過ごすことが
良い刺激となり、元気で過ごす
秘訣となっているのですね！

毎日、私の頑張りを職員
さんが見てくれているの。
一人では続かないことも
誰かに見守られていると
続けてみようって思うの。



「一日の過ごし方で楽しみに
していることは何ですか？」



リハビリの時間
にお散歩をする
のが楽しみね。
天気の良い日は
外へお出かけ
したくなるわ♪



作業レクリエーションで
いろいろな作品を
作るのも楽しみなの。
じっくり時間をかけて
作品ができていく過程を
楽しんでいるのよ♪



天気の良い日はお気
入りの場所で読書をするのが好き。
気持ち良すぎて、思わずうたた寝
してしまうの。

その他にも『家族との電話やリモート面会が楽しみ♪』などの
お話を伺いました。

在宅中に大事にされていた皆様の「生活」を大切にして、
施設での生活を少しでも楽しんでいただけるよう、スタッフ
一丸となって取り組んでまいります！



【ご利用に関するお問い合わせ】

介護老人保健施設 恵泉 TEL：(078) 936-8003
(担当) 一般棟：秋田・藤原 認知症ケア専門棟：細川・兒玉

施設トピックス

ケアハウス



玄関のエントランス飾りを入居者と一緒に作成。桜をメインに、春を感じられる作品が出来上がりました。最後に皆様で記念写真。これからも入居者と一緒に楽しめることを行っていきたいと思います。

第1特養



今年も雛祭りの季節が訪れ施設にもひな人形を飾りました。施設の入口に飾ってあるのでご利用者と一緒に見に行き、雛壇の説明や思い出話を話されていました。「私も毎年飾っていたわ～」と楽しそうでした。

第2特養



生活支援の一環で職員同伴のもとご利用者にゴミ捨てを手伝っていただくことがあります。普段は支援を受ける側のご利用者にとって、誰かの役に立つお手伝いは「普段と違って良い刺激になる」と仰っています。

グループホーム



暮らしの中で楽しみややりがいを持って活動をする「生活期リハビリ」のひとつです。ご家族からの贈り物である球根をお世話されています。冬に植えた球根は寒さの中でもすくすくと伸び、芽吹く様子には春の力強さを感じます。

第3特養



節分には職員が鬼となり居室に訪問。豆まきで退治してもらいました。思いっきり豆を投げる方や優しくそっと投げる方もいてその人の性格が出た豆まきでした。コロナ禍のストレスを発散するかのようになんげながら投げっていました。

老健西館



老健西館では気分転換や身体機能維持向上も兼ねて、運動の中に「遊び」を取り込んだり、ゲーム性を高めたレクリエーションを実施しています。各職員や入所者様同士が笑顔で楽しく過ごして頂けるような時間を設けています。

心と体のメンテナンスでリラックスした毎日を

介護保険が施行され 20 年以上が経過しました。超高齢社会となった現在において、老々介護をされておられるご家庭も多く、介護に携わる方も介護を受ける方も増えています。

身体介護はする方もされる方も身体的に大きな負担がかかります。お互いに怪我をしないようにするため、日頃から『心身のメンテナンス』を意識することが重要です。

心身のメンテナンス その① 「温活」を意識しよう！

血行不良による身体の冷えが続くと肩こり・腰痛・足のしびれなど身体が強張り、介護の際に怪我をしやすい身体となってしまいます。普段の生活習慣や環境において身体を冷やさない『温活』をして身体の強張りをほぐしていきましょう。

『温活』の一例として、

- ・身体を動かす前には暖かい飲み物を飲む
(身体の内側から温める)
- ・衣類は保温性のある素材を意識する。
※ 温める目的なので暑すぎは NG !
季節に応じて調整しましょう！



ご利用者の皆様が
集まってのお茶会。
飲み物で温まった
後は体操で身体を
ほぐしていきます。

心身のメンテナンス その② 身体をほぐして免疫力アップ！

マッサージや体操等の軽めの運動をすることは前述の身体の強張りをほぐすだけでなく、血流やリンパの流れが良くなり、免疫細胞の働きが活性します。マッサージや体操は継続することで効果が出てきます。毎日適度な運動を続けることで、心身のメンテナンスをする習慣をつけましょう。



アロマオイルを使っ
てのマッサージは
ご利用者にも好評で
す

心身のメンテナンス その③ 「無理をしない」介護を心がけよう！

介護を受ける方（要介護者）の健康管理はもちろんのことですが、介護する方（介護者）も健康でなければお互いが望む暮らしは成り立ちません。

介護が必要になった時は（状況にもよりますが）介護を要する期間は長期間に渡ることがほとんど。もしかしたら一生介護を要することもあるかもしれません。お互いが互いの生活を尊重し、無理のない介護環境を作ることが結果として長く現状を維持できるのです。

笑顔の恵泉

情報アラカルト



このコーナーでは、恵泉から皆様へホットな情報をお届けします。発行月によって内容は様々です。
インターネットからのウェブサイトにも情報を掲載していますのでぜひご覧ください。

恵泉ケアスクール 介護職員初任者研修 (旧ヘルパー2級)

《2022 年度開講受講生募集のお知らせ》

研修期間

前期 2022 年 7 月 20 日～2023 年 1 月 4 日
後期 2023 年 2 月 1 日～2023 年 7 月 19 日
前後期ともに毎週水曜日 9:00～16:30

受講料

46,150 円 (税込) テキスト代・実習費・保険料含む

申込方法 メールまたは電話・FAX

Mail: careschool@akashi-keisen.com

TEL: (078) 940-8205

FAX: (078) 940-8206

※Web より申込可 FAX は 24 時間受付

(HP) <https://keisen-careschool.wixsite.com/syoninnsya>



明石恵泉福祉会ではコロナウイルス感染状況に
応じて対面の面会を制限しております。リモート等
での面会方法等については各施設で異なり
ますので、下記にあります
各施設の問い合わせ先にご連絡ください。



ご面会に
ついて

地域支援
活動の
内容

【きずな食堂】

恵泉では地域でお住いの 65 歳以上の
一人暮らしの方を対象に、食事会を
通じて地域住民同士の交流支援と健康体操
や福祉相談を催しております。

※参加についてのご相談は担当者まで。

(問い合わせ先) Tel: (078) 936-8160 担当者: 小高

《施設の問い合わせ先》

■介護老人保健施設恵泉 078-936-8003
■特別養護老人ホーム恵泉 078-936-8160
■恵泉第2特別養護老人ホーム 078-938-6933
■恵泉第3特別養護老人ホーム 078-934-9111

■ケアハウス恵泉 078-938-2200
■第2ケアハウス恵泉 078-938-2600
■恵泉グループホーム 078-938-6988
■恵泉きずな 078-948-2778

** 編集後記 **

春になり、新たな職員が入職しました。
初々しさをもってご利用者の皆様と関わりを持つ
新人の様子と新人を温かい目で受け入れて下さる
ご利用者の皆様の優しさに心温まる思いです。
未だコロナ感染状況に安心できる状況ではなく、
対面の面会が再開できませんが、この当誌で少し
でも安心していただければと思っています。

