

ウエルの  
今を  
深掘り!

# WELL通信

23

[ウエル通信]

2024.12.WINTER

ウエルグループの  
地域貢献

地域の方々が困った時の

一番の相談相手になるために



## 宝塚清光苑

【作り方】

- 大豆はミキサーにかける(ハンドブレンダーでも可)。
- 大根、人参はいちよう切り、こんにゃく、油揚げは千切りにする。
- ごぼうはささがきにし、下ゆでする。
- 鍋にだし汁を入れて火にかけ、②、③を入れる。
- ④が柔らかくなったら①と豆乳を入れ味噌で味をつける。

【材料】  
 水煮大豆/15g  
 大根/10g  
 人参/10g  
 油揚げ/5g  
 ごぼう/10g  
 こんにゃく/5g  
 豆乳/100cc  
 だし汁/80cc  
 味噌/8g

野菜をたっぷり摂れて体も温まる「具汁」のレシピをご紹介します。お肉やきのこなどお好みの材料を加えても、豆乳だけでもおいしく作れますよ。大豆には、フレイル予防に大切なたんぱく質のほか、食物繊維やビタミン、ミネラル、イソフラボンなど体の調子を整える栄養素が含まれています。

具だくさんの  
「具汁」レシピ

ワンポイント!



普段のお食事は「お重」に入れてご提供。写真は、鶏のハニーマスタード焼き(上)と鯖のおろし煮(下)。



日々のお食事は、ウエル清光会のブログでも紹介しています。ぜひご覧ください。

事業所  
PICK  
UP

デイサービスセンター ウェリスト

■定員:35名 ■大阪府豊中市箕輪2-2-23 ■06(6840)7830



## AIやアプリも導入し、多職種連携で健康づくりや楽しむ気持ちを支えます



身体や脳の変化を  
早期に発見

デイサービスセンターウエリストでは、数年前からAIで歩行能力を測定する「トルト」を導入しています。これは、スマートフォンで利用者様の歩行シーンを撮

影するだけで速度やふらつきなどを解析できるアプリです。機能訓練では、この分析結果に基づいてトレーニングやご自宅での運動のアドバイスを行っています。結果をシートでお渡しするので、ご本人はもちろん、ご家族やケアマネジャーの方々と現在の身体の状態を共有でき、変化の早期発見につながります。

また近々、認知機能を測定するオンラインサービス「CogEvo(コグエボ)」を導入予定です。「脳の体力測定」としてゲームのような感覚で気軽にチェックできるため、レクリエーションの一環として、利用者様にも抵抗感なく楽しんでいただくと期待しています。

### プロの演奏やダンスで極上の楽しみを

利用者様には、幾つ年齢を重ねても「楽しい」「面白い」と感じる心や意欲を持っていただきたいと考えています。そこでレクリエーションでは、四季折々の行事やフラワーアレンジメントなどのイベントに加え、各分野のプロをお招きして迫力ある演奏や演劇を楽しんでいただく機会を設けています。創立記念日にはよさこいチームによる踊り、最近では元タカラジェンヌによる歌とダンスなどを披露いただきました。「演奏が聴きたい」と予定

を追加して利用される方もおられ、こうした取り組みが意欲や楽しむ気持ちの向上につながっていると感じます。

また、ホールには全自動麻雀機も導入。お身体の状態を問わずどなたにも楽しんでいただける空間作りを意識しています。

ベテラン職員と  
多職種が密に連携

施設の開設から17年と長い間、職員の在籍期間が長く、ベテランが多いこともウエリストの特徴です。認知面で心配

の大きい方や拒否の強い方でも、対応に慣れた職員がタイミングを見計らってお声がけし、定期的なサービス利用へとつなげています。看護師も常駐しており、胃ろうや褥瘡処置が必要な方に対する医療的なケアも行えます。

また、医師や看護師、ケアマネジャー、訪問系サービスの職員の方々とコミュニケーションには「MCS」や「ざいる」を活用。利用者様のちょっとしたお身体や心の変化もスムーズに共有



し、多職種で密に連携を取れる体制を整えて、お一人おひとりの利用者様を細やかにサポートしています。

入所系・通所系サービスのご相談は、下記の事業所へ直接ご連絡ください。QRコードから、それぞれの連絡先をご覧ください。

ウエルグループ

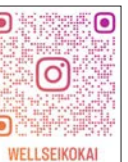
豊中市

- ①清豊苑 [特]
- ②利倉清豊苑 [地/テ/グ/小/定]
- ③美豊苑 [特/ケ]
- ④刀根山美豊苑 [地/テ]
- ⑤輝豊苑 [テ/グ]
- ⑥ウエルケアプランセンター

- ⑦ウェリスト [小/テ]
- ⑧社会福祉法人香聖会 宙(すはる)豊中 [地/グ/小]
- ⑨庵とよなか庄本 [有]
- ⑩エターナル緑地 [有]

宝塚市

- ⑪宝塚清光苑 [特/テ/グ/小/ケ/定]
- ⑫芦屋市
- ⑬陽光苑 [地/テ/グ]
- ⑭西宮市
- ⑮バセム西宮 [有]
- ⑯ケアプランセンター西宮清光苑





ウエルの  
今を  
深掘り!

# ウエルグループの地域貢献 地域の方々が 困った時の 一番の相談相手になるために

ウエルグループでは、地域で暮らすご高齢の方々のお困りことや、そのご家族の心配ごとを受け止める存在になるため、日頃から地域とのつながりを作るための取り組みに力を入れています。



地域には、介護保険制度をまだ利用されておらず、お困りごとを抱えていらっしゃる方が大勢いらっしゃいます。その課題を汲み取って適切な介護サービスへとつなげ、支えることがウエルグループの使命の一つです。

「介護は家族がするもの」とお考えの方もいらっしゃいますが、サービスを利用することでご本人やご家族の負担が大きく減らせることもあります。そのため、まずは施設やサービスを知ってもらうきっかけづくりとして、地域の方々が誰でも参加できるイベントなどを開催し、困った時にいつでもサポートできる関係性の構築を目指しています。その事例として、2事業所の取り組みをご紹介します。



## ■ 宙豊中の取り組み

### 包括や関係機関とも連携し ニーズに沿った取り組みを

宙豊中では10月27日、感染症拡大以降中止となっていた秋祭りを開催しました。利用者様やそのご家族、地域の方々など、誰でも楽しめるオープンなお祭りで、たくさんの方々にご来場いただき、施設のことを知っていただく機会になりました。



地域包括支援センターとも、お互いに情報交換や協力・連携をして地域の課題解決に取り組んでいます。

り組んでいます。その一環として、2023年12月からは、認知機能や身体機能に不安をお持ちの方やそのご家族が気軽に意見交換できる「すばるカフェ」が同センターの協力を得てスタートしました。カフェでは、認知症の予防や改善に関する情報提供に加え、頭の体操や機能訓練指導員による体操・体力測定の間も設け、各分野に専門職が在籍するウエルグループだからこそ提供できる有意義な情報をお伝えしています。



フェを運営する他の事業者とも情報共有を行い、より多くのノウハウを蓄積して参加者の方々のニーズによりそった取り組みへ発展させていきます。

また今後は月に2回程度、駐車場を活用してスーパリーの移動販売を実施するなど、地域の方々との接点を増やしていきます。



参加者の方々に実施したアンケート調査では、8割以上が「今後も参加したい」とご希望で、「出合いが少ない中、同年代と会話する機会になった」「楽しい時間だった」といった感想もいただきました。オレソジカ

今はまだ、地域の方から「困った時にどこに相談していいのかわからない」という声も聞かれますが、イベントを通じて宙豊中をできる限りオープンにし、困ったときに一番に相談いただける存在になりたいと考えています。



施設長・グループホーム管理者  
本川裕之

宙豊中  
豊中市永楽荘4-1-3  
電話番号:06(6846)2111

## ■ 陽光苑の取り組み

### 健康づくりをきっかけに 地域との太いつながりを築く

住み慣れた地域でいつまでも健やかに人生を送っていただきたい、との思いから、2023年6月より月に一度、近隣の県営住宅の集会所をお借りして、地域の高齢者の方々に向けた「陽光いきいき体操教室」を開催しています。この教室は、ウエルグループの機能訓練指導員が、ご自宅でも無理なく続けられる筋トレや体操をレクチャーするもの。開催のきっかけは、「もっと地域のために



きることがないか」と模索していた時、地域の方々から「体を動かす機会がほしい」との声聞いたことでした。

年間スケジュールは参加者の方々のアンケート結果に基づいて作成しており、これまで「転倒予防」「認知症予防」「フレイル予防」などのテーマで開催してきました。また、運動と合わせて摂ると効果的なお食事のご紹介や、「フレイルとは?」といった基礎知識も併せてご紹介し、健康的な体づくりをサポートしています。一人では継続が難しいことでも、集まることで意欲が湧き、次の参加につながるという好循環が生まれると期待しています。今後は、さらに興味を持って参加いただけるように骨密度測定など新たな取り組みもプラスする予定です。

何度も開催するうちに、参加者の方々から「こんな不安がある」「こういう場合はどこに相談すればいい?」といった質問もあがるようになり、お困りごとを気軽に相談できる場としても機能し始めています。



施設長 大井憲



ケアマネジャー 中野健太

イベントの開催や地域行事のお手伝い・参加を通じて地域とのつながりをどんどん太くし、「困りごとは陽光苑に相談すればなんとかしてくれる」と思っていただけのような、なくてはならない施設を目指しています。

複合介護施設「陽光苑」  
兵庫県芦屋市陽光町3-75  
電話番号:0797(31)7161

グループ内でPTが連携し、地位貢献への体制を強固にウエルグループの機能訓練指導員が一つのチームになり、所属する事業所の枠を超えてさまざまな場所で体操教室などを実施しています。複数の指導員が関わることでメニューのバリエーションが増え、より充実した内容をご提供できています。また、組織として関わるため、利用者様にも安心感を持っていただけると同時に、職員の負担軽減にもつながり、継続して安定的にサービスを提供できる体制が整っています。



機能訓練指導員 長束智司