

# PRIDE *sign*

創心会リハケアベース大安寺

新施設

2022年4月オープン予定

健康を守る  
冬の生活習慣  
12のポイント

新企画

## SDGsな人

Series 部門紹介

小規模型事業所内保育所(A型) **保育所**  
二神社長に聞いた保育所のこと

創心会の笑顔

投稿紹介

創心会グループ

25<sup>th</sup>  
Anniversary

一歩  
を  
新  
た  
な



血行不良が引き起こす不調には、冷え、眼精疲労、肩こり・腰痛・関節痛、むくみなどがあります。  
健康的な体を目指すには、身体に酸素や栄養を行き渡らせ、血行を良くしましょう。  
不調を抱える方は改善するための習慣を身につけましょう。

その不調、『血行不良』が引き起こしているかも

# 体を調整する 血液



訪問看護リハビリステーション  
看護師 榎原 実和子

Let's make your blood  
circulation better!



## 2 身体を 温める

身体を温めることで血行が良くなります。湯船につかったり、足湯をするなど、10~15分ほどかけてゆっくり入浴しましょう。お湯が熱すぎるとのぼせたり、交感神経が活発になって緊張状態に陥ったりするため、約37~40℃のぬるめにするのが大切です。特に寒い時期は脱衣場、浴室の寒暖差に気を付け、心臓に強い負担をかけないようにしましょう。

## 1 こまめに 水分補給

血液が十分に水分を含むと、酸素や栄養を身体の隅々にまで行き渡らせることができるだけでなく、血行を良くして不要な老廃物を体外に排出します。身体に水分は欠かせないため、身体が脱水状態にならないためにもこまめに水分補給をしましょう。



## 3

## 血行が良くなる食べ物を 食べる



お酢や梅干し、柑橘類に含まれる「クエン酸」は、血行を良くする効果が期待できます。また、イワシやサバなどの青魚に含まれる「EPA」には、血液をサラサラにする作用があります。また、新陳代謝を上げる海藻類も血行を促す効果があります。ただし、食べすぎには気を付けましょう。

# 冬 の生活習慣 12の ポイント

日本には四季があります。その季節の気候は大きく変化するため、私たちはそれにうまく適応することが健康の維持には大切です。特に冬は感染症が流行りやすく、体調を崩しやすい季節です。病気になるようにするには、それぞれの季節に合った養生が必要です。  
冬になると生物は活動を控え、春のためにエネルギーを身体の中に蓄えます。それは、冬の方が同じ活動をして夏より多くのエネルギーを消費するからです。冬の蓄えるべきエネルギーを消費しないよう気を付けましょう。  
今回は、厳しい冬を乗り越え、健康な春を迎えるために、必要な健康管理についてお話しします。

あたたかくなったら... 春を楽しみに冬を過ごそう♪

監修



体をつくる食事

ショートステイ ポジリハショート  
管理栄養士 小川 理恵



体を調整する血液

訪問看護リハビリステーション  
看護師 榎原 実和子



体に影響を与える口腔

デイサービス 百年煌倶楽部  
歯科衛生士 白神 弘子



体を保つ運動

そうしんクリニック茶屋町  
理学療法士 皐月 鋭悟



体を守る睡眠

グループホーム 心から  
介護福祉士 森 和也

不調を抱えている方の多くは、体を健康な状態に保つために必要な栄養が不足し、低栄養へ陥っています。特に高齢者が要介護状態になる原因として無視できないものとして、認知症や転倒と並んでフレイルがあり、低栄養との関連が極めて高いとされています。一度、食生活を見直してみましょう。

年齢を重ねるにつれて低栄養のリスクが高くなります

# 8 体をつくる 食事



ショートステイ ポジリハショート  
管理栄養士 小川 理恵

低栄養を防いで  
元気になる

Do not become  
undernourished

7 規則正しい生活は  
食事から

低栄養になると筋肉が減り、立ったり歩いたりする日常的な活動に必要な運動能力が低下します。それにより活動量が減少するとお腹が減らず食事量も減り、低栄養の状態が慢性化することもある。以下のような症状がある場合は、かかりつけ医に相談してみましょう。

- 食事をよく残す
- 疲れやすい
- 転びやすい
- 体重が減った
- 風邪や傷が治りにくい
- 歩くスピードが遅くなった

規則正しい生活は、健康な身体であるためには重要です。そのためには、1日3食、決まった時間に食事をとることを心掛けましょう。活動に必要なエネルギーや栄養素を補いやすくなり、生活リズムを整えられます。また、腹八分目にする、栄養バランスなども気を付け、認知症や病気の予防もしましょう。

# 9 よりよく生きるための 5大栄養素

注目!

フレイル(体重減少、疲れやすい、歩行速度の低下など「加齢により心身が老い衰えた状態」)は、たんぱく質不足も原因の一つ。しっかり摂りましょう!

<p><b>炭水化物(糖質)</b> 頭と体を動かせるエネルギー源</p>	<p><b>たんぱく質</b> 血や肉など体をつくる材料</p>	<p><b>ビタミン</b> 他の栄養素の働きを助ける</p>	<p><b>脂質</b> 体の中で燃えるエネルギー源</p>	<p><b>ミネラル</b> 体の材料となったり体内の働きを助ける</p>
---	--------------------------------------	-------------------------------------	------------------------------------	---

お口の健康は、食事や会話に影響を及ぼすだけでなく、実は全身の健康とも関係しています。病気になるやすい人、なりにくい人。その違いは、お口の健康にあったのかもしれませんが。年齢にあったケアを生涯続けていきましょう。

お口の健康は歯の問題だけじゃありません

# 5 体に影響を与える 口腔



デイサービス 百年煌倶楽部  
歯科衛生士 白神 弘子

5 口の中は  
No! 乾燥

Beware of periodontal  
disease

4 口腔状態が悪いと  
まねく病気

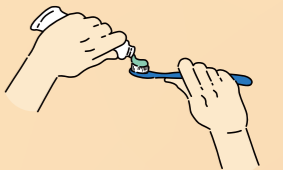
口の中が乾燥している場合は、インフルエンザや風邪などの菌がのどの粘膜にくっつきやすくなり、感染症にかかるリスクが高まります。よく噛んで食事をする、唾液腺マッサージするなど予防していきましょう。

口腔が不衛生になると、むし歯や歯肉炎を招き、それをそのまま放置すると歯周病となります。歯周病はお口の病気と思いませんか。実は、様々な研究により、全身の病気と大きな関わりを持っていることがわかってきました。

- 糖尿病
- 認知症
- 動脈硬化
- 誤嚥性肺炎
- 脳卒中・認知症
- 骨粗鬆症
- 心筋梗塞
- 関節リウマチ

# 6 効果に差がでる 口腔ケア用品

口腔ケアの基本は、毎日のうがいや歯磨きを始めとしたセルフケアです。しかし、セルフケアでは取り切れない汚れや歯石など、専門家でしか解消できない問題があります。痛みなどの自覚症状がなくても、定期的な専門家のケア(歯科受診)をおすすめします。また、近年の口腔ケア用品は、口腔ケア用ウエットティッシュやスポンジブラシ、粘膜ブラシ、保湿ケア用品など、用途別に様々な種類があります。間違った使い方をすると効果が半減してしまいますので、専門家へ相談し、目的に応じて、適切なケア用品を選び、使い方を指導してもらいましょう。



体幹を鍛えると筋肉のバランスを整い、体全体の安定性が高まります。  
 例えば筋力がつくことで日常生活において疲れにくくなったり、姿勢の崩れを防ぐ、腰痛や転倒の予防ができます。  
 今回は、体が温まる「体幹ストレッチ」を紹介します。

体が冷えると固くなり、痛みが出やすくなります

# 体を保つ 運動



そうしんクリニック茶屋町  
理学療法士 皐月鋭悟

12

## 体幹 ストレッチで 体を温めよう

Let's warm the body  
by stretching the trunk

### 注意

- ・食後は避けましょう
- ・腰に痛みがある方は注意して  
行いましょう
- ・運動中に痛みが出た場合は、  
中止してください。

2

### 肘と膝を 近づけましょう

左右交互に  
片側  
10回ずつ



息を吐きながら  
行います

左腕と右足を曲げて、肘と膝をくっ  
つけるように近づけます。腹筋をする時  
の要領で体を少し丸めると効果的です。

仰向けで行うと負荷がかかります。  
動きに慣れてくれば  
挑戦してみましょう。



1

### 椅子に軽く 座りましょう



背もたれは  
使いません

足を肩幅に広げます。両足を床につけ  
て、イスに座りましょう。

睡眠は、体だけではなく心の健康とも深く関わっています。心の健康づくりには、  
睡眠の量と質を保つことが重要で、睡眠不足や不眠はうつや生活習慣病を招きやすくします。  
上手な睡眠のポイントを知りましょう。

睡眠は心の健康に関わります

# 体を守る 睡眠



グループホーム 心から  
介護福祉士 森和也

10

## 環境を整えて 良質な睡眠へ

Let's sleep soundly and  
spend stress-free

## 夜眠むれない人は 昼寝が長い

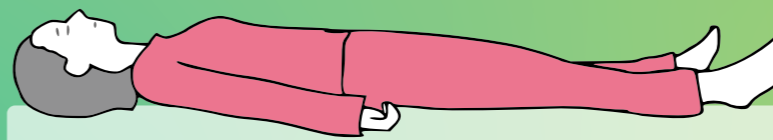
とくに冬場の寒い季節は寝床内環  
境が重要になります。寝具が冷え  
ていると、体温の放熱を抑えるた  
めに不自然な寝相になることがあ  
ります。冬はあらかじめ、湯たん  
ぽや電気毛布などで寝具内を温め  
ておくと寝つきが良くなります。  
個人差や季節によっても異なりま  
すが、寝床内の温度は33℃、湿度  
は50%の状態が最適とされます。  
寝具はこの点を考え、吸湿性・放  
湿性が良く、保温性のよいもの  
を選びましょう。

高齢になると、活動量低下や神経  
の働き、ホルモンの分泌能力が落  
ちることで、睡眠時間が短くなり  
ます。そのため、眠るにはまだ早  
い時刻から寝床に入ってしまうと  
睡眠の満足度が低下してしまいま  
す。もし、床の中にいて眠れない  
ようなら一度床から出ましょう。  
また昼寝は、良い面もありますが、  
長すぎるは適しません。30分以  
上眠ると最も深いノンレム睡眠に  
入るため、夜の睡眠の質が悪くな  
ってしまいます。睡眠に悩んでい  
る人は昼寝を20~30分以内にと  
どめるようにしましょう。

#### 各年代ごとの推奨睡眠時間

25歳~	7時間
45歳~	6.5時間
65歳~	6時間
80歳~	5.5時間

※厚生労働省 e-ヘルスネット 高齢者の睡眠



ベッドマット・敷き布団は適度に硬い方がおすすめです。  
柔らかすぎると眠りにくい、また腰への負担があります。  
硬すぎると血流が妨げられるなど熟睡できなくなります。

2022年(令和4年)4月上旬オープン予定

# 創心会リハケアベース大安寺

創心会リハケアベース大安寺  
センター長 泉伸也(いずみしんや)



## 1F 通所介護(デイサービス)

創心会リハビリ倶楽部大安寺

### 機能特化したアプローチで 自立した生活をサポート

「リハビリ倶楽部大安寺」は、施設に通所し、身体介護や日常生活上の援助、機能訓練や創作・趣味活動を通じたご利用者様同士の交流を行うサービスです。生活行為を実践的に行う訓練プログラムが充実したユニットをはじめ、五感を刺激し、脳の活性を高めるプログラムがある少人数制のユニットや、短時間に集中して筋力向上や機能訓練を行うユニットの中から、身体状況や生活課題に応じて選択することができ、自宅で自立した日常生活をおくれるよう生活機能の維持、孤立感の解消、ご家族の介護負担軽減などをサポートします。

- ・定員/80名
- ・休み/日曜

完成予想図(2021年11月現在)



## 2F 短期入所生活介護(ショートステイ)

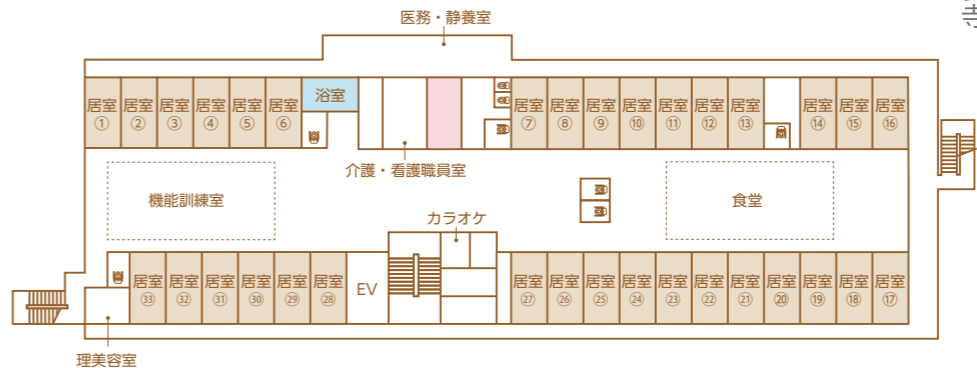
創心会ポジリハショート大安寺

### ポジティブなリハビリに 挑戦するショートステイ

「ポジリハショート大安寺」は、短期間(最长連続利用:30日間)に施設へ入所し、身体介護や日常生活上の援助、機能訓練を行うことで、ご本人と介護をしているご家族に新たな生活時間と機会を提供する宿泊サービスです。

リハビリ専門職をはじめ、多くの専門職種を配置しています。入所期間中は、レスパイトケアはもちろんのこと、リハビリによって生活機能や身体状況における課題の改善を目指します。来所された時よりも「元気になって帰っていただける」ショートステイがコンセプトです。

- ・居室/33室
- ・365日対応



創心会地域包括ケアシステムで  
生活リハビリ支援を強化!  
最期まで「自分らしく」暮らす



内覧会は令和4年3月上旬予定

◎所在地/〒700-0946 岡山市北区日吉町19-1

◎連絡先/株式会社創心会開設準備室(担当/泉)

☎〇八六四二〇一五〇〇(代)



主治医との密接な連携のもと、医療行為も含めた多様なサービスを24時間365日定額制で提供

## 3F 看護小規模多機能型居宅介護

創心会ナーシングベイ大安寺

24時間365日—最後まで安心して、自分らしく、過ごせる居場所がある

「ナーシングベイ大安寺」は、施設への通いを中心に、ご自宅への訪問や短期間の宿泊を組み合わせた、医療と介護が一体化した地域密着型のサービスです。緊急時をはじめ、様々な状況に応じた対応が可能で、継続的にケアが受けられるので、ご本人もご家族も安心して過ごすことが出来ます。また、

- ・居室登録/29名
- ・通所/18%
- ・泊り/6%
- ・365日対応

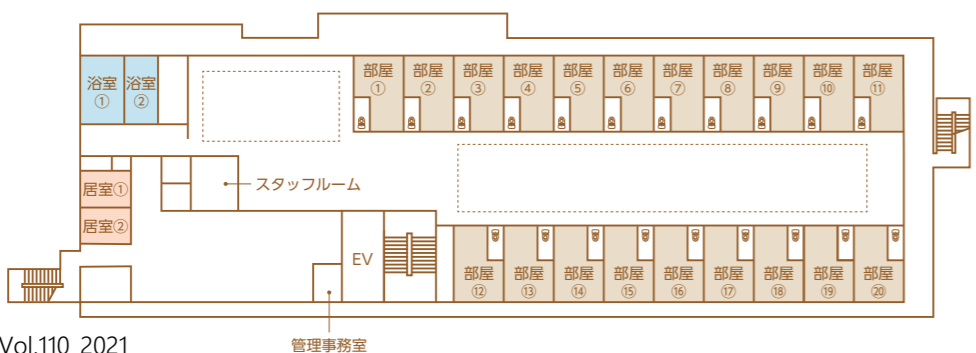
## 3F サービス付き高齢者向け住宅

アシストリビング大安寺

時を重ねるほど、自分らしく暮らせる住まい

サービス付き高齢者向け住宅「アシストリビング」は、高齢者向けの賃貸住宅です。相談員が日中常駐し、安否確認や生活相談などが受けられます。医療施設を退院後、ご自宅での日常生活に不安をお持ちの方、介護保険サービス

- ・部屋数/20部屋





nursery school  
預かり、保育、  
育児支援全般<sup>他</sup>

保育所一覧  
ぼっ歩保育園 茶屋町  
ぼっ歩保育園 平田

保育を必要とする子どもに対して、養護と教育を一体的に行い、保護者や地域の子育て家庭に対する支援を行う通所施設です。



一人ひとりの成長に合わせて保育で心を育てます

小規模型事業所内保育所は、待機児童の9割を占めると言われている0〜2歳児を対象に、2015年に「子ども子育て支援法」により新たに定められた認可保育所です。保育室の面積や職員の有する資格基準により「A型」「B型」「C型」の3種類に分かれ、A型は職員資格が保育士のみに限定されています。また、従来よりも保育士を1名多く配置するように定められ、子ども一人ひとりに目が届きやすく、きめ細やかな手厚い保育を実施します。



日々の小さな出来事から様々な発見をし、一緒に考えたり、楽しんだりします

し、子ども自身が主体的に育つことをサポートします。  
たんぼの花のように  
創心會グループが運営する保育所「ぼっ歩保育園」は子どもの気持ちに寄り添い、行動や表情に表面化されていない「気持ち」や「心の動き」を読み取り、たんぼの花のようなしっかりとした太い根をつくるため、よりよい育ちや学びにつなげられるようにしています。

うに働きかけていくことは、私たちがぼっ歩保育園が大切にしている保育の基本です。創心會では、少人数での異年齢保育を通して、保育の現場においても子ども達の心身の状態に寄り添いながら、心を育てる保育を目指しています。脳や視覚の発育のためのビジョン(視覚)トレーニングや高齢者福祉施設と併設しているメリットを生かして、一緒に季節の行事を行うなど積極的に多世代交流を図っています。

サービス内容

- ① 保育計画に基づいた日常生活保育
- ② 健康管理(健康診断)
- ③ ビジョントレーニング
- ④ 四季の行事・地域交流
- ⑤ 子育て相談支援



interview

二社長に聞いた保育所のこと

「本物ケア」の考え方で  
子どもたちの発達を支援する

創業時からの  
社員の長年の夢

「ぼっ歩保育園」は、創心會グループの社員と地域のための保育所です。子どもを預けられず、復職が遅れる場合や仕事を辞めざるを得ない社員がいることを残念に思い、保育所の必要性を感じてはいました。しかし、企業による認可保育所の開設は難しく、2015年、子ども子育て支援法「小規模保育事業」施行直後にリハケアタウン北館に開園。2019年には倉敷市平田にも開園しました。「ぼっ歩保育園」の名付け親は、保育士の資格を持つ一人の作業療法士です。創業時からの社員で、保育事業は彼の長年の夢。「出会いから二十年かかったなあ」と私が声を掛けた時、彼はもう取締役でしたから、感慨深いものがありました。

「本物ケア」と  
考え方は同じ

創心會らしい保育園にしたいとの考えから、リハビリで実施しているビジョントレーニングを取り入れています。視覚からの情報を適切に処理し、脳が素早く正しく処理・伝達・判断し、体が反応通りに動かせるようにするトレーニングで、脳の発達に非常にいい。また脳・神経系へのリハビリは元々、中枢神経の疾患に対して異常パターンを抑制して、正常パターンを引き出すとする技術ですから、考え方は一緒です。子育て支援というものを、「子どもが年齢に応じて成長できるように、必要な壁を乗り越えていくための自立支援すること」と捉えるなら、「本物ケア」の考え方やノウハウは、まさに子育て支援にもマッチしていると言えると思います。

子どものために  
できることを

高齢の方のリハビリに、メンタルトレーニングやスポーツ心理学なども取り入れているように、子どもの発育のために導入できるテクニックがもつとあるのではないかと考えています。保育士さんには、創心會の環境を活かし、勉強して視野を広げ、新しい保育の取り組みにチャレンジしてくれることを大いに期待しています。また、幼老一体型施設であるメリット活かし、子どもたちが高齢の方と触れ合う機会をもっと作りたい。子どもに社会の知恵を授けるのは、高齢の方の役割ですし、役割があることで心が前向きになりますからね。今は感染対策で色々難しい状況ですが、交流方法を模索したいと思っています。



**ESDエイジーズ**  
 [SDGs Sustainable Development Goals] 世界共通の言葉として、2015年9月の国連サミットで加盟国の前回一致で採択された持続可能な開発目標。思想や文化、人種や国を超えて、よりよい未来にしたいための17の目標です。企業や個人、大人や子どもなど、年齢や立場によってできる行動はそれぞれです。まずは、自分ならどうするか。それを一人ひとり考えていきましょう。ここでは、創心會グループのSDGsを体現している人を紹介します。よりよい未来へのつながり、可能性を感じてください。

File no.



@SOUSHINKAI

# SDGsな人

3  
6  
12  
14

## 健康づくりに水は欠かせない

朝起きて始めにすることは、水を飲むこと。健康によいので毎日1リットルの水を持ち歩き、小まめに飲んでいきます。飲み始めてから、それまでよりも体調がよくまりました。いつでも安全でおいしい水が飲める日本の環境を未来にもぜひ残したい。安易

にペットボトル飲料を購入しないことで、プラスチックごみを増やさない。使ったプラスチックは再生できるよう洗って資源ゴミに出す。人にとって水がいかに大切かというのを伝えていきたいです。



▼ Moriya Kayoko

8

## 積極的に働き、充実していきたい

私は子どもの成長や将来に向けて、介護福祉士を取得し正社員雇用を目指しました。

創心會では与えられた環境の中、全力で取り組んでいたら、段々と自分に向いている仕事が見つってきました。この事業のオープニングスタッフとして声をかけられたときに、私

の職業経験をすべて生かせるピットリの職種でも嬉しかったです。大好きな「食」に関わる仕事で、以前よりも積極的に働けている変化を感じました。年を重ねてきました。毎日元気に働けることに感謝しています。

2  
12

## いつでも安全で栄養のある食事を

祖父母が農家で「食べたい物は作る」が当然の考えで育ちました。人間の体は食べた物でできている。家庭料理は手料理にこだわり、介護職としてご利用者様と行う調理活動には特に情熱を注いでいます。家政を学び、家庭をもち、介護職として「食」は私の人生に欠かせないキーワードです。

File no.01

守屋 佳代子 (もりや かよこ)

介護福祉士  
 コミュニティベース & 模擬的就労スペース Chaya-Cafe 勤務

1983年就実短期大学家政科を卒業後、銀行に入学。結婚、出産を経て、2004年に介護福祉士を取得。2009年創心會に入社、デイサービスに配属。2015年株式会社おかやま工房のリエゾンプロジェクトでパン製造技術を習得、Chaya-Cafeスタッフとして開設に携わる。現在は事業運営の他、後輩や模擬就労者への指導を行う。

2  
3  
10  
11  
12

## 地域の人を結ぶコミュニティとして生活や価値観を変えるきっかけの場に

チャヤカフェには地域の幅広い世代の方が訪れます。焼きたてパンを購入されながら、「ここは介護施設なの？」「お年寄りが生き生きとしている」といった感想を何度もいただきました。そういったお声を聞くうちに、ここは地域交流や情報発信の場なのだと思えるようになりました。

模擬就労に参加されている方から驚かされることもあります。障害があるにも関わらず、自家用車で通勤される方。就労で習得した菓子作りを自宅でも実践して、できることをどんどん増やしていく方。ここでの作業を通じて、普段通うデイサービスでのリハビリをより実践的な内容に考えるようになった方。共にはたらく仲間「ア」と楽しみを見つけた方。就職ができた方。普段の生活だけでは起こりえないようなすてきな変化がいくつも起きています。

## いつでも生活や価値観を広げる機会を創造できる場所を守りたい

これから、私はこの場所を持続させていくことで地域に貢献したい。そして介護のイメージを変えるために、より地域に「魅せる・見られる・寄られる」場所にしたと考えています。地域のコミュニティとして、すてきな変化と共に、リハビリの先にあることやチャヤカフェの魅力伝える役割を担っていきたくです。



やっぱり人が好き。いろんな人の笑顔を見ることができるのが何よりの喜びなんです。



介護福祉士なのにパン屋さん。こんな働き方ができるって驚きです。人生わからないものですね。

チャヤカフェ

コミュニティベース & 模擬的就労スペース **Chaya-Cafe**

店内に入ると、焼きたてパンの良い香りと笑顔のスタッフが温かく迎えます。また、ここはコミュニティベースとして地域の方々にもご利用いただけます。ご利用者様の就労支援もしており、常に笑顔が溢れるパン屋として様々な人が訪れます。

■場所 / 創心會リハケアタウン東館(1階) 〒710-1101 倉敷市茶屋町2104-1  
 ■電話 / 086-420-1500  
 ■営業 / 11:30~17:00 ■休み / 土・日曜日  
 ■年末年始 / 2021年12月30日~2022年1月5日



# 創心會の笑顔

体を動かしていると、元気ハツラツ、笑顔も出てきますね。創心會グループの笑顔が素敵の方を紹介します。

和歌山県立福祉大学  
創心會グループ  
の笑顔が素敵の方を紹介します。



創心會福山地域リハビリケアセンター センター長 池本 慎二 (いけもと しんじ)

※撮影のため、マスクを外している場合があります



ぽっ歩保育園 平田



リハビリ倶楽部 中洲



リハビリ倶楽部 今



リハビリ倶楽部 笠岡



百年煌倶楽部 岡南



リハビリ倶楽部 高松中央



リハビリ倶楽部 益野



訪問看護リハビリステーション



元気デザイン倶楽部 茶屋町



リハビリ倶楽部 笹沖



五感リハビリ倶楽部 岡南



五感リハビリ倶楽部(笹沖)



元気デザイン倶楽部(笹沖)



リハビリ倶楽部 邑久

## グランプリ

空と僕 心の中をくらべれば  
雨雲ありきで 似たりよったり

【講評】中島みゆきの名曲のような、空模様と心模様の身近さに気が付かせてくれる一句。思い悩む心情と空模様を重ねた表現に青春時代を思い出しました。

四国医療専門学校作業療法学科  
永井 伸一

## 準グランプリ

澄みし青 雲尚白し 秋の空

【講評】変化が激しい秋の空は、四季の中でも特に空気が澄んで新鮮です。そんな毎年訪れる空の感動を見事な色の描写で表現されました。

そうしんクリニック茶屋町  
篠原みどり

# 投稿紹介

## テーマ 雲 または 空

今回は182句の投稿がありました。  
ご応募いただき、本当にありがとうございます。  
ごさいます！次回もお待ちしております。

次回テーマ

## 節分

次回締切: 2021年12月25日

投稿方法: 投稿用紙に作品を書いて  
◎投稿箱 または、  
◎FAX(086-428-0946)  
に投稿をしてください

事業所の玄関や  
フロアにあります



## 入選

- 茜空 家路に急ぐ 鳥の群** (リハビリ倶楽部岡南 西屋勝博)
- 草取の 腰を伸ばせば 秋の空** (元気デザイン倶楽部中洲 岡愛子)
- ちぎれ雲 いつはぐれたか 一人旅** (百年煌倶楽部岡南 松本清子)
- 帰り道 ふと見上げると 雲のかけっこ** (訪問看護リハビリステーション 秋山佐和子)
- 送迎の 車窓にさざ波 鱈雲** (百年煌倶楽部平田 友澤たけ子)
- 手を引いて ひまごと帰る あかね空** (百年煌倶楽部平田 木村ふみ子)
- ごう音や どこから聞こえる 雲の上** (百年煌倶楽部茶屋町 池田克子)
- 粉化粧 気付いてみれば 鯖雲似** (リハビリ倶楽部邑久 山根洋子)
- 逢いたいよ 見上げて祈る 雲はゆく** (元気デザイン倶楽部茶屋町 大森美子)
- 夕立に 家へといそぐ 帰り道** (リハビリ倶楽部笹沖 山中祐治)
- 見上げる空に 虹の架け橋** (リハビリ倶楽部笹沖 山中祐治)

## 佳作

- 山鳩の なき声見れば 白い雲** (リハビリ倶楽部笹沖 野路昭雄)
- あのくもに のれるものなら たびしたい** (元気デザイン倶楽部茶屋町 岩崎恒子)
- 時雨降る 塔をまたぎて 虹の出る** (元気デザイン倶楽部総社 渡邊雅章)
- 空青く 稲穂実りて 太鼓の音** (訪問看護リハビリステーション サテライト中洲 安藤圭子)
- 曇り空 オレはリハビリ 空元気** (百年煌倶楽部平田 平松幹也)
- 空海に浮かぶ 郷土の 松山城** (百年煌倶楽部茶屋町 清重浩二)
- 夕暮れの 黄金の稲に 白い月** (リハビリ倶楽部邑久 浮田富子)
- 空仰ぐ 幼き頃の 茜雲** (百年煌倶楽部平田 富岡淳)
- 空の旅 もう一度行きたや バリ島へ** (元気デザイン倶楽部(笹沖) 藤原恒子)
- 雲走る 音を包みて 紅葉映ゆ** (リンクスライヴ笠岡 吉貫直久)
- 雲をつかみ 粘土みたいに こねたいと** (リハビリ倶楽部邑久 吉貫直久)
- 言った幼児 あれはいつの日** (リハビリ倶楽部邑久 岡野啓子)

このコーナーでは川柳や俳句、短歌を(ご自身の作品で未発表のもの)募集しております。投稿されたものは、社外報やウェブサイト等に掲載することがありますので、ご了承ください。審査員がじっくりと選ばせていただいております。ぜひ皆様の投稿を楽しみにしています。わからないことはお近くのスタッフまたは広報CSR部までお問い合わせください。



# 社外報 読者アンケート vol.110

## FAX 086-428-0946

(24時間受付)

**Q1** 創心會グループ 社外報 PRIDESign を読む頻度について教えてください。  
該当する番号に○をつけてください

1. 今回のはじめて    2. 毎号読んでいる    3. たまに読んでいる

**Q2** 本誌で掲載している記事や内容はいかがですか？  
該当する番号に○をつけてください

1. とても良い    2. 良い    3. 普通    4. 悪い    5. とても悪い

**Q3** 本誌で興味深かった・面白かった記事にチェックしてください。(複数選択可)

- |  |                                 |                                     |
|--|---------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 特集(健康を守る冬の生活習慣) | <input type="checkbox"/> SDGsな人 | <input type="checkbox"/> TOPIC NEWS |
| <input type="checkbox"/> 創心会リハケアベース大安寺   | <input type="checkbox"/> 創心會の笑顔 | <input type="checkbox"/> 読者プレゼント    |
| <input type="checkbox"/> 部門紹介            | <input type="checkbox"/> 投稿紹介   | <input type="checkbox"/> 年末年始のお休み   |

**Q4** その他、今後読みたいテーマやご意見・ご要望をお聞かせください。

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

フリガナ	性別 <input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性	
氏名	電話番号	
年齢	<input type="checkbox"/> ~20代 <input type="checkbox"/> 30代 <input type="checkbox"/> 40代 <input type="checkbox"/> 50代 <input type="checkbox"/> 60代 <input type="checkbox"/> 70代 <input type="checkbox"/> 80代 <input type="checkbox"/> 90代~	
住所	郵便番号	市 区
メールアドレス		
ご利用施設やサービス	区分 <input type="checkbox"/> ご利用者様 <input type="checkbox"/> ご家族様 <input type="checkbox"/> その他( )	ご希望プレゼント番号(※)
<input type="checkbox"/> 通所 <input type="checkbox"/> 訪問		

(※)複数のご応募は無効とさせていただきます  
必ずご記入ください

キリトリ線

のりしろ②

のりしろ①と貼り合わせてください

のりしろ③

毎日均一な商品を納品するために新しい専用機を導入し、カットから袋詰め作業、梱包までを行っています。



合同会社ど根性ファーム

合同会社ど根性ファームでは新規事業として、岡山市南区片岡にあるサウスヴィレッジ内にある第2カッタ工場内でカットキャベツの加工事業を開始しました。加工された商品は、本年10月から山陽マルナカ全店にて販売されています。

工場は365日稼働し、1日あたり1000袋、製造・出荷します。この商品の製造過程にかかわっている障害者職員は約40名。ど根性ファームの職員をはじめ、同じ創心會グループである株式会社リンクスライヴが運営する就労継続支援A型のスタッフです。笠岡にあるカッタネギ工場での経験を活かし、施設外就労によって、雇用の安定と工賃収入の維持・向上に向けて、株式会社リンクスライヴと共に、双方の事業ニーズを合致させ、より一層、事業成長を目指します。



山田 浩貴さん



コミュニティベース Chaya-Cafe & 模擬就労事業

暖かな色使いが魅力的なパステルアートで描かれたかわいいお地蔵さんのカレンダーが創心会リハケアタウン東館1階にあるChaya-Cafeで12月から販売を開始します。模擬就労を通じて出会った二人。作品からは障害を感じさせません。2022年からはChaya-Cafeの素敵なカレンダーと共に過ごしませんか。ご注文はお近くのスタッフ、または☎080(3120)4727まで。



岡本 晴美さん



平松 孝子さん

## パステルアートで彩る2022年

真つ直ぐ育つよう支柱を作ったり、花の重みで茎が折れないようにネットを張るなど丹精込めて育てます。



合同会社 連

合同会社連が倉敷市早沖で新たに菊栽培を始めました。6月中旬、温室で定植した苗は順調に成長し、9月中旬より4回に亘って試験出荷することができました。職員の二神力也さんは「地域の方々が加齢や障害に関わらず、活躍できる場を広げたい」との思いでスタートしましたが、適正な水や肥料の量、アブラムシ等の駆除など、一つひとつが初めてのことばかり。大変なこともありますが、手を掛けた分だけ目に見える変化があり、日に日に成長していく過程がやりがいです」と話してくれました。

## ど根性ファームが カットキャベツ事業開始!!



## 菊栽培で新たな活躍の場を



かもし課

のりしろ④

のりしろ②と貼り合わせてください

のりしろ③

大王製紙株式会社様 提供

エリエール  
ハイパーブロックマスク(ふつうサイズ:28枚)



1

20名様

99パーセントカットフィルターでウイルス飛沫や花粉の侵入を防御。メルトブローン不織布採用し、耳掛け部分がマスクの頬部分を包みこんですきまを作りにくい構造です。立体プリーツ構造なので、口元に空間ができやすく、息苦しさを軽減。紙おむつの技術を活かした製法の幅広の伸縮耳掛けを使用し、耳への負担が少ないマスクです。

2

パラマウントベッド株式会社様 提供  
マルチトートバッグ  
(サイズ:横26cm×縦32.5cmマチ12cm)



35名様

ちょっとしたお出かけにも、セカンドバッグ用としても使い方もいろいろ！マルチに使用できるしっかりとした帆布(キャンバス)生地のトートバッグです。A4サイズの書類やファイルも入り、マチ幅が12cmと小さすぎず大きすぎない使いやすいサイズ。両サイドと内側にはポケットが付いています。

3

岩盤健康革命様 提供  
岩盤浴サンプルセット  
(皇輝石シート+DVD+お試しチケット)



30名様

皇輝石シートが  
体温に反応して  
ポカポカ〜

岩盤浴とは、45~50℃くらいに温めた天然鉱石に横たわり身体を温める、お湯のいらぬ温浴法です。温めた岩盤からは、体に浸透しやすい波長(4~14ミクロン)の遠赤外線が放出されており、自律神経を整え、免疫力を高める効果があります。

岩盤健康革命/倉敷市吉岡295 TEL.086-430-3500



撮影秘話



リハビリ倶楽部新涯  
中村 巖さま

「遂にこの時が来た」と、ご家族も職員も猛プッシュ！中村様も快く表紙モデルを承諾してくださいました。長年、煎餅製造会社を経営して来られ、ご自身が煎餅を焼くときの正装である作務衣とバンダナスタイルで撮影に臨まれました。当日は撮影アイテムにと非売品の煎餅をご準備くださり、来所中の実習生などギャラリーからの声に笑顔で応えながら色々なポーズに挑戦してくださいました。撮影は楽しかったと、その後は以前にも増してリハビリに熱が入り、エネルギーが湧いてきたそうです。表紙には、そんな中村様の覇気ある表情が出たお写真をチョイスしました。

PRIDE sign

プライドデザイン vol.110

発行日:令和3年12月1日  
編集・発行:創心会グループ 広報CSR部  
〒710-1101 倉敷市茶屋町2102-14  
TEL:086-420-1500(代表)  
Mail:info@soushinkai.com

キリ線

個人情報保護に関して、広報誌を発刊するにあたり、創心会グループでは、ご利用者様をはじめとする全ての創心会グループに関係する方々の個人情報の保護が重大であると考え、「個人情報の保護に関する法律」に基づき、お預かりした個人情報について、以下のとおり適正かつ安全に管理・運用することに努め、次に挙げる利用目的の範囲内で、個人を特定できない形で処理した統計データとして利用いたします。■個人情報の取得と利用目的/①プレゼントの抽選、当選商品発送のため ②バックナンバーの発送のため ③広報誌発行に伴う連絡・DM、各種お知らせ等の配信・送付のため ④創心会グループからのセミナー、キャンペーン等イベントのご案内のため ⑤読者様からのお問い合わせ・ご依頼へのご回答のため ⑥個人を特定しない形式の統計資料作成のため ■共同利用する個人情報等の項目/創心会グループは、個人情報(氏名、住所、電話番号、年齢、メールアドレス)を次のグループ会社間で前述した利用目的で共同利用する場合があります。①共同利用する者の範

囲/株式会社創心会、株式会社ハートスイッチ、社会福祉法人創心福祉会、株式会社リンクスライヴ、合同会社と根性ファーム、合同会社連、そうしんクリニック茶屋町 ②共同利用の管理責任者/株式会社創心会 【連絡先】〒710-1101 倉敷市茶屋町2102-14 株式会社創心会(広報・CSR部 河崎崇史) 代表取締役社長 二神雅一 TEL:086-420-1500 ■第三者提供/創心会グループは、ご本人の事前の同意を得た場合、法令に基づく場合その他法律上認められている場合を除き、個人データを第三者へ提供することはありません。■開示請求/貴殿の個人情報について、ご本人には、開示・訂正・削除・利用停止を請求する権利があります。手続きにあたっては、ご本人確認の上、対応させていただきますが、代理人の場合も可能です。詳細については、以下「個人情報相談窓口」へご連絡ください。【個人情報相談窓口】〒710-1101 倉敷市茶屋町2102-14 創心会グループ個人情報問い合わせ窓口 TEL:086-420-1500 FAX:086-428-0946 E-mail:info@soushinkai.com

山折り③



倉敷市茶屋町 2102-14  
社外報「PRIDEsign」vol.110  
2021年12月号プレゼント係



710-8790  
344

山折り②

氏名や住所など、はっきりご記入いただけますと幸いです。  
この読者アンケートは、ファックスまたは封書としてご利用いただけます。  
ファックスの場合はP.17のみご送信ください。

封筒でご送付の場合、切手は不要です

のりしろ④と貼り合わせてください

山折り①

アンケートにご協力をいただいた方々に心から感謝申し上げます。

皆様からいただいたご意見やご指摘につきまして、真摯に受け止めると共に改善努力を継続していくことで皆様にご満足いただける誌面を目指してまいります。


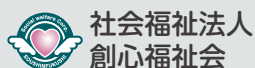
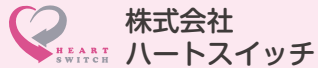
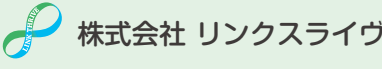
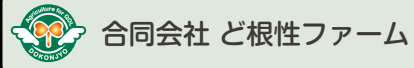
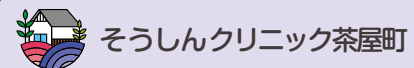
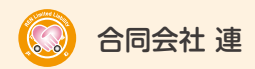
今後もよりご満足いただけるよう努めてまいりますので、引き続き貴重なご意見をいただけますようお願いいたします。

©2021 PRIDEsign

©2021 PRIDEsign

# 年末年始のお休み

平素は、格別のご愛顧を賜り厚くお礼申し上げます。誠に勝手ではございますが、下記の期間を休業させていただきます。皆さまにはご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご了承の程よろしくお願いいたします。

	サービス	事業所	休業日	
 <b>株式会社 創心會</b>	保育	そうしんかいぽっ歩保育園	12/29 ~ 1/3	
	障害福祉	児童発達支援ルーム心歩	12/31 ~ 1/3	
		就労準備型デイサービスTOIROAD+		
	デイサービス	リハビリ倶楽部		
		元気デザイン倶楽部		
		百年煌倶楽部		
	訪問サービス	五感リハビリ倶楽部		
		訪問看護リハビリステーション		
	ヘルパーステーション			
	ケアマネジャー	居宅介護支援センター		12/30 ~ 1/3
	ショートステイ	ポジリハショート		年中無休
	グループホーム	グループホーム 心から		年中無休
福祉用具・レンタル・販売	生活環境プランニング	12/29 ~ 1/3		
自費サービス	元気の体操(現在休止中)	12/28 ~ 1/9		
	健康教室【会員制】			
パン販売	Chaya-Cafe	12/30 ~ 1/5		
 <b>社会福祉法人 創心福祉会</b>	ぽっ歩保育園 平田	12/30 ~ 1/3		
	百年煌倶楽部 平田	12/31 ~ 1/3		
	ポジリハショート 平田	年中無休		
	くらしき日和 平田(特別養護老人ホーム)			
	居宅介護支援センター 平田	12/30 ~ 1/3		
 <b>株式会社 ハートスイッチ</b>	人材紹介・研修・資格講座・コンサルティング		12/30 ~ 1/3	
	ハートスイッチ校	倉敷校		
		東岡山校・岡山南校		
岡山校	12/29 ~ 1/3			
 <b>株式会社 リンクスライヴ</b>	就労継続支援A型	リンクスライヴ妹尾	1/1 ~ 1/2	
		リンクスライヴ笠岡	12/31 ~ 1/2	
	就労継続支援B型	リンクスライヴ茶屋町	12/31 ~ 1/3	
 <b>合同会社 ど根性ファーム</b>	圃場・第一カット工場、第二カット工場		年中無休	
 <b>そうしんクリニック茶屋町</b>	医療保険	外来(内科・リハビリ科)・訪問診療	12/31 ~ 1/3	
	介護保険	訪問リハビリ		
 <b>合同会社 連</b>			12/31 ~ 1/3	

※休業日に関しては、事業所・サービスにより異なります。  
ご不明点などございましたら、ご利用中の事業所にお問い合わせくださいませ。