

# ライフケア大手門 ぐるーぷほーむ通信

令和8年  
4月号

## ライフケア大手門 グループホームの理念

私たちは、ご入居者とそのご家族が、毎日を安心して生活出来るよう介護を通して支援します。  
そのためにご入居者の背景を尊重して、ご家族と一緒に継続した支援を行います。  
また、私達スタッフは互いに声を掛け合い、協力体制をとりながら、共に成長し合える関係づくりに努めていきます。



あたたかな気候と満開の桜に包まれるなか、ホームでも新年度がゆるやかに始まりました。気候がずいぶんと良くなり、ホームでは【ご入居者が季節を感じる事ができる】と月目標に掲げて取り組みました。桜もちやチョコレート、おはぎづくりなど季節に合わせたおやつ作り、大濠公園や簀子公園、福崎公園への外出、屋上カフェなど盛んに活動しました。お空の下ではみなさんの笑顔が違いますね。3月は、9名全員でホームの外に出る機会が多く、こんなに何度もホームを留守にしたことは過去になかったように思います。「ご入居者のみなさんに、季節を感じてほしい」「楽しく過ごしてほしい」とスタッフみんなが同じ気持ちでいること、またボランティアさん達との馴染みの関係が定着してきたことなどが実現につながっているように思います。

ホームでは、毎日【朝の集い】と【午後の集い】を行うことが定着し、体操の挨拶や号令、閉会の挨拶はご入居者が担当されます。朝の集いでは、食堂に1日設置している予定表(白板)を用いて、ホームの予定や献立、個人の予定をお伝えします。地域のイベントや、お手伝いなどがあれば、誰にしてもらうか入居者会議の中で決めるようにしており、拭き掃除やホームの仕事でも「手伝っていいよ」と挙手してくださっています。

今年度も、ご入居者のみなさんがご自分の意向を大切に毎日を過ごせるように、また地域のなかでの暮らしができるように。不安なく、1日1日を過ごすことができるように、スタッフ一層気を引き締めて、ご支援して参ります。

令和8年4月 介護主任 K・S

河野が理事に就任させていただいている【NPO法人福岡県高齢者グループホーム協議会】の研修や交流会には、職員が頻繁に参加をしています。その研修のなかで行われる【きらり★ほっとフォトコンテスト】に今年も参加しました。イベントの趣旨を入居者の皆様に説明して撮影し、①みんなでミャクミャク元気はつらつ②ひろ～い空に飛行機が飛びよう、の2枚の写真でエントリーし、屋上カフェの一コマである②の写真でAブロック長賞を受賞しました。Aブロック長の事業所は大野城市にあり、大野城跡を形にしたお菓子で【大野ジョーくん】のイラストが載ったドーナツを賞品として受け取りました。すぐにもう一度屋上カフェを開催して受賞報告を行い、みんなで楽しくうれしく、美味しくいただきました。



## 児童下校見守り・簀子見守り隊活動について、 すのこ自治連合会よりお礼をいただきました！





節分



バレンタイン



ひなまつり~桜もちづくり~



# おやつづくり



# 創立記念寿司食会



# お彼岸～おはぎづくり～



# お花見・屋上カフェ



# 外出ボランティア





**ニューサポコラム 第30回♪**

**5月17日「高血圧の日」～今日からできる血圧対策と運動習慣～**

5月17日は高血圧の日です。高血圧は自覚症状が少ない一方で、脳卒中や心臓病の原因となる「気づかぬうちに悪化する病気」です。福岡県では高血圧の人が比較的多く、後期高齢者ではおよそ3人に2人、生活習慣病で治療中の人の約7割が高血圧を持つとも言われています。日頃からの予防と管理が重要です。

- ①運動のポイント
  - ・ウォーキングなどを1日20分程度・少し息が弾む程度で継続・スクワットなど下半身の軽い筋力運動
- ②血圧測定
  - ・毎日同じ時間に測る・座って安静後に測定・記録をつける
- ③受診の目安
  - ・135/85mmHg以上が続く・頭痛やめまいがある

高血圧は脳卒中などの原因となり、後遺症を残すこともあります。放置せず、「高血圧の日」をきっかけに10分の散歩から始めてみましょう。  
～株式会社 ニューサポート様より～