



FROM ぽれぽれ

～ゆっくり たのしく ごいっしょに～

私たちは地域に根差した介護事業を展開する
「株式会社ひまわりの会」「社会福祉法人うねび会」を運営するぽれぽれグループです。
皆さま、スタッフのためのインフォメーション誌「FROMぽれぽれ」を隔月に発行させていただいています。
また、ぽれぽれホームページ(<http://www.porepore.co.jp/>)も合わせてご覧いただければ幸いです。

令和4年
7.8月
163月号

スタッフ向けインフォメーション 7.8月			
研修・会議名	日 時		場 所
採用時研修	―――	8/1(月) 9:00～18:00	八木西スクエア
部門別研究会(グループホーム)	7/4(月) 10:00～11:00	8/4(木) 10:00～11:00	Web会議(研修センター・四条大路・ケアセンター白檀)
部門別研究会(デイサービス・リハサロン)	7/13(水) 18:00～19:00	8/10(水) 18:00～19:00	Web会議(研修センター・四条大路・ケアセンター白檀)
部門別研究会(訪問介護)	7/15(金) 17:00～18:00	8/12(金) 17:00～18:00	Web会議
ケアマネ研修会	7/14(木) 9:00～11:00	8/18(木) 9:00～11:00	Web会議(研修センター・四条大路・八木西スクエア)
食事研究会	7/20(水) 16:00～17:00	8/17(水) 16:00～17:00	ぽれぽれ学園前レジデンス
リーダー研修・キャリアアップ研修(ひまわりの会)	7/26(火) 18:15～19:30	8/25(木) 18:30～19:30	各事業所
業務改善会議	7/19(火) 9:15～11:30	8/23(火) 9:15～11:30	Web会議(研修センター・四条大路・ケアセンター白檀・八木西スクエア)
登美ヶ丘事業所会議	7/19(火) 16:00～17:00	8/23(火) 16:00～17:00	ぽれぽれ登美ヶ丘
秋篠事業所会議	7/19(火) 15:00～16:00	8/23(火) 15:00～16:00	ぽれぽれ秋篠
四条大路事業所会議	7/19(火) 13:00～14:00	8/23(火) 13:00～14:00	ぽれぽれ四条大路
中和・樫原事業所会議	7/4(月) 13:00～14:00	8/1(月) 13:00～14:00	Web会議
管理者会議(うねび会)	7/19(火) 10:15～12:00	8/23(火) 10:15～12:00	ぽれぽれケアセンター白檀
マネジメント研修(うねび会)	―――	8/23(火) 17:30～19:00	ぽれぽれケアセンター白檀
財務会議	7/27(水) 9:30～11:30	8/30(火) 9:30～11:30	Web会議

Q

85歳の夫が足を怪我したので車いすでの通院が必要になりました。
介護タクシーを使いたいのですがどうしたらいいですか？

A

介護認定のない方は、介護保険の申請が必要です。
介護度により2種類の方法があります。
①要介護1～5までの方は、介護保険を利用できます。
ただし、事前に契約や介護の計画書が必要です。ケアマネジャーにご相談ください。
②申請前や要支援の方は、実費での利用になります。
必要に応じて介助はしてもらえます。

お 便 り コ ー ナ ー

お便りはこちらまでお願いします。fax.0742-43-3343 E-mail : info@porepore.co.jp

高齢者の暮らし相談

毎月第4土曜日
10:00～17:00 各事業所にて

「一人で入浴するのが怖く
なってきた」
「できる限り自宅で暮らして
いきたい」等
どんな些細なことでも
ご相談ください。
その他いつでも
下記、お問い合わせ先まで
ご相談ください。

「ぽれぽれグループ」概要

- 【理念】「尽道楽生」～ゆっくり、楽しく、一緒に～
【方針】 ①質の高いサービスの提供 ②王道をいく ③「考える」「学び合う」「実践する」組織 ④地域に開かれた組織
⑤発展的、継続性ある組織

株式会社 ひまわりの会

【代表取締役】酒井 建次

【本社】〒631-0004 奈良県奈良市登美ヶ丘2-2-15 TEL.0742-53-4165

ぽれぽれ登美ヶ丘

グループホーム・デイサービス・居宅介護支援

〒631-0004 奈良市登美ヶ丘2-2-15 TEL.0742-30-5515

ぽれぽれ奈良公園(ぽれぽれ茶屋)

認知症カフェ

〒630-8291 奈良市西笹鉾町40番地 TEL.0742-53-4165

ぽれぽれ四条大路

居宅介護支援・グループホーム・サ高住・デイサービス・リハサロン

〒630-8014 奈良市四条大路2-860-1 TEL.0742-30-5314

ぽれぽれ秋篠

居宅介護支援・訪問介護・デイサービス

〒631-0814 奈良市秋篠三和町1-1-21 TEL.0742-30-5420

ぽれぽれ中和

デイサービス

〒634-0061 橿原市大久保町332-2 TEL.0744-28-6560

ぽれぽれ橿原住宅支援相談センター

居宅介護支援・訪問介護

〒634-0051 橿原市白檀町2-29-8 TEL.0744-28-6561

ぽれぽれ学園前レジデンス

住宅型有料老人ホーム

〒631-0004 奈良市登美ヶ丘4-8-3 TEL.0742-53-7088

お問い合わせ先

受付時間9:00～18:00(日曜日を除く) ☎0120-532-315

社会福祉法人 うねび会

【理事長】酒井 宏和

【法人本部】〒634-0823 奈良県橿原市北越智町322番地

ぽれぽれケアセンター白檀

・なごやかホーム(地域密着型特別養護老人ホーム)
・グループホーム ・ショートステイ
・リハビリ強化型デイサービス ・街の介護相談室
・事業所内保育所 ・家事支援(ぽれぽれ生活支援隊)

〒634-0823 橿原市北越智町322番地
TEL.0744-28-6511 ☎0120-508-085

ぽれぽれ白檀コンフォート

住宅型有料老人ホーム

〒634-0823 橿原市北越智町321番地
TEL.0744-28-6528 ☎0120-508-085

ぽれぽれ八木西スクエア

・リハビリ強化型デイサービス・訪問介護
・ケアプランセンター・街の介護相談室・地域交流スペース

〒634-0811 橿原市小綱町11番地7 TEL.0744-22-2256

あおやま街の介護相談室

・ケアプランセンター・介護相談・入居相談

〒630-8101 奈良市青山4丁目3番地2
TEL.0742-20-0200 FAX.0742-20-0201



ぽれぽれ秋篠デイサービス 外出時撮影

未来の介護福祉士を目指して ～ぽれぽれグループの養成講座～



ぽれぽれ秋篠
マネジャー 酒井祐子

現在、ぽれぽれグループでは「ぽれぽれの学校」として
介護福祉士実務者研修と介護職員初任者研修の2種類の養成講座を開催しています。
中でも、介護福祉士実務者研修は介護福祉士国家試験の受験の際に、実務経験3年に加えて実務者研修(450時間)の修了が必須となっており、介護福祉士を目指す方は必ず通る道となっています。
毎年6月頃より開催され、5か月間の自宅学習によるレポート作成、2か月9回にわたるスクーリング(面接)授業を経て修了となります。
内容は、人間の尊厳と自立、介護の基本に始まり、認知症や障害の理解、医療的ケアなど実技も含め、豊富で介護職にとって大事な内容です。

ぽれぽれ秋篠の事業所でも、毎年数名のスタッフが実務者研修を受講しており勤務しながらのレポート提出やスクーリングの受講は大変ですが、同じ志を持った仲間との学びは楽しいとの事でした。学んだ事で新たな気付きや発見などがあり、ご利用者への対応や介護技術などのスキル向上や自信につながっています。スキルを向上させることでよりよいサービスの提供ができ、グループ全体の質の向上にもつながっていくことを目指しています。
今年も、実務者研修の受講が始まっています。受講生の皆さまが、多くの事を学び実践し、無事研修を修了されて介護福祉士に合格されることを願っています。

生前整理のススメ

関西廃棄物処理センター
代表 林 康平

私たちは日々ご遺品整理を承っております。
作業の前には事前にお見積りにお伺いさせて頂くのですが、
現在80～90歳代の方は戦前世代で「もったいない精神」
が骨身に刷り込まれており、ほとんどのお宅が物であふれ
かえています。
遺品整理のご依頼者様のほとんどは故人のお子様です。
我々に作業をご依頼いただく前にまずは自分たちで遺品整
理作業を始められますが、片付け始めたものの「物が多
すぎる」「どこから手を付ければよいのか分からない」「遠方に
住んでいるので片付けの時間が足りない」等の理由で途中
で諦められる方が多くいらっしゃいます。
もちろん自分たちで遺品整理をすると丁寧に整理が出来る
うえ費用が抑えられるというメリットもございますが、遺留品
とゴミの分別などは手間と時間が掛かかる上、何よりも気持
ちの整理が出来ていないと更に悲しみが深まってしまう可
能性もあります。

私どものようなプロの遺品整理士・生前整理の資格を持
った業者に任せることになりますと「ある程度の費用が掛か
る」というデメリットもございます。料金やサービスの内容も業
者によって様々です。安心して任せられる業者を見つける
には、いくつか業者の相見積もりをとることをお勧めします。
なにより、お子様にこういった不安や負担を残し、辛い思い
をしてもらわないためにも、ご本人がご存命の間に「もった
ない」気持ちはぐっとこらえて頂き、生前整理を進めて物を
減らしておくことをお勧めします。

関西廃棄物処理センター 受付 9:00-21:00



SDGs取組
1

後藤 豊子
ぽれぽれ
檀原在宅支援
相談センター

「古着deワクチン」という有料で古着を寄付する
サービスを利用しています。
封入・発送作業は全国の福祉作業所で行われ、
障がい者の方の仕事につながっています。
古着は、カンボジアへ送られ、現地スタッフが販売します。
また、発展途上国へ寄付するための選別、輸出も行い
現地の雇用を生み出しています。
利用代金の一部でミャンマー、ラオス、ブータン、
バヌアツの子どもたちに
ポリオワクチンが寄付されます。

口腔ケアについて

(令和4年3月キャリアアップ研修より)



ぽれぽれ登美ヶ丘会
デイサービスリーダー
西 悦代

口腔ケアとは

口を清潔に保つことで、歯周病や虫歯などの様々な口のトラブルを予防し、
それに伴う全身の健康状態の維持と向上を目指すケア

口腔ケアの目的と主な効果

- ・虫歯、歯周病の予防
- ・口臭の予防
- ・味覚の改善
- ・唾液分泌の促進

食べる意欲の改善
栄養状態の改善

- ・会話などのコミュニ
ケーションの改善
- ・かむ力の改善

認知機能の維持
(認知症予防)

- ・口腔機能の維持・回復
- ・虫歯・歯周病の予防
- ・唾液分泌の促進

ごえんせい
誤嚥性肺炎生活習慣病の予防

口腔ケアのポイント

- ① 短時間で終わらせる
- ② できるだけ自分で
- ③ 姿勢に気を付ける
- ④ 口の中の健康状態チェック

清掃の方法

- ① うがい
- ② 入れ歯や歯の清掃
- ③ 粘膜の清掃
- ④ 舌の清掃
- ⑤ 歯ブラシストレッチ

唾液の分泌を促す

年齢とともに減ってしまった唾液の分泌を促し、口の中の清潔を保って
口腔感染を予防し、また消化を助ける。

口腔ケア体操

食事前に行う体操

- ・(パタカラ体操)(あいうべ体操)
- ・唾液の分泌を促す
(耳下腺・顎下腺・舌下腺を5～10回指で軽く押す)

研修を
終えて

デイサービスでは、昼食前に必ず嚥下体操を行っています。
口腔ケアの目的・効果を踏まえ「いただきます」の前に必ず行い、
ご利用者の誤嚥を防ぎ食事を楽しく召し上がっていただきたいと思います。

ひまわりの
会

ぽれぽれの学校

介護福祉士合格者

うねび
会

ぽれぽれ四条大路

ぽれぽれ学園前レジデンス

ぽれぽれケアセンター白樺



藤田 真理子



木村 京美



中村 里加



元房 仁見



木原 裕希子

ぽれぽれ

登美ヶ丘 インフォメーション

登美ヶ丘デイサービスでは外出以外にもイベント行事を行い、楽しい一時を過ごしています。

7月は七夕行事があり、それぞれ思い思いに短冊へ願いを書いて笹に飾りつけをします。

8月は夏祭りを行い、屋台メニューを食べて頂き、盆踊りにも参加して頂いています。

「楽しかった!」や「来てよかった!」と皆さま、大変喜んで下さっています。

ぽれぽれ登美ヶ丘デイサービス 平田 ひろえ

デイサービス外出・行事予定

令和4年 7月				令和4年 8月			
1(金)	獅子が丘	16(土)	大仏鉄道公園	1(月)	大仏鉄道公園	16(火)	高山〜くろんど池
2(土)	京阪奈〜鳥谷公園	17(日)	※	2(火)	奈良公園	17(水)	室内ゲーム
3(日)	※	18(月)	王龍寺〜飛鳥カントリー	3(水)	獅子が丘	18(木)	獅子が丘
4(月)	宝山寺	19(火)	神功公園	4(木)	宝山寺	19(金)	宝山寺
5(火)	神功公園	20(水)	大和民俗公園	5(金)	高円山ドライブウェイ	20(土)	大仏鉄道公園
6(水)	ふろーらむ	21(木)	ふろーらむ	6(土)	王龍寺〜飛鳥カントリー	21(日)	※
7(木)	七夕まつり	22(金)	王龍寺〜飛鳥カントリー	7(日)	※	22(月)	王龍寺〜飛鳥カントリー
8(金)	緑の文化園	23(土)	神功公園	8(月)	夏祭り	23(火)	神功公園
9(土)	高山〜くろんど池	24(日)	※	9(火)	緑の文化園	24(水)	奈良公園
10(日)	※	25(月)	理美容	10(水)	大仏鉄道公園	25(木)	室内ゲーム
11(月)	奈良公園	26(火)	室内ゲーム	11(木)	県立図書情報館	26(金)	京阪奈〜鳥谷公園
12(火)	王龍寺〜飛鳥カントリー	27(水)	王龍寺〜飛鳥カントリー	12(金)	神功公園	27(土)	獅子が丘
13(水)	獅子が丘	28(木)	緑の文化園	13(土)	高山〜くろんど池	28(日)	※
14(木)	宝山寺	29(金)	奈良公園	14(日)	※	29(月)	理美容
15(金)	神功公園	30(土)	高円山ドライブウェイ	15(月)	緑の文化園	30(火)	王龍寺〜飛鳥カントリー
		31(日)	※			31(水)	大和民俗公園



ぽれぽれ

四条大路 インフォメーション

◆デイサービス

7月から百日紅(さるすべり)の花が咲き始めます。街中の色々な所に

咲いており、外出中の車内では、「あっ!ここにも百日紅がある」とご利用者の目をひきます。

つるつるして猿も滑る木と言う名前が印象的ですが、漢字の由来通り7月〜9月の百日間咲き、長期間楽しめます。

デイサービス外出・行事予定

令和4年 7月				令和4年 8月			
1(金)	奈良市内	16(土)	斑鳩方面	1(月)	奈良公園	16(火)	奈良市内(百日紅)
2(土)	長久寺	17(日)	休み	2(火)	フローラム	17(水)	京阪奈方面
3(日)	休み	18(月)	奈良市内(百日紅)	3(水)	室内レクリエーション	18(木)	白川ダム(ゆり)
4(月)	御嶽山大和本宮	19(火)	奈良市内(百日紅)	4(木)	奈良市内(百日紅)	19(金)	桃尾の滝
5(火)	室内レクリエーション	20(水)	斑鳩方面	5(金)	奈良市内(百日紅)	20(土)	桃尾の滝
6(水)	長久寺	21(木)	室内レクリエーション	6(土)	フローラム	21(日)	休み
7(木)	御嶽山大和本宮	22(金)	生駒山麓公園	7(日)	休み	22(月)	桃尾の滝
8(金)	大和郡山方面(蓮の花)	23(土)	桃尾の滝	8(月)	室内レクリエーション	23(火)	室内レクリエーション
9(土)	大和郡山方面(蓮の花)	24(日)	休み	9(火)	斑鳩方面	24(水)	宝山寺
10(日)	休み	25(月)	桃尾の滝	10(水)	フローラム	25(木)	宝山寺
11(月)	くろんど池	26(火)	奈良市内(百日紅・蓮)	11(木)	桃尾の滝	26(金)	奈良公園
12(火)	宝山寺	27(水)	奈良市内(百日紅・蓮)	12(金)	室内レクリエーション	27(土)	奈良市内
13(水)	室内レクリエーション	28(木)	京阪奈方面	13(土)	白川ダム(ゆり)	28(日)	休み
14(木)	奈良公園	29(金)	室内レクリエーション	14(日)	休み	29(月)	宝山寺
15(金)	奈良公園	30(土)	天理方面(ひまわり)	15(月)	白川ダム(ゆり)	30(火)	白川ダム
		31(日)	休み			31(水)	室内レクリエーション

ぽれぽれ四条大路デイサービス 飯島 恵美



学園前レジデンス インフォメーション



気持ちの良い晴天に恵まれた屋上で、お茶会を開催しました。
生駒山や大池公園の新緑を眺めながら、桃のスムージーとお菓子をいただきお茶会を堪能されておられました。

青空
茶話会

「賭けない」「飲まない」「吸わない」をモットーに職員も交わり、ワイワイ言いながらの健康麻雀です。役を考えたり、牌をつかんだり、脳の活性化につながります。

健康
麻雀



◆リハサロン

菜の花の”黄色”と桜の”ピンク”に癒された



ひと時・・

自然に笑顔になってとってもいい写真!!



壁面には梅雨のイメージで色とりどりの世界



鯉のぼりも泳いでます～

兜と鎧を被った五月人形が待ち構えています。

リハサロンではいろいろなメニューをご用意しております

リハビリタイムでは
・理学療法士による一人一人に合わせた機能訓練
・スリング体操、平行棒体操、マシンを使用した運動や新聞棒を使った体操等
・認知症予防のコグニサイズや脳リハビリテーション

リラクゼーションタイムでは

・濡れない足湯
・メドマー(エアマッサージ器)
・ウォーターベット

サロンタイムでは

・ゲームや手芸、クラフト作成、おやつ作り、カラオケ等を実施

学習療法では

・右脳を使う読み書き、計算、間違い探し等
・頭すこやか体操(コグニサイズ)、体と頭を使った体操を実施

「いつまでも健康で自立した生活を送りたいけれどもどのような運動をどこでやればいいの？」

と悩んでいる方。

ぜひ、ぽれぽれ四条大路リハサロンへお越しください。

ぽれぽれ

秋 篠 インフォメーション

デイサービス外出・行事予定

令和4年 7月			
1(金)	奈良公園	16(土)	脳のトレーニング
2(土)	脳のトレーニング	17(日)	理美容
3(日)	お菓子作り	18(月)	加茂方面
4(月)	郡山城跡	19(火)	室内レクリエーション
5(火)	室内レクリエーション	20(水)	脳のトレーニング
6(水)	脳のトレーニング	21(木)	室内レクリエーション
7(木)	室内レクリエーション	22(金)	ふろーらむ
8(金)	十三峠	23(土)	脳のトレーニング
9(土)	脳のトレーニング	24(日)	お菓子作り
10(日)	お菓子作り	25(月)	笠置方面
11(月)	信貴山方面	26(火)	室内レクリエーション
12(火)	室内レクリエーション	27(水)	脳のトレーニング
13(水)	脳のトレーニング	28(木)	室内レクリエーション
14(木)	室内レクリエーション	29(金)	くろんど池
15(金)	柳生方面	30(土)	脳のトレーニング
		31(日)	お誕生日会

(1)雨天及び悪天候の場合予定を変更することがあります。(2)外出はご利用者別に機能訓練プランに添って実施。

(3)「オカリナ・ハーモニカ演奏会」現在お休みしております。

ぽれぽれ

中 和 インフォメーション

デイサービス外出・行事予定

令和4年 7月			
1(金)	壁画作り	16(土)	手芸教室
2(土)	壁画作り	17(日)	休み
3(日)	休み	18(月)	書道教室
4(月)	壁画作り	19(火)	おやつ作り
5(火)	壁画作り	20(水)	橿原神宮周辺散策
6(水)	壁画作り	21(木)	脳のトレーニング
7(木)	壁画作り	22(金)	書道教室
8(金)	脳のトレーニング	23(土)	藤原京散策
9(土)	明日香村散策	24(日)	休み
10(日)	休み	25(月)	脳のトレーニング
11(月)	脳のトレーニング	26(火)	室内レクリエーション
12(火)	手芸教室	27(水)	明日香村散策
13(水)	天理方面散策	28(木)	葛城方面散策
14(木)	室内レクリエーション	29(金)	お買い物レク
15(金)	お買い物レク	30(土)	消防訓練
		31(日)	休み

天候などにより予定を変更することがあります。講師の方の予定変更で内容が変わることがあります。

今年のお花見は、車内からでした。

窓を開けて、春の空気をいっぱいに吸い込んで
楽しみました。

ぽれぽれ秋篠デイサービス 糸井 潤治



令和4年 8月			
1(月)	奈良公園	16(火)	室内レクリエーション
2(火)	室内レクリエーション	17(水)	脳のトレーニング
3(水)	脳のトレーニング	18(木)	室内レクリエーション
4(木)	室内レクリエーション	19(金)	信貴山方面
5(金)	郡山城跡	20(土)	脳のトレーニング
6(土)	脳のトレーニング	21(日)	理美容
7(日)	お菓子作り	22(月)	柳生方面
8(月)	十三峠	23(火)	室内レクリエーション
9(火)	室内レクリエーション	24(水)	脳のトレーニング
10(水)	脳のトレーニング	25(木)	室内レクリエーション
11(木)	室内レクリエーション	26(金)	ふろーらむ
12(金)	脳のトレーニング	27(土)	脳のトレーニング
13(土)	お菓子作り	28(日)	お誕生日会
14(日)	お菓子作り	29(月)	天理方面
15(月)	お菓子作り	30(火)	室内レクリエーション
		31(水)	脳のトレーニング

マット運動や歩行練習など、毎日運動を
実施しています。たくさん頑張られた方には
頑張った賞がもらえます。元気に参加しましょう。

ぽれぽれ中和デイサービス 西方 佳美



社会福祉法人うねび会 インフォメーション

ぽれぽれケアセンター白樺



施設の隣にある千塚古墳へ花見に行きました。
見事な桜に皆さま見とれておられました。



おやつレクリエーションでたこ焼き
パーティをしました。

手際よくたこ焼きを焼く職員の
手つきに皆さまからは「上手やねえ」と
お褒めのお言葉をいただきました。

ショートステイ

・・・たこ焼きパーティ・・・

焼きたて熱々の
たこ焼きを
笑顔で
いただきます～



ぽれぽれ保育園



お外遊びのあとは
しっかり
手洗い!!



こいのぼり
づくり♪

ぽれぽれ八木西スクエア



久しぶりの外出で天気も良く
観音様が気持ちよさそうです。



レクリエーションに
リハビリの要素を
取り入れました。



コロナが少し落ち着き
お花見へ出かけました。

「ふらっとCAFE」いつでもどうぞ 「スクエア運動サロン」毎週日曜日

お気軽にお立ち寄りください…先ずはお電話を!!

0744-22-2256

ぽれぽれケアセンター白樺 デイサービス



アート
フラワー



ご利用者には生け花やフェルトを
使ったアートフラワーの作成等、
手や指先を使ったレクリエーションを楽しんでおられます。
フェルトの薔薇の下には芳香剤が入っており、とても良い
香りがしてご利用者も喜ばれておられました。

【マスクの着用】【手洗い】【検温】をお願いしております。

お手数をおかけしますが、感染予防の為、ご協力くださいますようお願いいたします。

ぽれぽれ白樺コンフォート

4月より 書道クラブとガーデニングを立ち上げました。



日常的に花を育てる空間や
書道を楽しむ時間を作る
ことができ「花」や「書」を通してご利用者同士や職員との
新たな交流の機会となっています。

