



# ベストケア

創刊号

介護の暮らし応援

発行/北条市辻610番地15  
ベストケア株式会社  
印刷/東子希望の家



## リハビリ

二人の理学療法士が個別にリハビリ。歩行ガスマーズになったと喜ぶ方も。「良くなりたい」という気持ちを引き出します。

## お出迎え



車イスの方も安心。リフト車が迎えに来てくれます。

## 昼食

煮魚や旬の野菜でバランス良く。ご飯の炊き加減も好みに合わせて。



## 1日体験レポート

# デイサービス で生活にハビリス

最近よく耳にする「デイサービス」って、どういうところなしてみたいけど、自分に合うかわからず…。そんな疑問を解決する『ベストケア・デイサービスセンター(山越)』の1日を体験。さんの行事で、あっといいう間に過ぎた楽しい1日を紹介します。の？利用のために、個人で、

こんな日は何が楽しめるの？



リハビリと並行して入浴・ゲーム・散歩などそれぞれに応じたメニューが組まれます。あいた時間には歩行練習したり、おしゃべりに花を咲かせたり…。



頭の中をぼんやり。おぼろげな世界がね〜

## 月見だんご作り & お茶会

だんごをこねていると重心に帰ったよう。毎日、いろいろな行事で飽きることがありません。



みんなで食べると美味しいけんよ〜竹筒で味わい。



## お見送り



あっといいう間の一日。また次が楽しみです。

— 創刊によせて —

ベストケア株式会社  
代表取締役 山田 哲



ベストケア・デイサービスセンター山越がお陰さまで開設1周年を迎え、また、8月石井に新センターがオープンしたのを記念して、介護通信を発行することになりました。これからも皆様に愛される施設を目指し、地域の皆様と交流を深めて参りたいと考えております。第1号ということで、今回はセンターの紹介をさせていただきましたが、今後広く介護についての情報を発信していきますので、よろしくお願いいたします。

私達が笑顔でお世話いたします。お近くのベストケアへ気軽にお電話下さい。

## 北条



住所/北条市辻610番地15  
TEL/089-960-2525

- 居宅介護支援事業 (ケアプラン作り)
- 訪問介護事業 (ホームヘルパー)

北条市の訪問介護は、ベストケアにお任せ下さい。あなたにぴったりのケアプランで快適な介護を応援します。

1Fに りんご薬局併設

## 山越



住所/松山市山越5丁目9-6  
TEL/089-911-0101

- 訪問介護事業 (ホームヘルパー)
- 通所介護事業 (デイサービス)
- 福祉用具貸与事業
- 2級ヘルパー養成研修

城北地区の皆様、介護のニーズにお応えします。福祉用具のレンタルの御相談も承っております。

## 石井



住所/松山市石井町694番地  
TEL/089-914-8880

- 通所介護事業 (デイサービス)

今年8月1日オープンしたばかり。ピカピカの施設で、城南地区の皆様のご利用をお待ちしています。ぜひ充実のリハビリをご体験下さい。

2Fに学習院のably (エイブリー) 併設

## 職員募集

- ◆ホームヘルパー(ヘルパー2級以上・看護婦)
  - ◆常勤ヘルパー(1名)
  - ◆登録ヘルパー
- | 家事型    | 複合型    | 身体型    |
|--------|--------|--------|
| 1,100円 | 1,320円 | 1,760円 |
- ◆事務職員
  - ◆介護職員…山越・石井デイサービス
  - ◆看護師パート…デイサービス
- 求人問合せ ☎911-0101

## デイサービスセンター

# 1日無料体験募集

リハビリ型デイサービス石井・山越で1日体験してみませんか?

車イスの方も心配りしません

機能訓練を受けたい方、楽しくゲームしたい方、お友達を増やしたい方…ベストケアはいろんな要望に最善を尽くします。

受付 石井 ☎914-8880  
山越 ☎911-0102

業務内容 訪問介護・通所介護  
福祉用具貸与  
住宅改修



ベストケア株式会社



ベストケア・デイサービスセンター山越 開設一周年記念

# 演奏と舞踊楽しむ



## ボランテティア活躍 利用者に大好評

アンサンブルモルティイ（東口有紀代表他八名）による木管楽器のコンサートでは、オーボエやサクソフォーン、フアゴット等、日頃聞き慣れない珍しい楽器に興味津々。そのすばらしい音色とハーモニーに、利用者の皆さんもうつと聞き惚れ、本格的な生の演奏が堪能できた感動のひとつでした。

また、午後からは、天心流（池内慶子代表他五名）の歌と踊りが次々に披露され、華やかな舞台に引き付け、拍手喝采がホールいっぱい響き渡りました。

ボランテティアスタッフの皆様のおかげで、一周年にふさわしい楽しい一日を過ごすことができました。スタッフ一同お礼を申し上げますとともに、今後ともよろしくお願いたします。



## 大募集

- ◆レクリエーション・介護 ボランテティア募集中。 TEL 089-911-0102
- ◆皆様からの、介護の疑問・ペットの写真・昔の写真・ご意見・感想などなど… お便りお待ちしております。

### ヘルプさんのレシピ

#### 玉ねぎつくねあんかけ

玉ねぎはじっくり焼くと甘味が出ておいしいよ～

**材料** (1人分)

- 鶏ひき肉 80グラム ■玉ねぎ 1/2個
- にんじん 20グラム ■しいたけ 1枚
- 青菜 少々

調味料A…おろししょうが 少々・酒 少々  
片栗粉小さじ1・ごま油、塩こしょう 適量  
調味料B…だし汁150cc・しょうゆ 小さじ1  
みりん 小さじ1  
水溶き片栗粉

**作り方**

- 1 玉ねぎは1センチの輪切りにし、片面に片栗粉をふっておく。ひき肉に調味料Aをまぜ、玉ねぎの上に乗せる。
- 2 フライパンにごま油を熱し、ふたをして弱火で両面に焼き色がつくまで焼く。
- 3 千切りにしたしいたけ・にんじん・青菜を、調味料Bで煮る。水溶き片栗粉でとろみをつけ2にかける。

### べすと健康相談室

理学療法士 平島繁樹

#### 「リハビリテーションとはどういうものですか？」

リハビリテーションと言えは、どんなイメージを思い浮かべますか。痛い思いや辛い訓練のことについてでしょうか。これらの関節可動域や筋力増強の訓練は、リハビリテーションのほんの一部にすぎません。関節可動域や筋力増強の訓練は大切ですが、しかし本来の意味は、障害を受けた人たちの人権・名誉の回復であり、自立能力を高めて、家庭や社会生活に適合し、生きがいのある人間らしい生活を取り戻すことにあります。

一般の医療は、手術などの病理変化部の改善や摘出を行い、良くなるなければ、「医

療の限界です」といつて終わることになります。しかし、リハビリテーション医療は、病理変化が対象ではなく、食事や入浴、排せつや着替えといった日常生活動作や歩行などの障害が対象です。したがって、右手がダメなら左手を鍛えて、歩行が不自由なら車イスで、さらに住宅を改造し段差をなくするなどしてQOL（生活の質、生命の質）の向上を図るもので、「しつこい医療」と言われる所以です。

また、余暇を過ごすためのさまざまな取り組み、健康を維持するための医療サービスやヘルパーの活動などもすべて「リハビリテーション」に包括されます。

リハビリテーションとは、何を失ったかではなく何ができるかを引き出す医療です。できないことではなく、「できること」を見つけていきましよう。生きがいをもって元気に生活することが、リハビリテーションの理念を活かした本当の意味の生き方になるのです。

### はぴぷペッス

はじめまして。「ちゃー」です。私、今はやりの『癒し系』らしくて、山越に「通所」すると、スタッフや利用者さんにナデナデしてかわいがってもらってます。

茶色のネコだから「ちゃー」って…あまりに単純な名前でも結構気に入ってたりして。「招き猫」なんて言われると足にスリスリして大サービスしちゃう。

ちなみにスリーサイズは、???…身長は38センチ、自慢のしっぽも入れると60センチ、体重3.5キロ。スレンダーでうらやましいって!? こう見えても毎日会社周辺の見回りで忙しいのよー。でも特技はやっぱり、昼寝っしょ。

### スタッフのオススメ

## 絶品デミグラスソース

ジャンク調 ちこそうさま

ボリューム満点のハンバーグで人気の「ちこそうさま」。美味しさの決め手はご主人自慢のじっくり煮込んだデミグラスソース。ジューシーな肉の旨味をひきたてる本格派です。

そのソースで作るタンシチュー・ビーフシチューは知る人ぞ知る逸品。同じ店で修行した東京の洋食屋さんは、行列ができるほどの評判とか。

千舟町でお店を始めて20年。いまや親子そろってこの店のファンという人も多く、市内各地から懐かしの味を求めてやってきます。

住所/松山市大町の台3-9  
TEL/089-927-3336  
第11時～15時30分ラストオーダー  
17時～21時30分ラストオーダー  
日曜祝日11時～20時  
休/月曜日

### 想い出の宝箱

懐かしの善通寺  
灘部 克孝さん (69)

昭和三十六年、二十八歳。医学部進学を断念し、理科の専門部に変更して遅ればせながら卒業した私は、先輩の後任教師を頼まれ、本来お人好しの性格で引き受けることになりました。

初めて一人で向かったのは善通寺にある「尽誠学園」。もとは京都にあった陽明学派の学習塾で、理事が香川県に帰って開いた伝統ある学校と何ってあります。

生徒は素朴・純真で人懐っこい者が多く、小生のお人好しとよく合いました。高校に女子部ができましたが、今のような共学ではなく、別々の校舎だった時代です。

製材業を営む家の奥さんがしていた下宿はアットホームで、下の階のご夫婦には家族同然にかわいがってもらいました。近所の人同士に温かいつきあいがありましたね。

結婚して、同じ下宿の六畳二間の部屋に引っ越ししましたが、当時は風呂・トイレは共同。せめて台所だけはと、部屋に手作りしたのも良い思い出です。

裏口を出るとすぐ市内電車が出ているので、丸亀などへ行くのに便利な「車庫前」という駅がありました。今もあるかなと、ふと懐かしく思い出す街です。