



何か最近話した気がするの〜

ベストケア

介護の暮らし応援

発行/ベストケアグループ

松山市中村にシヨートステイ

2・3F



BCビル3月13日OPEN

デイサービスも順次開設

少人数制もてなしの心

地域一の総合介護めざす

ベストケアは、今春開設をめざし、松山市中村にグループ初のシヨートステイの施設を備えた、BCビルを建設中。1階にはデイサービス・4階は本社機能を移転した事務所を併設し、総合的な介護企業への新たな一歩を踏み出しました。ベストケア独自のリハビリを重視したシヨートステイは、地元の方々のポジティブな介護ライフを応援します。

4Fに本社機能も移転

シヨートステイとは短期間宿泊して介護サービスを受けるもので、「ベストケア中村」ではリハビリに重点を置き、宿泊中、目標を持って機能回復をめざし、活動的に過ごしていただきたいと思います。各階にリハビリ設備が整って、思い立った時に気軽にリハビリが可能。また、各フロア室の少人数制をとっているの細かい心配りができ、

短期集中型
リハビリを

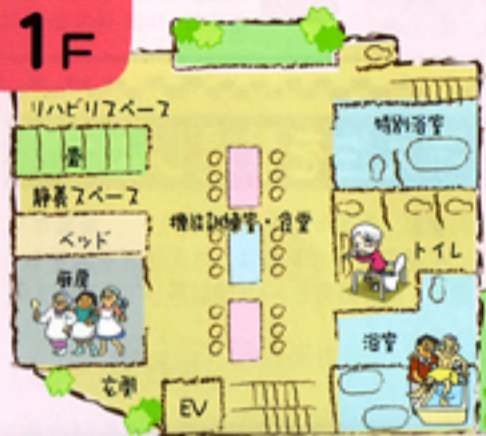


各室にしっかりとえた坪庭は温泉旅館のようなくつろぎとおもてなしの空間を演出しています。

個室に坪庭
和みの空間

病院を退院し自宅療養に入るまでの生活リハビリとしてのご利用や、介護するご家族がリフレッシュする期間としてのご利用など、新しい介護をご提案します。

1F



北条

早急の訪問介護
全面バックアップ

■訪問介護事業
(ホームヘルパー)

住所/松山市北条辻610番地15
TEL/089-960-2525
FAX/089-960-2388
Email/houjou@best-care.jp



山越

笑顔と元気を
お持ち帰り下さい

■居宅介護支援事業
(ケアプラン作り)
■訪問介護事業
■通所介護事業
■福祉用具貸与事業
■2級ヘルパー養成研修

住所/松山市山越5丁目9-6
TEL/089-911-0101
TEL/089-911-0102(デイ直通)
FAX/089-911-0505
Email/yamagoe@best-care.jp



石井

「つぎも楽しみ!!」
そんなデイサービスを

■通所介護事業
(デイサービス)

住所/松山市東石井7丁目5-29
TEL/089-914-8880
FAX/089-914-8881
Email/ishi@best-care.jp



松前

光あふれる
広々した憩いの場

■通所介護事業
(デイサービス)

住所/伊予郡松前町北黒田242-5
TEL/089-961-6363
FAX/089-984-3577
Email/masaki@best-care.jp



ベストケア・デイサービスセンター

1日無料体験募集



目指すのは『心を大切に介護』

ベストケアグループ

HPアドレス <http://www.best-care.jp/> Eメール info@best-care.jp

香川に介護の新風を



デイサービスセンター・フランチャイズ店
丹原・三津浜にもオープン



ベストケアデイサービスセンターのフランチャイズ店が今春、高松・丹原・三津浜の3店舗連続オープン。直営店と同じ、リハビリ重視の介護サービスを提供できるよう、準備が進められています。香川にフランチャイズ店ができるのは今回が初めて。しかも高松の中心地とあって、期待が高まります。また、愛媛県内でも、東予では初めてのオープン。自然豊かな開放的な施設で、のんびりと一日を過ごして頂けます。三津浜店

は、今注目の三津浜の新拠点に立地、生活にも便利で活気に満ちあふれています。松山市周辺以外でも「介護」といえばベストケア」と言っていたら、心もなごむようなサービスをお届けします。ぜひ、ご期待ご利用下さい。

ベストケアショートステイ中村
**オープニングスタッフ
正社員3名募集**

<http://www.best-care.jp/>

【お問合せ・履歴書送付先】
〒791-8013 松山市山越5丁目9-6
ベストケア株式会社 松山支部
スタッフ募集係 ☎911-0101(松崎)

就業場所 松山市中村2丁目111-3
職種 介護職員・介護福祉士
※実務経験1年以上
基本給 18万円～ **休日** 週休2日
通勤費 10,000円まで
社会保険 健康・厚生・雇用・労災
勤務時間 ①8:00～17:00 ②9:00～18:00
③10:00～19:00 ④16:00～9:00

ヘルシーレシピ

さばのニラソース



味の付け方や調理法が変わると、いつもの食材が新鮮に!

材料 (4人分)

- さば 1尾(2枚におろしたものを)
- A…水1カップ・塩 小さじ1
- B…ニラ 1/2束・しょうゆ 大さじ3
しょうが汁1かけ分・ごま油 大さじ1
- 小麦粉 適量 ■ごま油 大さじ1

作り方

- 1 さばはそれぞれ4つに切り、皮目に切込みを入れAの塩水に5分ほどつける。
- 2 Bのニラを細かく刻み、しょうゆ・しょうが汁・ごま油と混ぜ合わせてタレを作る。
- 3 さばの水気をふいてビニール袋に入れ、小麦粉を加えてもみまぶす。
- 4 フライパンにごま油を中火で熱して、さばを皮目から焼き始め、裏返して色よく焼く。
- 5 皿に盛って、2のタレをかける。

みなさんは、脳卒中の初期症状をご存知でしょうか? 「脳卒中の症状だとは思ってもよらなかった」「疲れているせいだと思った」「少し待てば治ると思った」と脳卒中で入院した患者さんやその家族から、良く聞かされる言葉です。

脳卒中の大半は、生活習慣病(高血圧、糖尿病、高脂血症など)または、心臓に病気がある方の発症が多いようです。初期症状に関しては、脳出血と脳梗塞との症状に差はありません。脳のどの場所から起るかで症状が決まるためです。

症状としては通常、体の半身に異常が突然起こります。



「脳卒中の初期症状を見逃すな!!」

また一度起こった症状が、数分、数時間以内に消えてしまふこともあり、これは「一過性脳虚血発作」と呼ばれる、脳梗塞の重要な前兆です。

おかしいなと思ったら、なるべく早く医療機関を受診し精密検査を受けましょう。



半身の脱力、しびれ、感覚の変化などがよく起こりますが、両手や両足に症状が起こる事は非常に稀です。また、言語障害(舌がもつれる、言葉が出ない)は、初期症状として多い症状です。視野(視界)の異常として、片側または両側の突然の視力障害や歩行障害、原因のわからない経路したことの無い突然の強い頭痛なども初期症状として起こります。

冷え性を撃退しよう!

この季節、手足が冷えて眠れない…、便秘がちなど不快な症状があれば、冷え性が原因かも! 「冷え」は万病のモト!生活改善してみましよう

<p>対策その1 生姜紅茶</p> <p>①好みの紅茶を入れます。 ②すりおろした生姜を、小さじ1程度入れます。 ③お好みではちみつを。</p>	<p>対策その2 半身浴</p> <p>①お湯を湯舟の半分くらいはる。温度はぬるめで。 ②みぞおちから下だけをつける。20～40分。汗を十分にかきましょう。</p>
---	---

仲田さんちのエルくん
ポメラニアン ♀

先代ワンコから7歳の頃2代目を引き継ぎ4年目。もともと体が丈夫じゃない僕だけど、家族みんな僕をとってもかわいがってくれるんだ。おばあちゃんとも、とっても仲よし。

道後温泉湧出祝いで舞台上立つエイ子さん

「商店街の『もぐさ』屋は昔のままよ。『としだのうどん』にはよう通うたわい。温泉の隣には西遊という遊廊があつてな。道後温泉の思い出はいつまでも尽きることがありません。

想いの宝箱

懐かしの道後温泉
白石 エイ子さん (80)

27才まで温泉の札を販売してました。当時20円。今のようには観光というイメージは薄く、はかま姿の学生が高下駄をはいてカランカランと湯をいかに来るという時代、まさしく「坊っちゃん」の世界でした。

県庁の女性でも着物で仕事に出ている中、温泉の札は紺の制服。「ハイカラ」な姿が評判で新聞にも掲載されたそう。仕事帰りにアメリカ兵に追いかけられたりと、怖い思いをした事もありましたが、結婚した時、辞めたくないと思うほど充実した楽しい毎日でした。

地震で一度温泉の湯が止まり再び湧出した時は、温泉あがてのお祭り騒ぎ。駅前に作られた仮設舞台で、その当時習っていた日本舞踊を披露したのも思い出です。

「商店街の『もぐさ』屋は昔のままよ。『としだのうどん』にはよう通うたわい。温泉の隣には西遊という遊廊があつてな。道後温泉の思い出はいつまでも尽きることがありません。