



主権
在客

ようざん通信 / 2月号

第107号 平成29年2月15日発行



第12回ようざん認知症介護研修会「眼と老化」

1月20日、日本医科大学大学院教授の金田誠先生をお迎えし、高崎市総合福祉センターたまごホールにて「眼と老化」をテーマに研修会が行われました。

当日は雪の降る天候の悪い中、多くの皆様にご参加いただきまして大変ありがとうございました。また、ご多忙の中ご講話下さった金田誠先生には心より感謝申し上げます。

当日は、「老眼」「白内障」「加齢黄斑変性症」「緑内障」についてご講話いただきました。いずれも私たちにとって身近なもので、非常に分かりやすくご説明いただき大変勉強になりました。

【老眼】

老眼とは、誰でもなりうるもので「正視」「近視」「遠視」のいずれでもありません。

30代~40代くらいから老眼が進むと言われています。

「老眼」は、水晶体の厚さの調整がうまくいなくなることで起こり、近いところにピントが合わなくなります。遠くを見る事には困りませんが、近くを見ることが難しくなります。適切な老眼鏡を使わないと、眼精疲労や肩こり、疲れやすいなどの症状により、新聞や本を読むのが億劫になってしまいます。ひどくなると、悪心や嘔吐といった症状にも注意が必要です。その為、作業する用途に合わせ自分に合った老眼鏡を作る事が大切です。

【白内障】

白内障とは、水晶体が濁る事で物が見えにくくなる病気です。急に見えなくなるのではなく、加齢に伴い徐々に見えにくくなります。

例えば、今私たちが見ている「白」は、子供のころに見ていた「白」と違うという話がありました。これは、加齢により水晶体が徐々に濁る事で見え方が変わってきますが、脳が今見えている色を「白」として認識するためとの事です。

白内障は手術をすることで症状が改善しますが、もともと眼鏡をしていた方は手術をしたからといって眼鏡がいらなくなるわけではなく、引き続き状態に合った眼鏡の使用が必要となります。

【加齢黄斑変性症】

加齢により網膜の中心部である黄斑に障害が生じ、見ようとするところが見えにくくなる病気です。自分でも簡単にチェックできる方法を教えてくださいました。

このチェックは両目同時ではなく片方ずつの目で行います。

禁煙やサプリメントにより予防ができ、サプリメントは、ビタミンCやビタミンE、亜鉛、βカロチンが良いとされています。

また、食事は緑黄色野菜を多く摂ることや肉より魚中心の内容が良いとの事です。これは認知症予防にも期待できる食事内容ですね!

【緑内障】

緑内障は失明原因の20.7%を占め、40歳の20名に1人は緑内障と言われています。

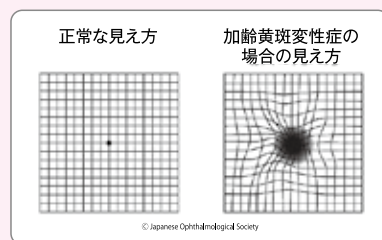
自覚症状に乏しくある程度進行しないと気付かないという特徴があります。

40歳を超えたら、年に1回は人間ドックや眼科にかかるようにしましょう。一度失った視野は元には戻らないため、自覚症状の出る前に発見することが重要です。

普段なかなか聞く機会が無い「眼」についての講話を、私たちにも分かりやすい内容でお話しいただき大変感謝しています。

今回のお話を受け、普段の私たちの「眼」について、利用者様の「眼」について改めて考える良い機会となりました。スライドで視野や物の見え方を紹介いただきましたが、普段私たちが見ている物の見え方との差に驚きました。普段利用者様がかけている老眼鏡はご本人に合っているのか?適切な老眼鏡を使用する事でQOLの改善につながるのではないかと。そんなことを考えるきっかけになりました。

金田先生貴重なご講演をありがとうございました。(小板橋)



特別養護老人ホームアンダンテ



それは暮れも押し詰まった12月27日。朝から氷雨の降りしきる寒い日でした。特別養護老人ホームアンダンテで亡くなった90歳の男性の告別式に参列いたしました。長年、県内の高校で教鞭をとっておられたその方とは、ケアサポートセンターようざん貝沢(小規模多機能型居宅介護)から特別養護

老人ホームアンダンテへの足掛け5年のお付き合いであり、まさに息を引き取るその時に居合わせたこともあり、ご家族との浅からぬご縁もありという様々な思いの中で参列いたしました。沢山の弔問客から

の感謝の言葉、惜別の声、心温まるエピソードなど紹介され、大きな愛にあふれた素晴らしい方であったと改めて知りました。フランスのシャモニーで40年間スキーの講師をしている教え子からは、「山岳部員でありながらスキーの下手な私に手取り足取りスキーを教えてくれたのは先生でした。そのときの経験こそが今の私の原点です」という弔辞。最後列の私の隣に座っていた女性は、古いカセットテープを握りしめて涙をぬぐっていましたが、「他に弔辞をお持ちの方は」の声に「はい」と立ち上がり祭壇に進むと、遺影に向かって語り始めました。「先生は、問題児の私に何かと声をかけてくれました。カセットテープに歌を吹き込んで『覚えろ』と言って押し付けるように渡してくれました。覚えまし

た。その歌を今歌います」その歌声は静かに切なく肅々と会場にしみわたりました。そして一言「先生の前で歌えてよかった」40年も50年も前の教え子たちが涙に咽んでいます。こんなに慕われ愛され、その死をこれほどに悼まれる…なんて素晴らしい人だったのだろう。短い年月ではあるけれど介護を通じてその人柄に触れられ、最期の時に立ち会えたのは幸せなことでした。でもごめんなさい、欲をいえばもっともっと前にお会いしたかった。かつては私にも悩みや迷いがありました。そんな

時このような先生にめぐり合っていればどうだっただろうと思っ
ています。私たちが会おうのはその方が晩年になってからで、それまで歩
んできた人生はおおよそのことしかわかりません。人はそれぞれの物
語や生き様がありそして今も生きている人たちに大きな影響を与えて
いるものなのですね。その人の人生の最終章に立ち会えるのは幸せな
ことかもしれない。今までの出会いそしてこれからの出会いを大切にし
ていこうとひそかに心に刻んだ貴重な一日でした。(小林)

🎉 スーパーデイようざん栗崎



立春を過ぎてもなお厳しい寒さが続いています。皆さまお変わりなくお過ごしでしょうか。

2017年1月、スーパーデイようざん栗崎では年初めならではのレクリエーションを行い、皆さま楽しくお元気に過ごしていらっしゃいます。

新年会では、二人羽織・職員出し物・おみくじ大会・おでん屋さん、と様々なイベントを行いました。利用者様から「楽しかったよ！今年も良い年になりそう。」と、大変嬉しいお言葉をいただきました。

また書初め大会では、利用者様にお好きな文字を書いて頂きました。「久しぶりに筆を握ったよ。」「うまくかけるかなあ。」「何を書く?」と、緊張しつつも楽しそうに取り組んでいらっしゃいました。見事に書き上げられた文字に「上手にかけているね。」「良い字だ。」と和やかな雰囲気が漂っていました。

栗崎アグリファームでは、大根・カブ・ほうれん草・オータムポエムを収穫。今年は例年に比べ小ぶりな出来でしたが、「よし！頑張りましょう!」と男性利用者様が中心となり、たくさんの野菜が収穫できました!!「小ぶりだけれども、味は最高だよ。」と、ご自分達で育てた野菜を七草粥に見立て、召し上がっていただきました。

新春慰問では、皆さま楽しみにしていた『ようざん社長の詩吟と利用者様の歌のコラボレーション』を開催!!拍手・笑顔がたくさんみられ、「またみたいね。」「次回もよろしくおねがいします。」と、早くも次回の慰問を待ち望む声が多数聞かれました。

空気が乾燥し、風邪をひきやすい季節になっています。水分摂取・手洗い・うがいに気をつけ、皆さまが体調を崩さないように努めて参ります。(松田)

🎉 ケアサポートセンターようざん小埜



春はまだもう少し先…寒い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか?早いもので年が明けもう1か月が経ちました。ケアサポートセンターようざん小埜では、風邪やインフルエンザ予防に努めています。室内換気、加湿器、手洗い・うがい、水分補給とおお客様の体調管理に心掛けています。

今年職員1名が成人を迎えました。成人式後にようざんへ来て皆で記念撮影。皆さん孫の晴れ姿を見ているかのように喜んでくださいました。

1月7日は七草粥ですが…ケアサポートセンターようざん小埜では薬

膳粥を作り、生姜やネギ等をたくさん入れて利用者様に提供いたしました。『七草粥』より食べやすいようで大変好評でした。

1月18日には慣れ親しんだ群馬の味『焼きまんじゅう』と『じり焼き』を職員と一緒に作り楽しんで頂きました。作る地域によって具材が違うように『うちでは冷ご飯』『桜エビ』『フキ』などに入れる具材の話で大変盛り上がり、『来月はおきりこみが食べたい』とのリクエストを頂きましたので急いで企画を考えているところです。利用者様の笑顔がたくさんあふれる場所を目指し、日々努めていきます。(綿貫)

🎉 スーパーデイようざん飯塚第2



皆さん、こんにちは!スーパーデイようざん飯塚第2の毎度おなじみ美人担当、山田です♪

2017年も始まって早1ヶ月が過ぎましたね。ここスーパーデイようざん飯塚第2ではお正月は新年会に始まり、酉年にちなんだゲームをしたり、初詣に行ったりと寒さにも負けず元気いっぱい過ごしています。先日はイベントで酉の置物を作りました。皆さん一つ一つ個性的な酉に仕上がっていました。

さて皆さん今年の目標は決まりましたか?私2017年、新しい世界を見てみよう決めて早速お休みをいただき人生初めての海外旅行に(Guam♥)行ってきました。日本で生まれ、日本で育ち、英語が全く分からない私のために、出発前はレクリエーションで利用者様と英会話教室を開き皆さんと一緒に勉強しました(笑)。本場の金髪ガールとアフロボーイに特別先生として来ていただき、ホールからは「ハロー!ようざん!!」「アイハブアペーン!」「アッポーペーン!」と次々と英会話が聞こえてきました。また英会話だけでなくエクササイズも行い皆でシェイプアップ!ワンツー、ワンツーと声を出しいつもと違った掛け声に皆さん笑って参加して下さいました。ここでようざん通信をお読みの方にもご紹介!まずスーパーデイようざん飯塚第2へ来た時の挨拶「ハロー!ようざん!!」です。そして帰る時「グッバイ!ようざん!!」です。スーパーデイようざん飯塚第2へ遊びにいらした時にはぜひ使って下さい。とびきりの笑顔でおもてなし致します♥

すでに今年の目標を立てた方もいらっしゃると思いますが、まだの方は今からでも遅くありません!ぜひ今から目標を立ててみてください。小さなことでも目標があると毎日がキラキラして頑張ろうって力が湧いてくると思いますよ♪

それでは皆さん、スーパーデイようざん飯塚第2で会いましょう!グッバイ、ようざん(^O^)!!!!!(山田)

🎉 ナースステーションようざん

梅の香が漂う季節になってきました。皆様如何お過ごしですか?

先月号でスキンケアについてお話させていただきましたが実践して頂けているでしょうか?まだ実践していない方々は是非先月号を再確認して取り組んでみてください。今月はスキンテアについてお話させていただきます。

え??スキンケアとスキンテアは同じではないの?このような疑問を抱かれる方々が多数いらっしゃると思います。だからこそスキンテアを理解して頂きたいと思います。

スキンテア(Skin Tear)とは、皮膚裂傷といい皮膚が裂けた状態です。解りやすく表現すれば皮膚だけがベロツとめくれた状態です。主として高齢者の四肢に発生する外傷性創傷であり、摩擦あるいは摩擦・ずれにより発症する外傷性創傷です。高齢者の皮膚は様々な要因で皮膚が弱くなっています。皮膚が弱くなっていると、何気ない日々の行動によってスキンテアは起こります。

例えば?

- ・四肢(手足)がベッド柵に擦れて皮膚が裂けた
- ・車椅子等の移乗介助時にフレーム等に擦れて皮膚が裂けた
- ・移動介助時に体を支持したら皮膚が裂けた
- ・絆創膏を剥す時皮膚が裂けた
- ・更衣時に衣服が擦れて皮膚が裂けた
- ・転倒・転落時に皮膚が裂けた

予防策は?

- ・四肢の保護、可能であれば長袖長ズボンを着用し皮膚の露出を避ける
- ・体を起こす時等引っ張らない。手足は下から支えて持つ
- ・整理整頓し、ぶつかりやすい場所にはカバーをかける
- ・スキンテア、体を洗う時は泡で洗いこすらない、保湿等々

こんな方は
スキンテアに
注意してください

- ・高齢であり皮膚が乾燥しやすい
- ・皮膚が薄くなっている
- ・手足がむくんでいる
- ・皮下出血がしやすい等
- ・長期間ステロイドを飲んでいる(加齢や内服により皮膚が薄くなる)
- ・血液凝固剤(血液サラサラの薬)を飲んでいる
- ・何かの刺激で皮膚が剥がれたことがある

一度発生すると、治っても新たに発生することがありますので予防が大切、健やかな皮膚を保ちましょう。(外処)

グループホームようざん



暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いています。皆様はお元気でお過ごしでしょうか?グループホームようざんの利用者の皆様は、寒さや風邪にも負けずに毎日お元気に過ごしていらっしゃいます。

さて、グループホームようざんでは、新春を迎え、毎年恒例の福笑いを行いました。目隠しをするととても難しいようで、なかなか思ったところに置けません。見守っている方は「そこじゃないよ。」「そうそう、そこそこ!」と声援を送っていらっしゃいました。目隠しを取るととてもない顔になって皆様と大笑いしました。その後もカルタをしたりゲームをしたりと、新たな年を笑いで迎えることが出来ました。

また、普段はなかなか筆を持つ機会もありますが、年頭ですので書初めをして頂きました。最初は皆様遠慮なさって「下手だからいいよ。」とおっしゃっていましたが、いざ書いて頂くと大変立派な腕前で、早速玄関に飾らせて頂きました。

そして、毎月の通貨レクリエーションでは北海道の名物の「いもち、かぼちゃもち」を作りました。手慣れたご様子で、じゃがいもを潰したり、いも団子を丸めて頂きました。初めてご覧になる方もいらっしゃって「何が出来るといひ?」と興味深々のご様子、無事に出来上がり、皆様で美味しく頂きました。

制作も得意な方がいらっしゃるの、以前よりランクアップして取り組んでいます。お花紙を丸めたり、貼り絵や色を塗ってくださったりと色々な作業をして頂いています。

グループホームようざんではこれからも寒さに負けず元気にお過ごしいただけるように工夫していきたいと思っています。(萩原)

ナーシングホームようざん



寒さの中にも、春の気配が感じられる今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか?まだまだ、寒さが厳しい時期ですので体調など崩されぬようお気を付けてください。

さて、ナーシングホームようざんでは、新年を迎えたという事でお正月の飾りつけとデイサービスブランドールようざんの入り口によるようざん神社を建てました。今年一年も健康でいられますようにと、利用者様、職員共にお参りをしました。利用者様の中には「自分の家族と職員さんの健康をお祈りしたよ。」と笑顔でおっしゃって下さる方もいらして、とても嬉しく思いました。「外に出かけるのは危ないから、ここ



に神社があるとありがたい。毎朝お参りしたいね。」と喜んでいただきました。飾り付けをしながら、ご自分の若いころの新年の過ごし方やおせち料理のお話、今年の抱負、去年の心に残った思い出など、さまざまな話題で盛り上がりました。今後も利用者様の健康を考え、楽しい思い出作りが出来ますよう、職員一丸となり頑張っていきたいと思います。皆様の健康をナーシングホームようざんよりお祈りしています。(清水)

居宅支援事業所ようざん

認知症予防に良いことは体を動かすことだそうです。「認知症にならない、負けない生き方」の本にこんなことが書いてありました。

認知症になる危険因子はさまざまありますが、最大のものは運動不足です。逆にいうと生活の中で一番有効なのは運動だと言う事です。ロコモ、フレイルと言う言葉があります。ロコモとは筋肉や骨、関節など運動関係が弱くなることです。フレイルは運動だけでなく脳をはじめ腎臓や心臓、肺など内臓の働きが弱くなることを含めています。

ジムに通う方法もありますが自宅の床掃除がお勧めだそうです。ハイハイの姿勢は背筋を鍛えます。赤ちゃんはハイハイで背筋を鍛えた後、背中を伸ばして歩けるようになります。脚の付け根にある股関節の動く範囲を広げるにもうってつけです。雑巾を上下左右に動かすのに肩も腕も使います。腕が上がりにくいと感じる事があります。肩まわりの筋肉を使わなくなるからです。ハイハイの姿勢で歩くとお尻がキュッと引き締まります。美容にもよさそうです。運動効果だけでなく家の中がきれいになり、仕事をした達成感もあります。まさに「一石三鳥」の効果があるそうです。手軽な介護予防…実践してみませんか!?(沼澤)

🎁 ケアサポートセンターようざん藤塚



皆様元気にお過ごしでしょうか?ケアサポートセンターようざん藤塚は開所から1年がたちました。多くの皆様に支えられ一周年を迎えられたことを職員一同感謝し御礼申し上げます。利用者様やご家族、地域の方々に本当に恵まれ、貴重な経験と成長ができたと感じています。この1年ケアサポートセンターようざん藤塚では笑いあり涙あり喧嘩(?)あり、日々楽しい施設になりつつあります。

なんだか血気盛んな(?)利用者様が多いなーと感じていたら、利用者様の半数以上が男性になっていて。最初は少々喧嘩ごしだった皆様も、徐々にうちとけて、最近ではすっかり仲良しな皆様です。「焦ってはいけないよー」と私に声をかけて下さる方もいらっやして、利用者様は本当に我々職員を見ているのだなーと感じます。改めて、真摯な気持ちで取り組んでいこうと思いました。

ケアサポートセンターようざん藤塚は、関わった方々との出会いを通して少しずつ地域に根ざしていけるように、今一度初心に戻り「主権在客」「感謝と謙虚」をモットーに、焦らず日々と向き合っていきます。2年目も変わらぬご支援を頂けますようにどうぞ宜しくお願い致します。(安江)

🎁 ケアサポートセンターようざん倉賀野



2017年になり、早1か月半が過ぎました。年明け早々、わが母校の前橋育英高校が、全国高校サッカー選手権大会において準優勝という素晴らしい結果を残してくれました。二回戦、準決勝、決勝と応援に行きました。下馬評は決して高くなかった選手たちが、一生懸命にプレーし勇気と感動(1回目)を与えてくれました。選手たちは、サポートしてきてくれた両親・監督・コーチや仲間に対して、感謝の気持ちを口にしていました。それを聞いてまた感動(2回目)。インターハイの予選では二回戦(初戦)負け。そこからチームを立て直すには相当の努力が必要だったと思います。150人を超える部員各々がいろいろな考えを持っ

ていて、キャプテンのそれらをまとめる統率力は並々ならぬものではなく、表彰が終わった後にこらえきれなく涙した場面を見てまた感動(3回目)。ただ、大差で負けてしまったことがショックで帰り道のことは覚えておらず、翌日は目が覚めてもなかなか起き上がることができませんでした。我が事業所ケアサポートセンターようざん倉賀野の職員は14名。前橋育英高校のキャプテンや選手を見習って、もっともっと介護の職にプライドを持ち、人の心を動かせるよう、また、利用者様やご家族が、“ほつ”とできる時間や空間を提供できるように努力していきたいです。(岡崎)

🎁グループホームようざん倉賀野



毎日、寒い日が続いていますが皆様いかがお過ごしでしょうか?グループホームようざん倉賀野では、利用者様は寒さにも負けずお元気に歌や貼り絵、ボール投げ、カルタ等楽しんでいらっしゃいます。特に皆様歌が大好きで、歌集をご覧いただきながら声を合わせ…、カラオケと一緒に口ずさまれ…、「皆様、本当に歌がお好きなんだなあ。」とこちらも微笑ましくなります。また、1月の誕生日会では皆様にお手伝いいただき、ホットケーキを作りました。ホットケーキの上にあんこやホイップクリームをのせトッピング!!「おいしいねえ。」と皆様ペロリと完食していらっしゃいました。これからも皆様と一緒に取り組めるようなレクリエーション等を積極的に考えながら行い、ご自宅にいらっしゃるような「ホッとできる空間」作りを心掛けていきたいと思っております。(本間)

🎁ケアサポートセンターようざん石原



新しい年を迎えてから早いものでもう1ヶ月経ちました。立春とはいえ寒さ厳しい今日この頃、皆様風邪などひいていませんか?

2月のことを旧暦で『如月(きさらぎ)』と言いますが、ちょっと語源を調べてみました。諸説ある中で一番の有力説は“まだ寒さが残っているので衣(きぬ)を更に着る事から衣更着(きさらぎ)”“気候が陽気になる季節で気更来(きさらぎ)”“草木の芽が張り出す月で草木張月(くさきはりつき)”…これらの語源それぞれが転じたという説です。ひと月を前

半・前半・後半に分けるとそれぞれが当てはまるように思えますね。

ケアサポートセンターようざん石原では元気に新しい年を迎え、今年も盛り沢山のイベントを考えています!職員一人一人が利用者様に喜んで頂けることを常に考えながら、利用者様とともに明るく楽しい沢山の思い出作りができればと思っています。

「鬼は外!福は内!」

皆様のもとへ多くの福が訪れますように♡(稲木)

🎁デイサービスぽから



慌ただしい年末年始が過ぎ、一段と厳しい寒さの毎日を皆様いかがお過ごしでしょうか?ぽからは相変わらずおしゃべりや笑い声の賑やかな毎日です。ですが、インフルエンザ等大流行の中あの手の予防策をしても体調を崩しお休みの方も多いです。ここの所ずっと主に室内で過ごしています。頭の体操や認知症予防中心の笑いながらの楽しいトレーニング、短期記憶のトレーニングもちろん下肢下肢強化トレーニングも忘れてはけません。ぽからのレクは常にレクと予防トレーニングが結びついています。当たり前ですが強制はせず「楽しい

から参加したい」と思って頂ける様な工夫に取り組んでいます。

また慰問の方も沢山来ていただいています。カラオケサークル、踊りの会、アコーデオンサークル等々の皆様に盛り上げて頂き楽しい時間をいただいています。その際にも出来るだけ職員も楽しんで参加し協力一緒に盛り上げていく事を心掛けています。

これからもぽからで過ごす一日を快適で、心地よく楽しく過ごして頂ける様努力してまいります。(芝田)

🎉 グループホームようざん飯塚



新年を迎え1ヶ月がたち、ますます寒さが厳しくなりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか?グループホームようざん飯塚の利用者様及び職員、寒さにも負けずみんな元気いっぱい毎日楽しく過ごしています。

1月は様々なレクリエーションを行いました。ランチレクリエーションでは、新年会を兼ねておせち風の料理を皆様に召し上がって頂きました。メニューは海鮮丼、しいたけ・人参・ごぼう・れんこん・里芋・鶏肉の入ったうま煮、お吸い物、漬物です。皆さんに大変喜んで頂き、特にうま煮はおかわりされる方が続出。『本当においしいよ〜』と大絶賛頂き職員



も一安心。また、1月は誕生日の方が2名いらっしゃったので合同でお誕生日会を実施し、みなでお誕生日の歌を歌い職員手作りのケーキでお祝いをしました。制作レクリエーションでは利用者様と一緒に新聞紙でだるまを作りました。青・赤・緑の個性豊かな素敵なるだが完成し、みなさん大満足!!

今年もアットホームなグループホームようざん飯塚を目指し、職員一丸となり精進してまいりますので、どうぞ宜しくお願い致します。(山岸)

🎉 ショートステイようざん



寒さが厳しくなっただけでまいりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。さて、ショートステイようざんの年初めはお正月らしい行事からスタートしました。

○だるまの絵付け

直径12cmほどの小型白だるまにアクリル絵の具で色をつけ、油性マーカーで模様を描きました。きれいに仕上がるのか不安そうなお様子の利用者様が何人か見受けられましたが、見本を参考に、職員がアドバイスやお手伝いするうちに自分なりの絵付けをしていただくことができました。仕上がった名入れのだるまを見せ合う方、眺めて満足げにほほ笑む方など皆様に喜んでいただくことができました。

○書初め

普段、書道をする機会がなく何を書こうか迷う方もいらっしゃいましたが、お習字がお得意な利用者様や職員のアドバイスの下、お手本をみながら筆先に集中!仕上がった作品を囲んでお習字談議に花を咲かせていらっしゃいました。

○カルタ

いろはカルタやいきいきカルタなど何種類かのカルタを楽しんでいただきました。久しぶりにカルタに挑戦する方もいらっしゃいましたが、読み手が最初の文字を読むまでの緊張感漂う中、テーブルの上にまかれた札を真剣に見つめ、一枚でも多くとろうと札を探す姿に力強さを感じました。札をとり大喜びしたり、取られてしまい残念がったりと、競技中は一喜一憂していらっしゃいましたが、最後には皆様笑顔で終わることができました。

○白玉作り(お汁粉)

粉と水を練り合わせ丸めるところから利用者様と一緒に行いました。昔とった杵柄、皆様上手に作って下さいました。仕上がった白玉をお汁粉にいれて完成です。昔話に花を咲かせながらたくさん召し上がっていらっしゃいました。

これからも利用者様に楽しんでいただけるレクリエーションを考え、笑顔で過ごしていただけるよう職員一同努力していきたいと思っています。(増谷)

🎁 ケアサポートセンターようざん並榎



皆様、明けましておめでとうございます!…からあつという間に1ヶ月以上が経過致しました。時間が過ぎるのは本当に早いと歳を重ねるごとに実感する毎日です。

時はかけがえのない貴重な宝物と考え、私たちケアサポートセンターようざん並榎ではお越し頂いた利用者様に少しでも楽しく笑顔で居られる時間をより多く提供出来るように、イベントや行事は勿論ですが、日々の生活の中においても個別で行えることを考え、お一人お一人の満足度を高めていけるようなケアも取り入れながら支援させて頂いています。まだまだ、取り組みを始めたばかりで、それぞれのご希望を形にかえるべく全職員で日々奮闘していますので、長い目で見守って頂ければ幸いです。

さて、1月に行いました毎月恒例のお誕生日会では、なんと6名ものお誕生日の方がいらっしゃいました。皆様おめでとうございます(^◇^)
🎂 当日はようざん並榎の料理の達人である市川職員改め市川シェフの手作り豚汁&お赤飯が、お祝いに花を添えました。また、おやつには白玉団子入りおしるこを召し上がっていただきました。お誕生日の方には写真入りの額縁をプレゼントさせて頂きました。皆様に気に入って頂けたら嬉しいです。

平成29年、ケアサポートセンターようざん並榎の職員一同は、新しいことにどんどんチャレンジしていく所存です。どうぞ宜しくお願い致します。(後藤)

🎁 スーパーデイようざん双葉



西年を迎えスーパーデイようざん双葉では少し遅めの1月中旬に進雄神社へ初詣に行き参りました。昨年一年無事に過ごせた事に対する感謝の気持ちと、本年もまた健康で幸せに暮らせますようにと、願いをしました。自作の絵馬もデイルームに飾り皆様に思い思いの願い事を書いて祈願していただきました。普段は笑顔あふれる利用者様ですが、真剣な表情でお祈りをされる姿を見て、これからも「一に安全、二に笑顔」で過ごしていかなければ、と改めて気を引き締める事ができました。また1月7日には「今年もみんなが元気で暮らせますように」と願いながら職員特製の七草粥に舌鼓を打っていただきました。普段食の細い利用者様も「おいしいねえ」とペロリと平らげてくださって大変好評でした!

まだまだ寒い日が続きますが利用者様と共に元気に過ごしていきたいと思っております。(梨本)



🎀 ショートステイようざん並榎



皆様こんにちは。まだまだ寒さ厳しい日々が続きますが皆様いかがお過ごしでしょうか？

ショートステイようざん並榎では、新年を楽しんで頂ける様、利用者様と初詣に行って参りました。少し離れていますが、利用者様が怪我することの無いよう歩きやすく階段の少ない進雄神社へお参りに行って参りました。利用者様と一緒にお賽銭を奉納し、2017年皆様が幸せにお元気で過ごしていただけますようにと祈願して参りました。利用者様と手を繋ぎ寒さをしのぎながら参道を歩いたのですが、利用者様の手はとても温かくて、こちらの方が身も心も温まりました。帰りにはおみくじを引き、大吉、中吉、小吉などそれぞれのおみくじを楽しんでいただくことができました。

昼食は七草粥を召し上がって頂きました。ご存知の方もいらっしゃると思いますが、少し紹介しますと…松の内の最後の日に当たる1月7日は、五節句のひとつである『人日の節句』にあたり、七草粥を食べる日



です。春の七草ですが

- ・芹(せり)「競り勝つ」整腸作用や血圧降下作用などの効果
- ・薺(なずな)「撫でて汚れを除く」解毒作用や胃腸障害やむくみなどに効果
- ・御形(ごぎょう)「仏体」咳や痰に効果
- ・繁縷(はこべら)「反映がはびこる」胃炎や歯槽膿漏に効果
- ・仏の座(ほとけのざ)「仏の安座」胃を健康にして食欲増進
- ・菘(すずな)「神を呼ぶ鈴」胃腸を整え、消化を促進する
- ・蘿蔔(すずしろ)「汚れのない清白」風邪予防や美肌効果

と言った意味や効果を持っています。また、七草粥は疲れている胃腸にやさしく体に良い効果いっぱい食べ物なのです。改めて見てみると、毎日のように食べたくなる健康食材ですね。

これからも利用者の皆様が元気で健康に過ごせる様、職員一同頑張ってお参りますのでよろしくお願い致します。(植原)

🎀 スーパーデイようざん貝沢



寒くなり風邪やインフルエンザが流行っていますが、皆様体調の方は大丈夫でしょうか？

さて、スーパーデイようざん貝沢では1月17日に『ラーメンともや』さんが来て下さり、当日は利用者様はもちろん、職員にも美味しい醤油ラーメンと餃子を振る舞って下さいました。総勢36名という大人数でしたが、『ラーメンともや』の店員さん2名が手際よく作って下さり、とてもスムーズな提供が行えました。私達職員は「さすがだな〜」「とても良いチームワークだな」と思いました。利用者様の中には「私ラーメン大好き!」と大喜びで、ペろりと平らげた方もいらっしゃいました。「ラーメンは老若男女関係なく、好きな人が多いんだなあ〜」と改めて感じました。餃子も大盛況で、皆様あっという間に完食されていました。職員も美味しい昼食に感無量で、しかも職場で中華を食べられることに皆で幸せを感じてしまいました。おかげさまで皆様に喜んでいただくことができ、大成功のイベントになりました。『ラーメンともや』さん、お忙しい中、本当にありがとうございました。また機会がありましたら、是非お待ちしております。その他にも、初めてスーパーデイようざん貝沢にお越し頂いた慰問グループ『なごみの会』の皆様の歌と踊り、毎月恒例となっている読み聞かせの『たんぼぼ』の皆様、『鈴木グループ』の皆様、『アロハ・マリーエ』の皆様、そして『ふれあいバラエティー』の皆様。利用者様だけでなく職員も楽しみにしていますので、本年も宜しくお願い致します。(境原)

🎁 ケアサポートセンターようざん飯塚



暖かい年の始まりとなりました。皆様、風邪などひかず、お元気に過ごしてはいかがでしょうか？

ケアサポートセンターようざん飯塚では、年末に利用者様と職員と協力して、門松作りを行いました。毎年恒例のイベントとして、職員が大きな竹と松を準備してそれを皆さんに飾り付けて頂き、立派な門松が出来上がりました。門松の前で、ハイチーズ!!

正月には手作り羽子板で、紅組・白組に分かれて羽根つきをしました。どちらが負けても顔に墨を付けられるのは職員で、大変盛り上がりました(笑)

また、利用者様に腕を振るっていただき、おしるこ作りを行いました。甘いものが大好きな方が多く、皆様美味しく召し上がっていらっしゃいました。(もう一杯!!)

1月14日には、飯塚町内の新年会にお招き頂き、職員有志による獅子舞とロックソーラン節を披露させて頂きました。地域の方々と一緒に盛り上がり、素晴らしい新年を迎えることが出来ました。

それから忘れてはならないのは、今年の目標!!利用者様方に、体力作りや歩行練習を積極的にして頂けるように、職員一同力を合わせて頑張っていきたいと思えます。

エイツエイツ!オ——!!(井上)

🎁 ケアサポートセンターようざん



皆様こんにちは! 去年の12月就職した百目鬼です。なんて苗字が解らないですか?「どめき」と読むのです。春の陽気が待ち遠しい今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか? 私たち、ケアサポートセンターようざんでは、毎月恒例のお誕生日会を行っています。利用者様にどんなケーキが召し上がりたいか、事前に伺ってグループホームようざん飯塚にケーキのご注文をしています。今回届いたものは、いちごのショートケーキでした。美味しく頂いた後は、職員が日頃の感謝を込めて色紙のプレゼントをしました。後日、その利用者様のご自宅を訪問した際に先日差し上げた色紙が飾ってあったのを見て、私はとても感動しました。介護経験の浅い私は、とても感銘を受けました。

また、利用者様の何気ない一言「あ〜、美味しいパンが食べたいわ」と。。。このひと言で私はおやつにフレンチトーストを作ることになりました。

た。利用者様に卵を割って頂き、牛乳と砂糖をまぜ、パンに5分ほど浸して焼きます。焼いているうちに、美味しくそうな匂いができて「いい匂いね、早く食べたいな。」と、おっしゃっていました。そしてみんなで美味しく頂きました。この様に、利用者様の何気ない一言を大切にしていきたいと思えます。

もちろんレクや体操、機能訓練も日々行っています。特に力を入れているのが、機能訓練です。理学療法士のアドバイスの元、職員が行えるリハビリ体操を実行しています。

まだ、入職して日が浅いですが、一日でも早く利用者様との信頼関係を築き、頑張っていきたいです。(百目鬼)

🎀 デイサービスようざん並榎



暦の上では春ですが、まだまだ厳しい寒さが続いていますね。皆様いかがお過ごしでしょうか？デイサービスようざん並榎では、年末の職員による紅白歌合戦も大変な盛り上がりようで、笑顔いっぱい新年を迎える事ができました。獅子舞で獅子に頭をがぶりとかんでもらい、ようざん神社で神主と巫女と共に一年の安全と健康を願い、「白玉ぜんざい」や「甘酒」「七草粥」で厄払いをしていただきました。また、福笑いやカルタなどをして「なつかしいな〜」とおっしゃいながらも真剣勝負で楽しんでいらっしゃいました。初詣には八幡八幡宮へ出かけました。お天気にも恵まれて雲一つない青空の中、ゆっくりと参拝していただきました。慰問では、「ピアノとフルートの演奏」にうっとりさされ「すて

きだね〜」と大変喜んでいただきました。恒例の全国うまいもの展では、香川県の「打ち込みうどん」を野菜の下ごしらえから手伝っていただき、具沢山のうどん、体の中から温まっていただきました。制作レクリエーションでは、毛糸のボンボンを使って今年の干支の可愛いニワトリが出来上がりました。月末には、職員による「かくし芸大会」があり、一緒に大きい声で歌ったり、大笑いしたりと楽しんでいただくことができました。1月中は、最強寒波に雪の予報や、朝の路面凍結にヒヤヒヤしましたが、体調管理をしっかりして、笑顔でお元気に過ごしていただきたいと思います。(吉田)

🎀 スーパーデイようざん小埜



厳しい寒さが続いていますますが皆様いかがお過ごしでしょうか。スーパーデイようざん小埜の利用者様、職員共に、おかげさまで風邪もひかず毎日元気に過ごしています。



新しい年を迎え、利用者様と新年会を行いました。お賽銭箱に見立てた箱を職員が動かし、利用者様が紅白チームに分かれてお賽銭に見立てた玉を投げ入れるゲームをしたり、職員手作りのおみくじを引いていただきました。おやつには、甘酒で乾杯し、お汁粉を召し上がって頂きました。



1月下旬には、ようざん通貨イベントとして「福の神の飾り」作りを行いました。紙粘土でおかめの形を作り、そこに顔を描いていただきました。サインペンや絵の具の筆などお好きなものを用いて、お一人お一人個性的な作品ができあがりました!どこか、作ったご本人のお顔に似ているかも!?



スーパーデイようざん小埜では、インフルエンザやノロウイルスに感染しないよう、手洗いうがいを徹底し、利用者皆様の健康を支えていきたいと思ひます。ご家族の皆様も、どうかお身体ご自愛いただき、寒いこの季節も元気に過ごせるよう願っています。(青木)

🎉 スーパーデイようざん



大寒も過ぎ、冬の終わりも近づいて来た今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。

世間ではインフルエンザが流行っている為、スーパーデイようざんでも散歩やドライブ等が減ってしまいましたが、室内では健康体操、リズム体操、多種ゲームレクリエーション、歌、頭の体操などを元気に行い、行事ではまゆ玉作り、福笑い、書初めを楽しみました。

個別レクリエーションでは男性利用者様が車の洗車、ノコギリ作業などを行い、女性利用者様は編み物、雑巾縫い、大人の塗り絵等に参加していただきました。1月5日には新年会を行いお寿司とおでんでお祝いしました。また近くの護国寺神社に初詣に出掛ける事が出来ました。書



初めでは新しい筆を用意して行いましたが「私出来ないよう…」「筆は難しいねえ～」などとおっしゃいながらお正月気分を味わっていただく事が出来ました。

これから季節を感じながら日々を過ごしていただける様、職員一同笑顔で利用者様に共感し前進していきたいと思えます。3月もたくさんのイベントを用意して皆様をお待ちしています。(綾小路)

🎉 特別養護老人ホームモデラート



新年を迎えてから早1ヶ月が経ち暦の上では春ですが、まだまだ厳しい寒さの中皆様いかがお過ごしでしょうか。

特別養護老人ホームモデラートでは、昨年の12月24日に初めてのクリスマス会を開催させて頂きました。職員による「歌」「踊り」の余興、そしてサンタクロースによるプレゼント贈呈と大変盛り上がり、楽しいクリスマス会となりました。年明けの1月8日には入居者様の一年の安心・安全を願い出初め式が行われ、高崎鳶職組合の皆様が梯子乗り(伝統芸能の一つで真っ直ぐに立てた梯子の上で曲芸を行うこと)の磨き上げられた技を披露して下さいました。極寒の中ではありませんでしたが、入居者の皆様は食い入る様に見つめ、冬空に映える勇壮な大技が決まると盛んな拍手が沸き起こっていました。普段なかなか見る事の出来ない梯子乗りに入居者の皆様は大変喜んで下さって、貴重なイベントとなりました。また、1月10日には新春かるた大会が行われました。入居者の皆様の気迫のこもったかるたを見る真剣な表情に職員も圧倒されてしまいました。おやつに甘酒も振舞われ自然と笑顔が溢れていました。

これからも入居者の皆様お一人お一人の「その人らしさ」を大切に、安心安全に笑顔あふれる尊厳のある生活を送っていただける様に支援していきたいと思えます。(山本)



🎀 ケアサポートセンターようざん中居



今年は例年に比べ暖かいような気が致しますが、皆様におかれましては風邪などひかれていませんか?利用者様と元気に新年を迎えられましたことを心よりお喜び申し上げます。

昨年末にご家族からゆずをたくさん頂いたので、ゆず湯で温まって頂きました。「いい香り」「温まるわ」と大変好評でした。そのおかげか皆様とてもお元気でスタッフの方が負けちゃいそうです。毎年恒例のクリスマス会も盛り上がりました。乾杯の後はビンゴゲーム、クリスマスソングの大合唱。デザートプレートの飾り付けも大変綺麗に仕上がりました。また、寒い合間の小春日和の日を選び出かけた群馬の森へのド

ライブは、澄んだ空気の中とても気持ちよく皆様の笑顔がたくさん咲きました。今年も楽しんで参加して頂けるようなイベントを安全に安心に行えるよう企画して参ります。

平成29年1月より、ケアサポートセンターようざん中居はベッド数をより増やし、より宿泊しやすい環境となりました。皆様が一層楽しく笑顔で過ごせる空間を提供できるようスタッフ一同頑張ってお参ります。お近くに来た際にはぜひお立ち寄り下さい。温かいお飲み物と100点満点の笑顔で皆様のお越しをお待ちしています。(近江)

🎀 ケアサポートセンターようざん大類

暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いています。皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。

ケアサポートセンターようざん大類は昨年の12月1日にオープンしましたが、この2か月があっという間に過ぎ去った気がします。

ドライブで、市役所の展望台に行ってお参りました。眼下に新春の高崎市内がくっきりと見え、「あそこは〇〇だ、昔良く行ったな。」「あの山は赤城山だよねえ。」と、興味津々で話していらっやいました。また初詣では、私の大・大・大好きな進雄神社へ行って参りました。皆様思い思いにお祈りし、今年の願掛けをされました。当苑は進雄神社から車で4~5分の場所にありますので、お近くにお越の際は是非お立ち寄りください。またお正月の定番レクリエーションといえば、カルタ・書初め・福笑いですが、カルタを真剣にとる姿、慣れた筆遣い、福笑いを完成した時の笑顔など利用者様の普段とは違う側面が見ることができました。

これからも職員一丸となって、利用者様に喜んでいただけるレクリエーションを計画していきたいと思っております。まだまだ寒い日が続きますが、皆様も風邪などひかぬようお気を付けてください。(斉藤)



🎀 訪問介護ぽから

皆さんこんにちは。今年は酉年ですね。

我が家では、手乗り文鳥を飼っています。ヒナから育て今年で4年目になります。とても賢い鳥で、私が外出する為の準備をしているだけで寂しがついて鳴いたり、帰宅時には気配を察知して喜んで鳴いたりします。鳥かごから出すと私の肩に乗り、髪の毛をクチバシでそっと繕ってくれたりします。名前を呼べば飛んできて手の中に座ったりもします。寝る時間が近づくと、食餌と羽繕いを済ませてとまり木に止まりじっとして、鳥かごに布を掛けてほしいとチッチツと大声で鳴いて知らせます。

犬や猫も素晴らしいパートナーになりますが、文鳥も負けなくらい人になつきますし、あたたかい優しい気持ちになれる素敵な魅力があります。(石坂)

🎁 スーパーデイようざん石原



皆様こんにちは。暦の上では春ですが、雪が降ったりとまだまだ寒い日が続いていますが、お元気で過ごしてはいかがでしょうか？

スーパーデイようざん石原の1月の様子を紹介させていただきます。まずはかるた大会です。百人一首では上の句を詠むと直ぐに下の句が出てくるのには、驚かされました。流石です！上毛かるたでは、こちらはお馴染みの文言に「はい！」と大きな声と共に素早く札を取り、場札がどんどん減って行きました。それから坊主めぐりに福笑いも行いました。坊主めぐりでは、皆さん無心に札をめくっていらっやっやっ、坊主が出る度に大歓声！福笑いでも利用者様お一人お一人で違う出来栄えに大笑い。“笑う門には福来る”の良い年初めとなりました。

おやつレクリエーションでは、この時期にぴったりの白玉入りのおしるこを作りました。白玉には絹ごし豆腐を入れる一工夫。それを利用者様にこねて頂き、より一層美味しいおしるこが出来ました。

通貨レクリエーションでは、押し花を使った壁飾り作りを行いました。ケアサポートセンターようざん石原の利用者様も一緒に参加して下さい、お好みの花を選んでいただき思い思いに素敵な作品を作っていました。ティータイムは手作りケーキでおもてなし。

また1月中旬に、地域の小祝神社に初詣に出かけ利用者様と健康祈願をして来ました。地域交流では、道祖神祭で2つの地区の山車がスーパーデイようざん石原を巡って下さいました。見やすいようにと窓際まで寄せて下さり、夕刻の寒空に負けない子供たちの元気なお囃子が鳴り響いていました。地域の皆様本当にありがとうございました。

これからも地域の方々への感謝の気持ちを忘れず、利用者様に毎日笑顔で過ごして頂けるよう努力してまいります。(萩原)

🎁 ケアサポートセンターようざん双葉



梅香る季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。私どもケアサポートセンターようざん双葉では新春を迎え利用者様、職員ともに元気で過ごしています。利用者様に新年の抱負を伺ってみたところ、「健康に過ごしたい」「美味しく食事がしたい」とおっしゃっていました。この言葉に、私は「はっ」としました。毎日楽しく過ごしていただくためにとても大切なことだったからです。少しでも利用者様のお気持ちに寄り添えるよう頑張っていかなければ！と気持ちを新たに致しました。

先日は大寒を迎え今年一年の平穏を願い味噌作りをしました。一年の一番寒い日に酒や味噌を仕込むと美味しく出来上がるという由来があるそうです。この味噌は半年後、大暑の頃出来上がるそうです。二十四節季の大寒から仕込み大暑に出来るなんて四季のはっきりしている日本だからこそですね。これから色々な行事にチャレンジして楽しく過ごして行きたいです。

まだまだ寒い日が続きますが、皆様お体ご自愛くださいませ。(大塚)

🎀 ケアサポートセンターようざん貝沢

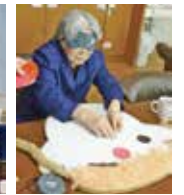


底冷えのする寒い日が続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか?ケアサポートセンターようざん貝沢では幸いインフルエンザにかかる方もなく元気に過ごしていらっしゃいます。年明け始めのイベント新年会では、カルタ大会を開催しました。普段控えめな利用者様も我先に!と一生懸命参加され、大変白熱した戦いが繰り広げられました。大いに盛り上がった後は、利用者様と一緒に仕込んだお汁粉を皆で頂き、「美味しい!」「うんまいねえ~」「おかわり出来るの?」と賑やかな声が飛び交いました。疲れた頭と身体にほんのりとした甘さが染みて、

自然と会話も弾み、たくさんの笑顔が溢れていました。また、今回初めて慰問グループ「レクダンス和みの会」様が来てくださいました。踊りながらの歌の披露の後は、利用者様も身振り手振りと一緒に参加する形で大変盛り上がり、楽しいひと時を過ごすことができました。またのご来苑を心待ちにしています!

外が寒いとなかなか外出できませんが、室内でも楽しく過ごして頂けるようなイベントを企画して、皆様の笑顔がたくさん見ることができるよう職員一丸となって頑張りたいと思います。(加部)

🎀 ケアサポートセンターようざん栗崎



日差しの明るさに春の気配を感じるようになりましたが、まだまだ寒い日が続いています。皆さまお変わりなくお過ごしでしょうか?

ケアサポートセンターようざん栗崎では1月の誕生日の方が多く、誕生日会に始まって誕生日会に終わった感じですが、主役の利用者様はいつもよりおしゃれをして、他の利用者様から祝福の言葉を受けていらっしゃいました。「皆さん、こんなに盛大にお祝いしてくれてありがとう!」とおっしゃってくださる利用者様に職員も感動し涙ぐんでしまいました。

毎年恒例のスーパーデイようざん栗崎との合同新年会も行いました。「おでんバイキング」や「ピコ太郎のPPAP」をみんなで踊ったり、笑顔いっぱいの楽しい時間を過ごしました。

イベントやレクリエーションばかりではなく、毎日の「体操」や「歌唱」、コミュニケーションなども大切に行きたいと思います。先日の歌唱の時、2月の歌詞カードに「お馬のおやこ」という歌があったので、「馬に乗ったことがある方いらっしゃいますか?」と問いかけると、ぱっ、ぱっ、ぱっと手が挙がりました。家で飼っていて、よく乗っていたという方が数人と、軽井沢の乗馬クラブで乗ったという方、高崎競馬の馬主だったという方、などなど。話が止まりませんでした。皆様のお話に人生の重みをズッシリと感じました。そして、もっともっとたくさんの経験談を伺いたかったです。

傾聴の仕方を自分なりに工夫したり、練習したりして、利用者様の話したいことに関心を持つようにして、うまく引き出す努力をしていこうと思います。

利用者様、ご家族様、いつもご利用ありがとうございます。今後とも、よろしく願います。(長島)

ケアサポートセンターようざん

事業所案内

所在地	提供サービス	事業所名	電話番号	FAX
高崎市 上並榎町 1180	看護小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん	027-386-6643	027-387-0310
	訪問看護	訪問看護 ケアサポートセンターようざん	027-386-6643	027-387-0310
	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん並榎	027-386-5843	027-387-0310
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん	027-362-0300	027-362-0036
	グループホーム	グループホームようざん	027-362-0300	027-362-0036
	居宅介護支援事業所	居宅介護支援事業所ようざん	027-329-5443	027-362-0036
	デイサービス	デイサービスようざん並榎	027-362-4373	027-329-6648
	ショートステイ	ショートステイようざん並榎	027-329-6643	027-329-6648
	請求事務	本部事務所	027-362-0300	027-362-0036
高崎市栗崎町 141-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん栗崎	027-353-4393	027-353-4392
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん栗崎	027-350-9981	027-353-4392
	ショートステイ	ショートステイようざん	027-386-8643	027-386-8644
高崎市貝沢町 1492-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん貝沢	027-386-5043	027-386-5044
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん貝沢	027-386-5143	027-386-5044
高崎市双葉町 22-9	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん双葉	027-386-9943	027-386-9843
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん双葉	027-386-9743	027-386-9843
高崎市石原町 4516-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん石原	027-381-6743	027-381-6943
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん石原	027-381-6843	027-381-6943
高崎市飯塚町 1030-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん飯塚	027-381-6812	027-381-6544
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん飯塚第2	027-381-6813	027-381-6544
	グループホーム	グループホームようざん飯塚	027-381-6543	027-381-6544
	定期巡回・随時対応型訪問介護	キュアステーションようざん	027-381-6136	027-381-6294
	訪問介護	訪問介護ぽから	027-381-6353	027-381-6294
	デイサービス	デイサービス プランドールようざん	027-381-6429	027-381-6294
	サービス付高齢者住宅	ナーシングホームようざん	027-381-6457	027-381-6294
	居宅介護支援事業所	介護相談センターようざん飯塚	027-381-8511	027-381-6294
高崎市飯塚町 1311-6	訪問看護	ナースステーションようざん	027-370-4355	027-370-4358
高崎市倉賀野町 2191-1	グループホーム	グループホームようざん倉賀野	027-329-5743	027-329-5843
	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん倉賀野	027-387-0043	027-387-0343
高崎市上中居町 557-2	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん中居	027-386-8043	027-386-8143
高崎市上小埜町 1052	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん小埜	027-386-4343	027-386-4443
	認知症対応型デイサービス	スーパーデイようざん小埜	027-386-4143	027-386-4443
	配食サービス	配食センターぽから小埜	027-386-4844	027-386-4443
高崎市綿貫町 750-1	デイサービス	デイサービスぽから	027-386-5776	027-381-6043
	配食サービス	配食センターぽから	027-386-5778	027-381-6043
高崎市八幡町 768-1	特別養護老人ホーム	アンダンテ	027-395-7077	027-395-7078
	ショートステイ	アンダンテ	027-395-7077	027-395-7078
高崎市藤塚町 324-2	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん藤塚	027-395-5543	027-395-5544
高崎市八幡原町 1009-30	特別養護老人ホーム	モデラート	027-386-6255	027-386-6245
	ショートステイ	モデラート	027-386-6255	027-386-6245
高崎市柴崎町 1160-1	小規模多機能型居宅介護	ケアサポートセンターようざん大類	027-386-8604	027-386-8605
高崎市大橋町 104-10	生活支援サービス 便利屋さん	ファミリーようざん高崎中央店	027-328-8808	027-386-5177

お問い合わせは、
右記フリーダイヤルまで

ようざんで老後良い
 0120-43-6541