



夕食の一例

介護が必要な方でも安心！

富士山を見に山中湖へ行こう！

1泊2日(朝・夕食付き) 12,100円～／大人1名様 和室ご利用の場合

※価格は全て税込です。 ※金曜日、土・日・祝、祝前日、時期により割引料金がございます。
※お客様割引(小学生まで)もございます。詳しくはお問い合わせください。

必要に応じて「介護・介助オプション」もご利用いただけます。

パリアフリールーム 15,400円～／大人1名様 1泊2食付

ご予約・お問い合わせは

サポートの宿 山中湖INN ☎ **0555-62-6511**
〒401-0501 山梨県南都留郡山中湖村山中343-1

7月に各施設で介護ツアーを実施予定。みんなで夏の富士山を見に行きませんか？ ※実施しない施設もございます。金額等の詳細は各施設へお問合せください。

簡単ストレッチ

暑い夏に備えよう！ 快眠ストレッチ

梅雨は気候が不安定で、代謝が低下し自律神経のバランスが崩れやすい季節。湿度と暑さで睡眠不足になりやすい時期です。そこで、寝る前に全身をリラックスさせることが重要です。暑い夏に向けて、しっかりと睡眠をとしましょう。

①仰向けに寝て両足と両腕を天井の方に向けて高く上げる。
②足首と手首の力を緩めて、1分程度ぐらぐらと両足と両腕を振る。
③おなかに手をあてて、全身の力を抜いてゆっくりと深く腹式呼吸をする。

③の腹式呼吸までしっかりやりましょう！

手足を高く上げる

脱力してブルブル～

6月の薬膳

YAKUZEN for June

春に現れやすい症状

「三毒を絶つ」ということわざがあるように、梅は身体に良い食べ物として昔から親しまれてきました。手作り保存食で、梅の効能をうまく利用しましょう。



梅酵素ジュース

【必要な物】

- ・梅……2kg
- ・砂糖……2kg
- ・梅が全部入るビン

【下ごしらえ】

- ・ビンは煮沸消毒しておきましょう！
- ・手も流水できれいに洗っておきましょう。
- ・梅の汚れを流水で洗い流した後、重曹水(250mlの水に重曹大さじ1を溶かしたもの)に10分ほど浸すと農薬がとれます。

① 梅の実を洗い、水に2-3時間漬けてアクを抜き、よく水をふき取る。

② ヘタをよじなどで取る。

③ 梅を一晩冷凍庫で凍らせる。
※梅の繊維が壊れ甘みが出やすくなる。

④ 梅の実の1/4(500g)をビンに入れ、その上に砂糖の1/4(500g)をかぶせる。

⑤ 「4」を4回繰り返し、最後にキッチンペーパーかきれいな布巾をかぶせる。
※発酵ガスで膨張する為、密封すると危険です。

⑥ 半日程置いたら、空気に触れるよう、手で混ぜる。(50回程度)

⑦ 次の日から1日2会、各50回ずつ混ぜる。
※数日して細かい泡が出てきたら発酵が始まっています。

⑧ 材料が浮いてきて、混ぜると全体的にシュワットと泡が出るようになれば完成！
※出来上がりまでの時間は季節によって異なります。

⑨ 完成したら、ざるなどにあげて酵素をこす。
※絞ったりせず、自然に落ち切るまで待ちます。

⑩ 出来た酵素液を保存用に煮沸消毒したビンに移す。
※この状態になっても発酵は進んでいるので、蓋は密閉しないこと！

こみゅねっとVol. 46 (2014.06.01)
発行／株式会社リエイ コミュニケア24
千葉県浦安市入船1-5-2 NBF新浦安タワー 14F

老後ハッピー みんなハッピー

0120-658-378

http://www.c-24.jp

検索

全国43拠点展開中!
※リエイグループ2014年6月現在

介護総合サービスのコミュニケア24がお届けするホットな情報誌

コミュニネット

Communicare24 Communication Networks

Vol.46
2014.06.01

利用者様とご家族の皆さまへ感謝を込めて シニア町内会癒しのまくり館では 10周年パーティーを開催しました！

開設時から10年間ご入居いただいている
荒井 光子様 小川 洋子様



荒井様より

10年前、内覧会に来た時、ホテルのような1階のラウンジやカラオケルーム等があり、当時の老人ホームの中では時代を先取りしているなぁーと思いました。入居してヘルパーさん達がやさしくてホットしました。いろいろなサークルや行事があり、忙しい10年で、あっと云う間に過ぎてしまいました。これからも頑張らなくてはと思っています。

スタッフによる
神輿担ぎ



コミュニケア24の
スタッフも所属する
和太鼓の会「いぶき」様
によるパフォーマンス



勤続10年間のスタッフと開設当時の利用者様によるケーキカット

癒しのデイサービス八千代台 5周年



ここの良いところは、
長く通っていることもあり、
何より心が安らぐ所です。
その一言に尽きます！

開設時から5年間ご利用いただいている
利田 敬義様より

脳出血で倒れ退院後すぐにお世話になりました。当初はこういう施設があることも全く知らず、不安でいっぱいでしたが元気な職員さんたちのお蔭でとても気持ち良く安心して過ごす事ができます。リハビリの先生も自分の痛みを理解してくれ、熱心にリハをしていただきました。みんなで楽しい思い出を作っていきたいです。

癒しのデイサービス野田 6周年



開設時から6年間ご利用いただいている
島津 襄様より

こちらに御世話になって早や6年。本当に早いものです。初めは不安でしたが、皆様の温かい御指導のもと、毎日安心して過ごしています。待望のカラオケ&シアタールームも完成し、増々楽しめるデイサービスとなり、食事最高です！これからも、よろしく願いいたします。

奥様(なを系様)より

主人は時々「今日は会社だから休めないよ～」なんて言いながら、楽しく通っています。お陰様で、私はボランティア、踊り、唄など暇なく過ごさせて頂いております。

何歳になっても ステキな人

コミュニケア24の利用者様の中には、ご自身の趣味や特技を磨き
いくつになっても輝き続ける「ステキな人」がたくさんいらっしゃいます。
ここでは、そんな利用者様を順番にご紹介していきます。

コミュニケア24のフォトグラファー



癒しのデイサービス南千住
坂林 良雄様

坂林様は、若い頃から写真がお好きで、日本全国旅行しながら
写真を撮ってこられたそうです。
現在は車イスのため遠くに行く
ことはできませんが、隅田川沿
いの桜などの素敵な作品をデイ
サービスで展示させていただ
いています。特に今と昔の南千住
の街並みの変化は、皆さん興味
深々で鑑賞されています。

南千住の昔と今



北京

日本テレビ「every.16 時特集」で 北京礼愛が紹介されました！

2014年5月15日(木)日本テレビの「every.16時特集」で“記者発～高齢
化が進む中国にビジネスチャンス!”と題し、**北京に進出した日本の介護
施設**として、**北京礼愛**が紹介されました。マニュアル的に沿って機械的に
対応するのではなく、細かいところまで目を配り、一人一人に合わせたケア
をする日本的介護が中国で高い評価をいただいているようです。



◆日本で学んだ、入居者様との接し方

◆桜澤社長へのインタビュー

タイ

海外へ活躍の場を広げるニューヒロイン！ 海外業務課 村椿かおりさん

日本の介護の現場で活躍されていた村椿さん、タイでの人材育成のため活躍の場をアジアへ

Q. 今日までのご経験された業務について
リエイに入社してから、介護職員、生活相談員を経てタイに来ました。

Q. タイでの抱負をお願いします
リエイで培った日本的介護を、異国の地でもしっかりと伝えてきます！現場で常に
心がけていた“細かな配慮”や“声がけ”、自立支援のための“やりすぎない介護”を
タイでも伝えていきたいです。

Q. タイへ行くことになったきっかけは？
介護の仕事で、海外で働くチャンスはめったにありません。人生1度きりなので、
自分の視野を広げるという意味でも、チャンスがあるなら絶対に挑戦したいと
思い、タイ行きを希望しました！



村椿かおりさん(写真左上)

テーマ 花嫁花婿

第20回

みんなの詩 MINNANOUTA

利用者様からご応募いただいた俳句・川柳・短歌の中から、特に印象
深かった作品をご紹介します。年に1度、専門の先生に優秀作品を選出いた
だき、優秀作品とその他全応募作品を掲載した作品集を制作しています。

俳句の部

はは
よき亡母は 花婿さがし 佐原まで 浦安きたさかえ館 江原 秀子様
こ
いと娘を 君に託すと 眼に祈り 癒しのデイサービス川西 佐野 栄様
へ
ういういし 花嫁の辺に 風光る 癒しのデイサービス名古屋 熱田 吉田 さち子様

川柳の部

愛あらば 楽しき日々よ 四畳半 癒しのデイサービス市川おにだか館 江見 公男様
我が前に 晴れ着の乙女 肩を写す シニア町内会癒しのまはり館 多田 稔様
花嫁の 父になる日を 待ちわびる 癒しのデイサービス葛飾 土橋 英範様

短歌の部

おおびと
大勢の 祝いし宴げ 二人して 感謝の心 忘るるなかれ 癒しのデイサービス鎌ケ谷 関塚 瀧子様
春ざるる 花嫁姿 みななごみ 母のぬくもり 今さら思う 癒しのデイサービス成田 小林 輝子様
白無垢が 良いと言う祖母 知らん顔 孫はドレスで 頬笑ながら 癒しのデイサービス足立 萩原 恭子様

国内外のイベント出展でリエイの介護をPR!

超高齢社会を支える慢性期医療の専門展 慢性期医療展2014@大阪

コンシェル阿倍野の
癒しと食のおもてなしをPRしてきました!

期間：4月17日～19日 会場：インテックス大阪

3日間の総来場者数 5,067名と大盛況のうちに終了した
慢性期医療展。コミュニケア 24 では、昨年 7 月に開設
した「コンシェル阿倍野」を PR
してきました。約 300 名の方が、
マッサージや薬膳に興味を持ち、
ブースにお立ち寄りくださいま
した。私たちのサービスを知って
いただくだけでなく、お客様の
ニーズを聞ける良い機会でした。



第9回中国国際福祉機器展示会 CHINA AID 2014@上海

海外での介護事業コンサルティングをスタート!
リエイの海外ブランド「礼愛」をPRしてきました!

期間：5月26日～28日 会場：上海万博展覽館1号館

日本だけでなく現地マスコミも注目する「礼愛」が、現地
企業の介護事業をサポートするコンサルティングサー
ビスの PR に行ってきました。
8 社との商談の他、礼愛の現
地施設の見学を希望される企
業も複数社と、中国での日本
的介護への関心の高さを実感
しました。

