

# WELL 通信

社会福祉法人  
ウエル清光会

**デイサービス特集**

**自立支援型のケアで  
健やかな在宅生活をサポート**

ウエルの今を深掘り!

## 厨 房 だ よ り 宝塚 清光苑

## 体を温める「芋煮」レシピ

「芋煮」は、里芋をベースに冬野菜や豚肉などを煮込んだ東北地方の郷土料理です。味付けは醤油でも味噌でもOK。今回は、味噌ベースのレシピをご紹介します。冬野菜はビタミンCが豊富で体を温めてくれるため、この季節にピッタリ。白ネギ、こんにゃく、れんこんなど、何を入れても美味しく仕上がる所以、冷蔵庫のお掃除にももってこいです。栄養を摂って、免疫力を高めましょう。

## 【材料(2人分)】

豚バラ100g、厚揚げ2個、里芋4~5個、大根1/8、ごぼう1/8、人参1/4、白菜1/16、しめじ1/2、きぬさや適量、だし60cc、赤みそ10g、さとう4g、みりん4g、しじゅ2g

## 【作り方】

- 厚揚げ、白菜は食べやすい大きさに、里芋、大根、人参、ごぼうは皮をむいて一口大に切る。しめじは石づきを取って手でほぐす。
- 鍋にだし汁と野菜を入れ、野菜が柔らかくなるまで煮る。
- 豚肉と調味料、赤みそを加え、中火でひと煮立ちさせてアツを取る。
- 最後に茹でたきぬさやを飾って完成!



クリスマスには彩り豊かなタワーロールケーキ、お正月にはお重に入ったおせち料理など、季節のイベントに合わせたお食事やおやつを楽しんでいただきます。



日々のお食事は、ウエル清光会のブログでも紹介しています。ぜひご覧ください。

## ご利用の流れ

- お問合せ**  
担当のケアマネジャーを通してお申し込みください。
- かかりつけ医を受診**  
かかりつけ医から「診療情報提供書」の発行を受けます。かかりつけ医がない場合は、3のステップに進みます。
- 清光クリニックを受診(無料)**  
「診療情報提供書」を提出し、清光クリニックの医師による、リハビリの必要性を確認するための診察を受けます。
- 契約**  
ご自宅で訪問リハビリの契約を結び、利用日を決定します。
- ご利用開始**  
利用日に理学療法士等がご自宅にうかがい、訪問リハビリを実施します。

訪問リハビリーション費	時間	単位数	自己負担	自己負担	自己負担
			1割	2割	3割
	20分	307単位	約327円	約654円	約981円
	40分 (20分を2回)	614単位	約654円	約1309円	約1963円
	60分 (20分を3回)	921単位	約981円	約1963円	約2945円

- 対応エリア: 豊中市全域、吹田市と伊丹市の一部地域
- お問合せ先: 080-3304-3827 (訪問リハビリ専用)

※サービス提供時間は原則として40分(20分を2回)です。

※表示金額は介護保険負担割合が1割の方の場合です。

## 在宅診療のご案内

通院が困難な方に、清光クリニックの医師がご自宅にうかがい、2週間に1回、定期的に診察を行います。

- 基本負担額: 5,500円~(1割負担)
- 対応エリア: 豊中市全域、吹田市と伊丹市の一部地域
- お問合せ先: 06-6840-7666

理学療法士や作業療法士がご自宅にうかがってマンツーマンで関節運動や筋力訓練、歩行・段差の練習などのリハビリを行い、「家での生活を維持したい」「一人でお買い物に行きたい」といったお一人おひとりの課題解決をサポートします。デイサービスやショートステイを利用の方にも、機能訓練指導員の視点から「あと少し、家のリハビリをプラスできればもっと良くなる」と感じるケンスも多く、訪問リハビリによって身体機能の改善やご自宅での生活の維持・向上が期待できます。逆に、通所型サービス

を利用されず家にこもりがちになつていける方を、デイサービスやショートステイなどウエルグループの他のサービスへつなげることもできます。「お風呂に入りた人が「お風呂に入りた」というご家族の想いによりぞいます。訪問看護からのリハビリとは異なり、ご利用の際は契約前と3ヶ月に1回、清光クリニックの医師によるリハビリに関する診察が必要です。清光クリニックでは内科の医師の診察を受けられるため、血圧コントロールなどの体調管理も同時に

行われます。訪問リハビリは、身体機能を改善して生活の幅を広げるだけでなく、利用者様の人生の選択肢を広げるサービスです。ご利用を希望の方は、ぜひお電話でお問い合わせください。



## 清光クリニックの 「訪問リハビリ」

私たちが  
訪問します!



〈理学療法士〉  
木村彩子



〈理学療法士〉  
秋吉史博



## ウエルグループ

## 豊中市

- 清光苑 [特]
- 利倉清豊苑 [地/デ/グ/小/定]
- 美豊苑 [特/ケ]
- 刀根山美豊苑 [地/デ]
- 輝豊苑 [デ/グ]
- ウエルケアプランセンター

[特]特別養護老人ホーム [地]地域密着型特別養護老人ホーム [デ]デイサービス [グ]グループホーム [小]小規模多機能型居宅介護施設 [ケ]ケアプランセンター [有]有料老人ホーム [定]定期巡回サービス

## 宝塚市

- 宝塚清光苑 [特/デ/グ/小/ケ/定]
- 芦屋市
- 陽光苑 [地/デ/グ]
- 西宮市
- パセム西宮 [有]
- ケアプランセンター西宮清光苑

# 自立支援型のケアで健やかな在宅生活をサポート

ウエル清光会のデイサービスは、利用者様が一日でも長く「自宅で過ごせるように、多方面から自立支援型のケアを行なっています。デイサービスの特徴や目指す姿について、管理責任者に聞きました。



デイサービス「自立支援」事例紹介  
刀根山美豊苑  
牧志 優  
管理責任者



デイサービスセンター「ウエリスト」  
佐藤 広樹  
管理責任者

Xのような従来の連絡手段だけでなく、オンラインのコミュニケーションツールも利用し、リアルタイムに情報を共有して多職種連携で在宅生活を支えています。

## Aーやロボットなど最新ツールを積極導入

### デイサービス「自立支援」事例紹介



#### 刀根山美豊苑

71歳男性（要介護3）

車椅子を使用されていて入浴は機械浴で対応していたが、年齢が若く歩行能力も残っていた。週に2回のデイサービスご利用時に歩行訓練に重点を置いた運動を実施した結果、歩行器での歩行が可能に。また、動作ができるようになり、機能訓練指導員の提案もあったことから、個浴で入浴を実施したところ、問題なく入浴できた。以降、個浴をご利用いただけるようになりました。ご本人も喜ばれています。



#### ウエリスト

90歳女性（要介護1）

立位が取れなくなり、ウエル清光会の「ショートステイ清豊苑」を利用されていたが、状態次第では老健の利用も念頭にあったご様子。なんとかウエリストのデイサービス利用を再開したいとの意向で、両事業所のスタッフが連携し歩行訓練を行った結果、伝い歩きができるようになり、夜間のトイレ動作も可能に。身体的自立をサポートでき、現在は週に4日ウエリストに通いながら自宅で過ごされている。

### 地域に根ざしたケアで住み慣れた「自宅での暮らしに安心を



#### Q 目指す姿は？

牧志：最近では、ゲム感覚で脳をトレーニングできる「脳ぼち」



スマートで利用者様が歩く姿を撮影するだけで歩行状態を解析

より効率的にケアができる環境を整えています。例えばウォーリストでは、「トルト（旧ケアコチ）」というAーアプリを導入しています。これで動画撮影によって利用者様の歩行状態を解析するツールで、機能訓練の効率化や、ご家族やケアマネジャーとの身体状態の共有に役立っています。

### デイサービス「自立支援」事例紹介



#### 刀根山美豊苑

71歳男性（要介護3）

車椅子を使用されていて入浴は機械浴で対応していたが、年齢が若く歩行能力も残っていた。週に2回のデイサービスご利用時に歩行訓練に重点を置いた運動を実施した結果、歩行器での歩行が可能に。また、動作ができるようになり、機能訓練指導員の提案もあったことから、個浴で入浴を実施したところ、問題なく入浴できた。以降、個浴をご利用いただけるようになりました。ご本人も喜ばれています。

#### 70歳男性（要介護3）

脳出血を発症され、病院でのリハビリを経たのち退院された利用者様。車椅子の使用時は、移乗は軽介助、四点杖歩行は中等介助レベルだったが、週3回のデイサービスのご利用で歩行訓練を実施した結果、移乗は見守り、歩行は軽介助レベルまで改善した。ご自宅内で使用していた車椅子は返却し、短距離ではあるものの、屋外を奥様と一緒に歩行できるまでに改善された。



#### ウエリスト

90歳女性（要介護1）

立位が取れなくなり、ウエル清光会の「ショートステイ清豊苑」を利用されていたが、状態次第では老健の利用も念頭にあったご様子。なんとかウエリストのデイサービス利用を再開したいとの意向で、両事業所のスタッフが連携し歩行訓練を行った結果、伝い歩きができるようになり、夜間のトイレ動作も可能に。身体的自立をサポートでき、現在は週に4日ウエリストに通いながら自宅で過ごされている。

### ウエル清光会のデイサービスの利用者様・ご家族からいただいたお手紙をご紹介



#### （ご家族）

祖母の体の衰えや体調に合わせて工夫をしてくださったこと、祖母が喜ぶことをたくさんしてくださったこと、介護をしている家族のことをいつも気遣ってくださったこと、アドバイスをください寄り添ってくださったこと、本当に感謝しています。（ご家族）



スマートで利用者様が歩く姿を撮影するだけで歩行状態を解析

より効率的にケアができる環境を整えています。例えばウォーリストでは、「トルト（旧ケアコチ）」というAーアプリを導入しています。これで動画撮影によって利用者様の歩行状態を解析するツールで、機能訓練の効率化や、ご家族やケアマネジャーとの身体状態の共有に役立っています。

### デイサービス「自立支援」事例紹介



#### 刀根山美豊苑

71歳男性（要介護3）

車椅子を使用されていて入浴は機械浴で対応していたが、年齢が若く歩行能力も残っていた。週に2回のデイサービスご利用時に歩行訓練に重点を置いた運動を実施した結果、歩行器での歩行が可能に。また、動作ができるようになり、機能訓練指導員の提案もあったことから、個浴で入浴を実施したところ、問題なく入浴できた。以降、個浴をご利用いただけるようになりました。ご本人も喜ばれています。

#### 70歳男性（要介護3）

脳出血を発症され、病院でのリハビリを経たのち退院された利用者様。車椅子の使用時は、移乗は軽介助、四点杖歩行は中等介助レベルだったが、週3回のデイサービスのご利用で歩行訓練を実施した結果、移乗は見守り、歩行は軽介助レベルまで改善した。ご自宅内で使用していた車椅子は返却し、短距離ではあるものの、屋外を奥様と一緒に歩行できるまでに改善された。



#### ウエリスト

90歳女性（要介護1）

立位が取れなくなり、ウエル清光会の「ショートステイ清豊苑」を利用されていたが、状態次第では老健の利用も念頭にあったご様子。なんとかウエリストのデイサービス利用を再開したいとの意向で、両事業所のスタッフが連携し歩行訓練を行った結果、伝い歩きができるようになり、夜間のトイレ動作も可能に。身体的自立をサポートでき、現在は週に4日ウエリストに通いながら自宅で過ごされている。

### デイサービス「自立支援」事例紹介



#### 刀根山美豊苑

71歳男性（要介護3）

車椅子を使用されていて入浴は機械浴で対応していたが、年齢が若く歩行能力も残っていた。週に2回のデイサービスご利用時に歩行訓練に重点を置いた運動を実施した結果、歩行器での歩行が可能に。また、動作ができるようになり、機能訓練指導員の提案もあったことから、個浴で入浴を実施したところ、問題なく入浴できた。以降、個浴をご利用いただけるようになりました。ご本人も喜ばれています。

#### 70歳男性（要介護3）

脳出血を発症され、病院でのリハビリを経たのち退院された利用者様。車椅子の使用時は、移乗は軽介助、四点杖歩行は中等介助レベルだったが、週3回のデイサービスのご利用で歩行訓練を実施した結果、移乗は見守り、歩行は軽介助レベルまで改善した。ご自宅内で使用していた車椅子は返却し、短距離ではあるものの、屋外を奥様と一緒に歩行できるまでに改善された。



#### ウエリスト

90歳女性（要介護1）

立位が取れなくなり、ウエル清光会の「ショートステイ清豊苑」を利用されていたが、状態次第では老健の利用も念頭にあったご様子。なんとかウエリストのデイサービス利用を再開したいとの意向で、両事業所のスタッフが連携し歩行訓練を行った結果、伝い歩きができるようになり、夜間のトイレ動作も可能に。身体的自立をサポートでき、現在は週に4日ウエリストに通いながら自宅で過ごされている。

### デイサービス「自立支援」事例紹介



#### 刀根山美豊苑

71歳男性（要介護3）

車椅子を使用されていて入浴は機械浴で対応していたが、年齢が若く歩行能力も残っていた。週に2回のデイサービスご利用時に歩行訓練に重点を置いた運動を実施した結果、歩行器での歩行が可能に。また、動作ができるようになり、機能訓練指導員の提案もあったことから、個浴で入浴を実施したところ、問題なく入浴できた。以降、個浴をご利用いただけるようになりました。ご本人も喜ばれています。

#### 70歳男性（要介護3）

脳出血を発症され、病院でのリハビリを経たのち退院された利用者様。車椅子の使用時は、移乗は軽介助、四点杖歩行は中等介助レベルだったが、週3回のデイサービスのご利用で歩行訓練を実施した結果、移乗は見守り、歩行は軽介助レベルまで改善した。ご自宅内で使用していた車椅子は返却し、短距離ではあるものの、屋外を奥様と一緒に歩行できるまでに改善された。



#### ウエリスト

90歳女性（要介護1）

立位が取れなくなり、ウエル清光会の「ショートステイ清豊苑」を利用されていたが、状態次第では老健の利用も念頭にあったご様子。なんとかウエリストのデイサービス利用を再開したいとの意向で、両事業所のスタッフが連携し歩行訓練を行った結果、伝い歩きができるようになり、夜間のトイレ動作も可能に。身体的自立をサポートでき、現在は週に4日ウエリストに通いながら自宅で過ごされている。

### デイサービス「自立支援」事例紹介



#### 刀根山美豊苑

71歳男性（要介護3）

車椅子を使用されていて入浴は機械浴で対応していたが、年齢が若く歩行能力も残っていた。週に2回のデイサービスご利用時に歩行訓練に重点を置いた運動を実施した結果、歩行器での歩行が可能に。また、動作ができるようになり、機能訓練指導員の提案もあったことから、個浴で入浴を実施したところ、問題なく入浴できた。以降、個浴をご利用いただけるようになりました。ご本人も喜ばれています。

#### 70歳男性（要介護3）

脳出血を発症され、病院でのリハビリを経たのち退院された利用者様。車椅子の使用時は、移乗は軽介助、四点杖歩行は中等介助レベルだったが、週3回のデイサービスのご利用で歩行訓練を実施した結果、移乗は見守り、歩行は軽介助レベルまで改善した。ご自宅内で使用していた車椅子は返却し、短距離ではあるものの、屋外を奥様と一緒に歩行できるまでに改善された。



#### ウエリスト

90歳女性（要介護1）

立位が取れなくなり、ウエル清光会の「ショートステイ清豊苑」を利用されていたが、状態次第では老健の利用も念頭にあったご様子。なんとかウエリストのデイサービス利用を再開したいとの意向で、両事業所のスタッフが連携し歩行訓練を行った結果、伝い歩きができるようになり、夜間のトイレ動作も可能に。身体的自立をサポートでき、現在は週に4日ウエリストに通いながら自宅で過ごされている。

### デイサービス「自立支援」事例紹介



#### 刀根山美豊苑

71歳男性（要介護3）

車椅子を使用されていて入浴は機械浴で対応していたが、年齢が若く歩行能力も残っていた。週に2回のデイサービスご利用時に歩行訓練に重点を置いた運動を実施した結果、歩行器での歩行が可能に。また、動作ができるようになり、機能訓練指導員の提案もあったことから、個浴で入浴を実施したところ、問題なく入浴できた。以降、個浴をご利用いただけるようになりました。ご本人も喜ばれています。

#### 70歳男性（要介護3）

脳出血を発症され、病院でのリハビリを経たのち退院された利用者様。車椅子の使用時は、移乗は軽介助、四点杖歩行は中等介助レベルだったが、週3回のデイサービスのご利用で歩行訓練を実施した結果、移乗は見守り、歩行は軽介助レベルまで改善した。ご自宅内で使用していた車椅子は返却し、短距離ではあるものの、屋外を奥様と一緒に歩行できるまでに改善された。



#### ウエリスト

90歳女性（要介護1）

立位が取れなくなり、ウエル清光会の「ショートステイ清豊苑」を利用されていたが、状態次第では老健の利用も念頭にあったご様子。なんとかウエリストのデイサービス利用を再開したいとの意向で、両事業所のスタッフが連携し歩行訓練を行った結果、伝い歩きができるようになり、夜間のトイレ動作も可能に。身体的自立をサポートでき、現在は週に4日ウエリストに通いながら自宅で過ごされている。

### デイサービス「自立支援」事例紹介



#### 刀根山美豊苑

71歳男性（要介護3）

車椅子を使用されていて入浴は機械浴で対応していたが、年齢が若く歩行能力も残っていた。週に2回のデイサービスご利用時に歩行訓練に重点を置いた運動を実施した結果、歩行器での歩行が可能に。また、動作ができるようになり、機能訓練指導員の提案もあったことから、個浴で入浴を実施したところ、問題なく入浴できた。以降、個浴をご利用いただけるようになりました。ご本人も喜ばれています。

#### 70歳男性（要介護3）

脳出血を発症され、病院でのリハビリを経たのち退院された利用者様。車椅子の使用時は、移乗は軽介助、四点杖歩行は中等介助レベルだったが、週3回のデイサービスのご利用で歩行訓練を実施した結果、移乗は見守り、歩行は軽介助レベルまで改善した。ご自宅内で使用していた車椅子は返却し、短距離ではあるものの、屋外を奥様と一緒に歩行できるまでに改善された。



#### ウエリスト

90歳女性（要介護1）

立位が取れなくなり、ウエル清光会の「ショートステイ清豊苑」を利用されていたが、状態次第では老健の利用も念頭にあったご様子。なんとかウエリストのデイサービス利用を再開したいとの意向で、両事業所のスタッフが連携し歩行訓練を行った結果、伝い歩きができるようになり、夜間のトイレ動作も可能に。身体的自立をサポートでき、現在は週に4日ウエリストに通いながら自宅で過ごされている。

### デイサービス「自立支援」事例紹介