



● 新型コロナウイルス感染対策にご理解・ご協力いただき、ありがとうございます。
弊社では、ご家族様との絆を守る「5つの面会スタイル」を準備しています。
面会スタイルは、施設ごとで異なる場合がありますので、まずは施設へお気軽にお声がけください。



安心・安全・快適な

入居者様とご家族様の絆を守る面会スタイルのご提案

新型コロナウイルスの感染対策に十分配慮したうえで、ご家族様と入居者様が面会を行えるよう下記的手段をご用意致しました。入居者様の生活スペースには入館できませんが、ご希望の面会スタイルがございましたらご案内いたしますので、まずは施設へお気軽にお声がけください。



1, テラス面会

施設敷地内にゆっくりとくつろぎながらお話の出来るカフェテラスのようなスペースをご用意いたしました。天気の良い日は久しぶりにフェイスtoフェイスでの会話をお楽しみください。

施設で面会

2, 面談室と居室をつなげてオンライン面会

ご家族様に施設内面談室までご入館いただき、面談室と居室にいらっしゃる入居者様とをリモートでつなぎ、画面を通して面会していただきます。パソコンの準備やリモートの設定などは施設側で行いますのでお気軽にご利用いただけます。

※1、2につきましては当社が指定する地域に居住するご家族様はご遠慮いただいております。対策を慎重に行うため、ご理解ご協力をお願いします。



3, 窓越し面会

施設の中と外で、窓越しに面会ができるスペースをご用意いたしました。入居者様の表情やお身体のご様子などをお近くでご覧いただきながらお話しいただけます。

4, ドライブスルー面会

施設に車で来訪いただき、駐車場内車中のご家族様と施設内の入居者様をリモートでつないで面会していただきます。

タブレットの貸出とリモート設定は施設側で行います。



ご自宅で面会

5, 自宅と施設をつなげてオンライン面会

好評をいただいております、オンラインでの面会も継続して実施いたします。ご自宅のご家族様と施設内（居室または面談室）の入居者様がZOOMなどを活用して会話を楽しんでいただけます。

遠方でなかなか会いに来れないご家族様にもおすすめのスタイルです。



新型コロナのワクチン接種がお済の方へ

新型コロナワクチンの接種が日本でも始まり、当施設でも入居者様及び職員の接種を積極的に進めております。入居者様とご家族様の双方がワクチンを2回接種後2週間経過して、接種記録書をご提示いただける場合、当施設の感染対策にご協力頂いた上で、施設内の三密を回避したスペースで直接面会をしていただけるようになります。詳しくは施設までお問合せ下さい。

前は間違しやすい立ち上がる際のポイントについて取り上げました。

今回は前回の立ち上がりにも関係する「股関節」について、取り上げていきたいと思います。

いよいよ7月23日から東京オリンピックが開催されますね。オリンピックでは様々な競技が行われますが、全ての競技で股関節の柔軟があり、筋力が強くないと一流のアスリートにはなれません。

これは皆さんにも当てはまります。股関節の柔軟性が少ないと股関節と隣り合っている膝や腰に負担が集中し、痛みや変形を助長してしまいます。また筋力が少なくても他の関節に負担が集中してしまったり、立ち上がりや歩行が不安定になります。お尻の筋肉が落ちてしまうと、座っている・立っている姿勢の崩れに繋がります。

特に日中、椅子や床に座っている時間が長い方は、股関節を曲がった状態で姿勢が固まりやすく、股関節の柔軟性が低下してしまいます。かと言って、股関節を伸ばすためにベッド等で横になることも股関節の筋力低下に繋がってしまいます。

今回はご自宅でもできる股関節の運動を2つご紹介したいと思います。

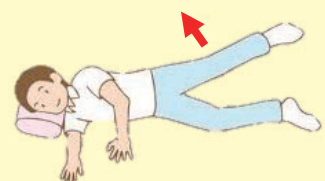
〈ブリッジ〉

- ①仰向けに寝て、両膝を立てます。
- ②お尻をゆっくり上げ下げします。



〈横向き寝て足上げ運動〉

- ①横向きで膝を伸ばして寝ます。
- ②足を広げるように上に上げ下げします。



お客様、ご家族様の『安心・快適・喜び』のある暮らしをご提案致します。



状況にあわせて選べる アクタガワの多様な介護サービス

介護付き有料老人ホーム



上質な空間 快適で喜びのある暮らし

食事や安心の医療体制などさまざまなサービスを提供しています。

サービス付き高齢者向け住宅



いつまでも自分らしく自由な生活

一般の住宅と同じように自由に介護サービスを選択することができます。

グループホーム

(認知症共同生活介護)



仲間との感動を共有する日々

認知症の方が家庭的な環境の中で生活するサービス。

小規模多機能型居宅介護



住み慣れたご自宅で…安心の総合的介護

「通い」を中心に「泊まり」「訪問」の3サービスを組み合わせ提供。

ヘルパー通報サービス

ボタン一つでいつでも駆け付けます



ご自宅に通報装置を設置。オペレーターが相談を受け、必要に応じてヘルパーを派遣します。定時訪問サービスも有。



介護付き有料老人ホーム



五感の生活を取り入れた上質な空間の中、24時間介護スタッフが常駐し、食事や入浴時の介助、掃除、洗濯などの生活支援、健康相談やリハビリなど、さまざまなサービスを提供しています。



檜風呂
檜の香りで心身ともにリフレッシュ



花水木
コーヒーを飲みながら
友人・ご家族様と楽しむカフェラウンジ



五感の生活
The Mature Life with Five Sences

「日本のふるさと」「茶道のわびさび」をコンセプトに、感性にささやく五感の生活を提供いたします。



静岡市内に3施設

プレミアムハートライフ千代田 - 静岡市葵区千代田 -



プレミアムハートライフ大岩
- 静岡市葵区大岩 -



プレミアムハートライフ小鹿公園前
- 静岡市駿河区小鹿 -

介護のお悩みは、お気軽にご相談ください!!

介護サポートセンター TEL:0120-810-964

施設・サービスについて
詳しくはこちら



感性にささやく五感の生活

芒種

二十四節気の一つで、新暦では6月6日頃を指します。麦や稲のように穂の出る穀物の種をまく季節という意味で、一般には田植えを始める頃とされています。

かつて田植えは、実際の農作業であると同時に、田の神様に豊作を祈る大切な神事でした。この頃、全国各地では「御田植祭」が行われ、菅（すげ）笠と茜たすきを身につけた早乙女（さおとめ）たちによって、田に苗が植えられます。

〈ハートライフ押切〉



紫陽花

梅雨に入ることを「入梅」といい、暦の上では6月11日頃にあたります。

梅雨の季節と言えば紫陽花。雨が似合う、風情ある美しい花です。

紫陽花の名所とされる寺や神社には、たくさんの紫陽花が咲き誇り、手水鉢の水に浮かぶ姿は私たちの目を和ませてくれます。

また紫陽花は、毎月6のつく日に軒下や玄関に逆さにして吊るすことで、厄除け、魔除けになるといわれています。

〈ハートライフ初生〉



夏越の祓

1年の折り返しにあたる6月30日、半年間の穢れを祓い清め、残る半年の無病息災を祈願します。神社によって作法は異なりますが、大きな茅の輪を3回くぐって身を清め、家内安全、身体健全を祈ります。

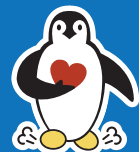
『水無月の 夏越の祓いする人は 千歳の命 のぶというなり』

また、紙の人形（ひとがた）に息を吹きかけたり、身体を撫でることで穢れを人形に移した後、水に流したり焚いたりするところもあります。

〈アクタガワ本社〉



ぺんぎん食堂



7月

七夕そうめん

いなり寿司

季節野菜の天ぷら盛合せ

いんげんと人参のごま和え

ゼリー&ホイップ

