

ピュアホームズNEWS

創立25周年イヤースタート!



1月4日、おかげ様でピュアホームズは創業25周年を迎えました。2025年は25周年イヤーとして、様々なイベントを企画しております。内容は本誌でも随時レポートを掲載しますのでぜひご期待ください!

創立記念日となる1月4日、毎年恒例の社内初詣を実施。川口青木の氷川神社にて役員をはじめ役員者のご祈禱を受けこの一年の商売繁盛・交通安全を祈願しました。

その後、ピュアヴィレッジの神楽本店へ移動し新年会を開催。参加した役員・役職者より今年の目標が語られました。25周年を記念したロゴマークも完成! 今後はこちらのロゴを目印にチラシをはじめ情報発信していきますので、今後の活動に是非ご期待下さい!



営業部主催 家族介護者教室 開催

1月22日 芝公民館ホールをお借りし、弊社営業部主催のイベント「家族介護者教室」を開催しました。教室では相談会のほか、福祉用具メーカー様も多数ご協力のもと福祉用具展示・体験会を実施しました。また、弊社の不動産部(住マイル相談室)も参加し、久しぶりに大きな規模の展示会となりました。

おかげ様で近隣にお住まいの方やケアマネジャー様など多数のご来場を頂き、弊社スタッフもフル回転でご対応させて頂きました。今回の一番人気は電動車いすで、普段あまり試乗できる機会が少ない一般のお客様は、様々な電動車いすを試乗され、思った以上に自在に動けることに興味津々のご様子でした。



2月は越谷のTOTOSHIOールームにて福祉用具展示会を開催! 詳細は次回レポートします。福祉用具の購入・レンタルのお問い合わせは、お気軽に本社営業部までご連絡下さい!



キッチン通信

by キッチン、ぴゅあ

「バランスの良い食生活」とは?

「健康な生活は健全な食生活から。バランスの良い食生活を摂りましょう」などと良く耳にしますが、頭では分かっていますが、忙しい毎日の生活の中でも同じようなものや、好きなものばかり食べてしまっている。という方は多いと思います。体に良い食生活を送りたいと思っても、栄養の計算は複雑で良く分からないし、栄養の偏りを心配するあまり、食事自体がストレスになることは避けたいところです。

・理想的な食べ方は年齢や生活スタイルで決まります。

一概に「バランスの良い食事」といっても、年齢やそれぞれの生活スタイルによって理想的な摂取量は異なるものです。

更に栄養素には「塩分」や「脂質」といった通常の食生活で摂りすぎてしまいがちなものと「カルシウム」や「鉄分」といった普段不足しがちなものがあります。

模範的な食事例はあっても、正解は一つではありません。

・栄養素の働き

- ①主にエネルギーの素になる：炭水化物、脂質、タンパク質
 - ②主に体をつくるものになる：タンパク質、脂質、無機質(ミネラル)
 - ③主に体の調子を整える素になる：ビタミン、無機質(ミネラル)
- エネルギーは、生活のあらゆる場面で必要な成分で、寝ている時にも使われます。よって、摂取するエネルギーが少ないと、体の機能が低下して疲れたり、病気にかかりやすくなります。体細胞は毎日入れ替わっているため、**まずは食事をきちんと摂る習慣を付けましょう。**

・日々の食事の傾向をつかみましょう。

「食の栄養バランスアプリ」や「食事管理アプリ」を使うと、料理区分による**バランスと栄養素の過不足を一目で確認できるようになります。**

毎日の食事を振り返る習慣をつけることで、例えばお昼は麺類が多い、普段肉は多く食べるけど、野菜や乳製品を摂ることは少ないなど、自分の食事パターンが分かってくるようになります。このパターンを踏まえて、摂りすぎなものや足りないものは意識して摂るようにすれば、**自ずと食事バランスは整ってくるはず**です。毎日の食事バランスに気を付けるようになってきたら、1日の食事バランスも考えていくと良いでしょう。毎日の食事が夕食などの1回の食事に偏らずに3回に分配できれば、生活のリズムも整い、気持ちの良い毎日を過ごせるようになります。始めては日記代わりに食事記録を始めてはいかがでしょうか?



A | 食事管理アプリ「あすけん」

ピュアホームズグループ 新年イベントレポート

びゅあテイリゾートOHANA

外出レクとして、青木町の氷川神社に初詣に行きました。一般のお客様も多く賑わいを見せており、スタッフ付き添いのもと、参拝を行いました。前は行っていただけ、最近では無かったのよーと仰られる方もおり、お客様同士交流を楽しみながら外出を楽しまれました。



びゅあでい浪漫

年末に実施した浪漫ジャンボ宝くじの抽選発表を実施。当選者の発表の度に大きな歓声が沸き、大いに盛り上がりました。残念ながら当選しなかったお客様にも浪漫特製御守りをプレゼントし、喜んで頂けました。送迎の際、宝くじで一等当選されたことをご家族様にお話ししたところ、ご本人以上に大喜びして頂きました。



ピュアテラス東川口

吉番館

お客様とスタッフで西新井大師へ初詣に行ってきました。参拝を終えた後は境内を皆様散策され、おみくじを引いて来られる方や、出店で買い物される方、名物の草団子やおせんべいを購入されるなど皆さん楽しんで過ごされました。短い時間でしたが事故等無く外出できました。



看多機しんあい

元旦から多くのお客様にご利用頂きました。新年のご挨拶を行った後は、新春福笑いを行いました。スタッフも福笑いに挑戦し、楽しい時間を過ごしました。昼はおせち料理をご提供。皆様美味しく召し上がられておりました。ささやかながらスタッフから皆様にポチ袋をお渡しし、1年の健康をお祈りいたしました。



ピュアリーフ浦和

お楽しみみの新年特別昼食はおせち料理をご提供。皆様楽しみながら召し上がられており、お腹一杯との声も挙がりました。イベントとして「塗り絵羽子板」作りを行いました。皆様個性的な羽子板を作られ、様々な羽子板で新年を祝いました。



完成した羽子板は次ページで紹介!

びゅありは紅葉庵

「川口すこかるた」ゲームをチーム対抗で開催。他にも職員による福笑いや、スタッフ特製おみくじを楽しんでいただきました。



びゅあガーテンみどりの郷

職員同士の羽根突きや福笑い盛りが上がったあとは、景品が付いた千本引きで今年初の運試しを行いました。



カナダ輸入住宅 モテルハウス販売中!



埼玉県蕨市南町4-23-6



家具・照明付き!

5,380万円 税込
セルコホーム
株式会社ピュアホームズ

東南向き・陽当たり良好



現地個別見学会・随時受付中!
TEL: 048-267-2148

ハッピーテラスわらび駅東口教室

手焼きせんべいに挑戦!

新年の遠足としてマイクロボスに乗り、草加市の「草加せんべいの庭」を訪ね。せんべいの手焼き体験に挑戦しました。スタッフの方より焼き方のコツを教わり、それぞれ個別のコンロで焼き方スタート。醤油の焦げる美味しそうな香りのなか、上手に焼きあげました。焼きたてのせんべいの味はもちろん格別で、新年の鏡餅ならぬ鏡せんべいを皆で堪能しました。



医療法人東信会とは、世田谷リウマチ膠原病クリニック新宿本院（新宿駅南口）、国分寺リウマチ膠原病クリニック（国分寺市）、世田谷リウマチ膠原病クリニック祖師谷（世田谷区）および東信よしだ内科・リウマチ科（長野県埴科郡、上田市の隣）でリウマチや膠原病の診療を行い、新宿スカイビル健康テラスでは人間ドック、健診も提供しています。
みなさまの身近で役に立つ医療情報を発信していくのでぜひご覧ください。

第15回「座りすぎとそのリスク」

皆さん、日本は座っている時間がとても長い国ということをご存知ですか？（表1）
職場でも、お手洗いと昼休み以外はデスクに張り付いている日がある。お昼もデスクでお弁当を食べることが多い。みんなが座って仕事をしないといけないという雰囲気。などがあるかもしれません。

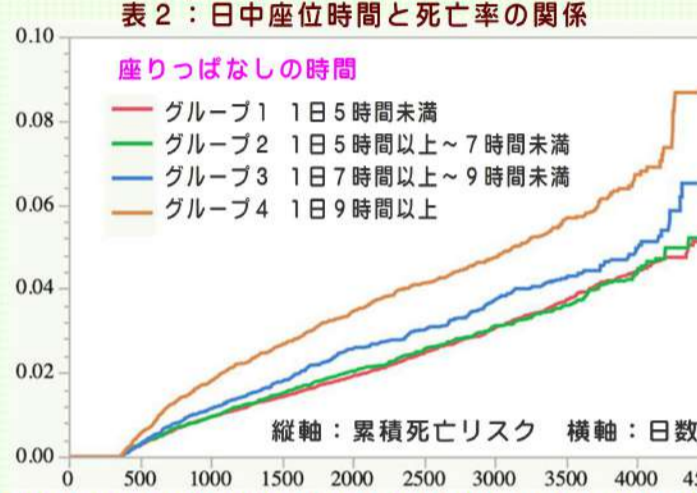
座り時間と死亡率の関係については京都大学から発表された研究によると、
① 仕事上の時間および余暇時間を含む全ての**日中の座り時間が長いほど死亡と関係する。**
日中の座り時間が2時間増えるごとに、死亡リスクは15%増加する。
② 高血圧、脂質異常症、糖尿病の有無に関わらず、日中の座り時間の長さに伴い死亡リスクが高くなる。
③ 高血圧、脂質異常症、糖尿病を合併していれば、さらに死亡リスクが高くなる。
④ 余暇の身体活動量を増やしても、日中の座り時間が長ければ死亡率は高くなる。
などが報告されています。また、**日中の座り時間が7時間を超えると死亡率が明らかに上昇することが示されました。**（表2）



正しい座り方とは？

少し浅めに腰掛けて背もたれに寄りかからない。腰の骨を心持ち前に突き出す感じで腰を伸ばす。肩の力を抜く。軽く顎を引く。足を組まない。脊柱のS字カーブにそった姿勢をイメージする。

朝や昼休みなどに体操・ストレッチをするなどの運動機会を作ったり（図1）、階段の利用や徒歩・自転車通勤をしたり、あるいは立ったままミーティングを実施する企業などもあります。



座り時間が長いほど死亡と関係する。日中の座り時間が2時間増えるごとに、死亡リスクは15%増加する。高血圧、脂質異常症、糖尿病の有無に関わらず、日中の座り時間の長さに伴い死亡リスクが高くなる。高血圧、脂質異常症、糖尿病を合併していれば、さらに死亡リスクが高くなる。余暇の身体活動量を増やしても、日中の座り時間が長ければ死亡率は高くなる。などが報告されています。また、日中の座り時間が7時間を超えると死亡率が明らかに上昇することが示されました。

世田谷リウマチ膠原病クリニック新宿本院
東京都渋谷区代々木2の10の8
TEL 03 (3370) 5100 (代表)
メール shinjuku@toshin-ka.jp
JR新宿駅南口徒歩3分 休診日：土午後、日・祝



表1：ActiveHealthLab 座りっぱなしの健康リスクと対策4選
表2：Effect of Underlying Cardiometabolic Diseases on the Association Between Sedentary Time and All-Cause Mortality in a Large Japanese Population: A Cohort Analysis Based on the J-WICC Study
図1：厚生労働省「エコノミクス症候群の予防のために」

季節のコラム

ひな祭りを目前に控え、ひな人形を飾り始めるご家庭も多いかと思えます。そんなひな人形にまつわる言い伝えとして「ひな人形を長い間片付けずに居ると、婚期が遠のく」というものがあります。当然根拠などなく、現在ではハラスメントに「つながりかねない迷信であるのですが、なぜか根強く残っています。今回はこの言い伝えについてご説明します。今回はこの言い伝えについてご説明します。今回はこの言い伝えについてご説明します。



① 厄払い説
ひな祭りは、古代中国の厄払い行事である上巳（じょうし）の節句が起源であり、人形に穢れ（けがれ）を移して川に流す風習から始まりました。現在でも紙の人形を川に流す「流し雛」という風習が残っています。ひな人形に厄や災いを移すという考えから、厄を移した人形をいつまでも身近に置かず、早く片付けて災いを遠ざけたほうが良いとする説です。
② 躰（しつけ）説
ひな人形はお子様を大切に守ってくれる存在。そんな大切な人形を自分で片付ける事が出来ない、躰（しつけ）がなっていない子はお嫁に行けないよ」という親御様からの躰の意味から広まった。という説です。
③ 結婚象徴（しようちょう）説
現在ではハラスメント問題があるので使われませんが、お嫁に行くことを「片付く」と言っていた時代がありました。ひな人形は婚礼の様子を模しているため、娘様の結婚になぞらえ、早く片付けると早くお嫁に行けるとなった説です。
④ 梅雨の湿気説
昔の旧暦の上では3月3日を過ぎると日本は梅雨入りとなりました。ひな人形に限らずとも人形にとつて湿気は大敵なので、湿気で大事なひな人形が傷まないようにすぐに片付けた方が良いという説です。

①・④は早く片付けることと婚期の関係がありませんが、どれも信憑深い日本人の気質や風土・風習が絡んでいて関心が持てる説であると思います。調べてみると、地域によってはひな人形を早く片付けられないという風習が根付いているところもあるそうです。
では、本当はいつ片付けたら良いのか？という疑問については、はつきりとした解答は無いのですが、先述の④の通り、**天気が良い、湿気が少ない乾燥した日に片付けるのが良いと多くの人が経験から推奨されています。**
昔は二十四節気（冬至・立春・夏至など）の一つである「啓蟄（けいちつ）」に片付けるのが良いとされてきました。啓蟄は若葉が芽吹き、冬眠していた動物が春の訪れを感じて出てくる時期とされており、**2025年は3月5日から啓蟄にあたります。**今年も昔の人に倣い、当日天気が良ければ、啓蟄にひな人形の片づけを行ってみてはいかがでしょうか？

各施設空き状況のご連絡

(2025年1月末現在)

● 満・満室、満員 ○ 空きあり △ 空きわずか、要相談

サービス施設名	月	火	水	木	金	土	日
ぴゅあテイリゾートOHANA	△	満	満	○	満	満	○
ぴゅあガーデンみどりの郷(全日)	△	△	△	△	△	△	○
ぴゅあガーデンみどりの郷(半日AM)	△	○	△	△	○	休	休
ぴゅあガーデンみどりの郷(半日PM)	満	満	△	△	満	休	休
彩の郷～ぴゅあ～	○	△	○	○	△	○	○
ぴゅあでい浪漫	△	○	△	○	○	○	○
ぴゅあありは紅葉庵(半日AM)	△	△	△	△	△	△	○
ぴゅあありは紅葉庵(半日PM)	△	△	○	△	△	○	○

サービス付き高齢者向け住宅

- ピュアテラス川口青木 .. 満
- ピュアテラス東川口 壱番館 .. 満
- ピュアライフ川口芝公園 .. 満
- ピュアリーフ川口 .. 満
- ピュアリーフ浦和 .. △
- ピュアリーフ大宮 .. △



看多機しんあい

障がい者グループホーム

- ピュアリス リバーテラス .. 男性棟：満・女性棟：△
- ピュアリス ウィステリア .. 男性棟：満・女性棟：満
- ピュアリス ノア .. 男性棟：△・女性棟：△
- ピュアリス セントラルパーク .. 男性棟：満・女性棟：△



ピュアリーフ浦和 お客様制作の塗り絵羽子板

詳細な空き状況は各施設にお問い合わせください。

営業部 介護リフォーム報告 さいたま市在住の様 施工内容紹介

今回は工事部作成のパーズを利用してご提案させて頂いた施工事例をご紹介します。
 ※パーズ(Pars)とは、空間を立体的に表現した透視図です。図面では分かり難い部分を立体でご覧頂くことで、施工内容がイメージし易くなります。

施工前 お客様状況



玄関前に階段があり、設置式スロープを使用しているため、車いすでの移動が困難となっている。門扉までのアプローチは敷石で、車いすでの移動が困難となっている。



施工前玄関の様子。門扉横にも階段があるので介護車両を使用しているため車両間口にも余裕が欲しい。

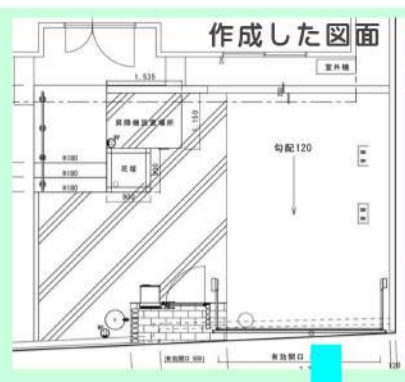
施工後

門扉から玄関までを全面的に改修するご提案をさせて頂きました。図面のみではイメージが掴みにくいため、**パーズを使って完成予想図を確認しながら**、商品選定や導線の確認などをお打ち合わせできました。

パーズ作成

工事部部長 佐藤 博明

お客様担当 営業部 課長 櫻 千秋



お客様にて探された、お洒落な水栓を設置



広々とした開放感のあるお庭に生まれ変わりました。玄関前は将来的なライフスタイルの変化に対応できるように、**段差解消機を設置**しました。車庫前の門扉は間口を広げると共に、**電動式のオーバードアゲート**を採用しました。

お気軽にご相談ください！ お見積り無料！ 本社営業部 048(267)2111

住マイル相談室は川口市初の「居住支援法人」です

昨年夏、住マイル相談室は、川口市初の住宅確保要配慮者居住支援法人の指定を受けました。以前も本誌にて解説しましたが、今回改めて内容を説明いたします。

住宅確保要配慮者居住支援法人(居住支援法人)は、住宅確保要配慮者(高齢者、障がい者、被災者、DV被害者、低所得者、子ども養育者、その他住宅の確保に配慮を要する者)の民間賃貸住宅への円滑な入居の促進を図るため、都道府県が指定するものです。左図のようなサポートが必要なお客様の心当たりがありましたら、住マイル相談室へご相談ください！

見守り(安否確認)サポート

※内容は要相談となります

家財処理・遺品整理サポート

転居時の支援・申請業務サポート

緊急時の対応及び居住支援サービスのコーディネートに関する相談

地域包括支援センター・サイトック様主催の研修会に、住マイル相談室が参加

1月27日、さいたま市桜区地域包括支援センター・サイトック様主催の研修会に住マイル相談室が「居住支援法人」として参加させて頂きました。参加企業は弊社を含め6社で、近隣にお住まいの方約50名様がご来場されました。弊社住マイル相談室のブースには、100組様ほどご相談にお越し頂き、高齢者様の施設入居についてのご説明や、土地活用のご相談等を行いました。参加企業間同士の情報共有も活発に行われ、改めて弊社の活動をお伝えすることが出来ました。サイトック様からも次回以降の研修会にも参加して頂きたいと嬉しいお言葉を頂戴しました。おかげ様で「居住者支援法人」としてのご依頼も増えてきております。引き続き迅速にご対応して参りますので、お気軽にご相談ください。



住マイル相談室
 埼玉県知事指定 第24号居住支援法人
 TEL:0800-800-1911

募集! 株式会社 ピュアホームズ

年2回の評価会議により、給与・時給アップの可能性も!

福祉用具専門スタッフ

福祉用具専門相談員資格必須 お祝い金 1万円支給

パート 時給 1,100円 ~ 1,200円
 交通費 支給(上限/日 1,000円)
 勤務時間 9:00~18:00 (休憩1H)
 休日 土日祝 (月1回土曜出勤あり)
 試用期間(3ヶ月 時給変更なし)

人事・採用・総務担当スタッフ

PC操作ができる方 お祝い金 3万円支給

正社員 月給 240,000円 ~ 300,000円
 試用期間(3ヶ月 条件変更なし)

本社営業スタッフ

「福祉用具専門相談員」資格が必要ですが無資格でも、社内資格取得制度にて「福祉用具専門相談員」を会社負担にて取得可能 お祝い金 3万円支給

正社員 月給 240,000円 ~ 230,000円
 賞与 年2回支給(2年目より対象)
 交通費 支給(上限月額 22,000円)
 勤務時間 9:00~18:00 (休憩1H)
 休日 土日祝 (月1回土曜出勤あり)
 普通自動車免許必須 無資格OK 営業ノルマ無し

福祉用具専門スタッフ

「福祉用具専門相談員」資格が必要ですが無資格でも、社内資格取得制度にて「福祉用具専門相談員」を会社負担にて取得可能 お祝い金 3万円支給

正社員 月給 240,000円 ~ 230,000円
 営業補佐 月給 220,000円 ~ 210,000円
 賞与 年2回支給(2年目より対象)
 交通費 支給(上限月額 22,000円)
 勤務時間 9:00~18:00 (休憩1H)
 休日 土日祝 (月1回土曜出勤あり)
 普通自動車免許必須 無資格OK

施工管理技術者(介護・一般リフォーム)、不動産スタッフ(入居相談)等も募集しております。詳しくはQRコードからアクセス!

「ぴゅあ通信見た」とお伝えください。

求人受付専用: 048-485-1815 採用担当まで

