

ピュアホームズNEWS

**2026年7月より、ピュアホームズグループに
新たな事業所が加わります！**

社会福祉法人かつみ会様からの業務引継ぎにて、ピュアホームズグループに新たに2施設が加わることとなりました。共に2026年7月よりニューアルオープンを予定しております。併設の居宅介護・訪問介護は、ピュアホームズの居宅介護・訪問介護と統合します。業務引継ぎに伴い施設名称も変更。グループ職員からの公募により、「ピュアレスト」(元名称：ハーケンハイム川口)と「ピュアテラスこもれ陽」(元名称：ルーエンハイム川口上青木)に決定しました。2施設を紹介いたします。



ショートステイ施設：ピュアレスト 所在地：埼玉県川口市上青木6-14-10

1泊2日から泊りで利用でき、生活上のお世話や機能訓練を提供するショートステイ施設です。
「ただ泊まるだけ」のショートステイにとどまらず、身体機能の維持・向上に力を入れており、充実したリハビリ機器を導入しております。
建物は近代的な外観の3階建てで、全室が明るく清潔感のある個室仕様となっております。大きな窓から陽光が差し込む居室には、テレビやミニ冷蔵庫も完備されており、ゆったりとプライベートな時間を過ごすことができます。
お体の状態に合わせ、一般的なユニットバス(個浴)からシャワー浴、機械浴槽まで完備しております。
弊社施設入居待ちのお客様にもご利用をおすすめします！



ピュアホームズグループ 新HP公開！

下段右に続きます

5月末より、ピュアホームズグループのホームページが新しくなりました！
トップページをはじめ、ほぼ全てのページデザインを更新。関連リンクのページからぴゅあ通信のバックナンバーも閲覧可能です。是非下のQRコードよりアクセスして下さい！



<https://pure-homes.com/>



サ付き住宅：ピュアテラス こもれ陽 併設サービス：ぴゅあでい こもれ陽 所在地：埼玉県川口市上青木6-15-18

木のぬくもりを感じるアットホームな住まい。をコンセプトに、サ付き住宅としては非常に珍しい木造平屋建て、全13室の少人数制施設です。
中庭を囲むように居室が配置されており、建物全体に自然光が差し込む。日当たりの良い設計となっております。木の風合いを活かした内装は「介護施設らしさ」を感じさせず、まるで避暑地の別荘や我が家にいるかのよう。穏やかで落ち着いた雰囲気。大きな魅力です。
日中の安否確認・生活相談はもちろん、夜間も定期的な巡回やナースコール対応を行います。
同建物内に、デイサービス「ぴゅあでいこもれ陽」が併設されており、移動の負担なく日中のリハビリやレクリエーションに参加できます。



住マイル相談室 主催ミニセミナー 「老後資金シミュレーション」活用法 開催！

毎回ご好評を頂いております、弊社住マイル相談室主催のミニセミナーですが、5月は「老後資金シミュレーション」活用法と題し、弊社介護事業部にて開催となりました。
昨今話題となっている「老後資金2000万円問題」から話がスタート。今後のライフイベントに必要な金額は？など具体的な解説の後、金融庁HPで公開されているライフプランシミュレーターを使って実演を行いました。
サンプルでのシミュレーション結果には皆様大変興味を持たれたようで、老後資産を考えるきっかけになった。シミュレーションを早速やってみる。などのご感想を頂きました。
次回は9月12日、「後見人について」というテーマで開催します。是非ご参加下さい！



ピュアホームズグループ 5月のイベントレポート

ぴゅあきつず上青木

お子様の写真掲載許可は
頂いております。

川口警察署の方が2名来園され、交通安全教室を開催しました。信号を渡る時に注意することを教えていただき、実際に練習も行いました。子ども達は緊張気味な様子でしたが、上手に手を挙げて渡ることができました。ミニパトカーの乗車体験もさせていただきました。貴重な経験となりました。公園あそびでは保育者お手製の段ボールパトカーでパトロールごっこを楽しみました。



看多機しんあい

母の日には育てていたカーネーションをプレゼント！の予定でしたが、まだ蕾が多くプレゼントは延期に。代わりにささやかですがお写真をプレゼントさせて頂きました。別の日には居宅ぴゅああスタツフも交え、消防訓練を実施しました。管理者から消防署への連絡から利用者様の誘導まで、本番さながらに行い、有事でも落ち着いて行動することを心掛けました。



ぴゅあテイリゾートOHANA

お客様全員で新聞紙手繰り寄せゲームを開催！スタツフも本気で加わり、忸度なしで戦わせて頂きました。皆様大奮闘で、0.1秒を競い合う盛り上がりとなりました。



ぴゅあでい浪漫

端午の節句イベント開催！まずは菖蒲湯を楽しんで頂き、昼食はスタツフ手作りの特製ちらし寿司を鯉のぼりに見立てて盛り付けました。他にも茶碗蒸し、豆の甘露煮、わかめと筍のお吸い物をご提供し、皆様完食されていました。午後のレクリエーションは折り紙で兜を作りレジンを加工した、兜のキーホルダーの作成と端午の節句クイズを行い、正解上位のお客様には、鯉のぼりのリース等をご提供させて頂きました。



ピュアリーフ浦和

5月祭りを開催し、「箱の中身はなんだろうゲーム」一タオル早く取ったもん勝ちゲームで盛り上がった後の昼食にはミニチキンラーメンをご提供。子供のごころに食べた思い出話もあり、懐かしく感じて頂いた方から、即席麺を食べない家庭だったの初めて食べたという方もいらつしやり、皆様より美味しいとお声を頂きました。



ぴゅあガーデンみどりの郷

端午の節句という事で、職員お手製のお子様ランチ風昼食を提供いたしました。ハンバーグにエビフライ、卵焼き、そしてデザートにプリンと、まさにお子様ランチなメニューで、殆どのお客様が完食されました。おやつもショートケーキをご提供。こちらもとても喜ばれ、皆様満足された様子でした。



看多機ぴゅあたいむ

先月ご紹介した野菜の苗は皆様のお世話のおかげで順調に育っており、毎日の楽しみとなっています。子どもの日はおやつにデザート春巻きと梅ゼリーをご提供。皆様喜んで召し上がられました。別の日には女性のお客様を対象に美容パックを行い、50年ぶりにやったなど話され、笑顔溢れるひと時になりました。



創作活動も実施中！

マイナビ2027

新卒人材募集！

ピュアホームズグループでは2027年度新卒人材を大募集です！「人の役に立つ仕事に興味がある」「地域密着で働きたい」「このような考えをお持ちの就活生の皆さん、ピュアホームズの会社説明会に参加してみませんか？エントリーは左のQRコードより、対面・オンラインの2種類から選べます。更に対面にて本誌をご持参の方には、Q.U.Oカード500円分をプレゼント！是非お気軽にお越しください。



業務拡大につき新卒追加大募集

マイナビ2027

Pure 地域密着企業

ピュアホームズグループと一緒に働きませんか？ ¥500

対面での会社説明会に、このチラシをご持参の方へQ.U.Oカード500円をその場でプレゼント

若い挑戦を、本気で応援します！
奨学金返還支援制度を導入 (代理返還)
対象：奨学金を返済中の正社員

奨学金最新データ
大学生の55% 2人に1人以上が利用している奨学金
卒業時の借入総額は324万円
新社会人で返済する平均金額 月300万~350万円程度を 卒業後10~15年かけて分割返済

ピュアホームズでは、社員が安心して未来へ進めるよう
毎月上限15,000円を弊社より返済負担！

代理返済一例
毎月最大 1.5万円
1年間最大 1.5万×12ヶ月=18万
15年間最大 1.5万×12ヶ月×15年間=270万
しかも、弊社就業中であれば最長15年継続！！

夏バテ対策に栄養バランスの意識を！

今年も夏が近づいてきました。夏になると毎年夏バテに悩まされる。という方も多いのではないのでしょうか？夏バテの原因の大半は、「**猛暑による自律神経の乱れと食欲低下による栄養バランスの乱れ**」です。（自律神経の乱れについてはP4のコラムで紹介します）

栄養バランスがなぜ大事になるかという理由を極端に言うところから「**栄養素単体では、食材の持っている本来の力を発揮できない**」から「**です。例を挙げると、**

炭水化物を摂る時は、ビタミンB1と一緒に摂らないと効率よくエネルギーに代えることが難しい。鉄分やたんぱく質はビタミンCと一緒に摂ると吸収率が良い。カルシウムはビタミンDと一緒に摂る。など、食べた食材の栄養素がより力を発揮してくれるよう、**他の栄養素とのバランスを考えて摂るのが大事**と言われています。

とはいえ、余程の健康志向でもない限り、このようなことを意識して食事をしている人はごく稀です。まずは出来るだけ**栄養の豊富な食材をチェック**してみよう。かぼちゃ、ほうれん草、小松菜、水菜、トマト、きのこ、アボカドなどは**色々な栄養素が複数含まれている**ので、メニューに迷ったらこの食材たちを使ってみて下さい。他に野菜の食材が無くても、**上手に栄養を網羅**しやすくなります。その他、夏バテに効く栄養素を紹介します。

ビタミンB1

豚肉やウナギ、玄米、大豆、そら豆など

炭水化物をエネルギーに変える役割を担っていて、疲労回復効果があります。

ビタミンB2

サバやいわしなどの青魚、レバー、牛乳、卵など

ビタミンB1と同様、炭水化物をエネルギーに変える働きがあります。

ビタミンC

パプリカ、ゴーヤ、キウイ、じゃがいもなど

体内で作られないので不足しやすい栄養素です。免疫力や日焼け予防に必須。

クエン酸

レモンなどの柑橘類やキウイ、酢など

胃酸の働きをサポートして食欲を増進、たんぱく質の吸収をサポートします。

たんぱく質

肉、魚、乳製品、大豆製品など

筋肉や血液の素になる栄養素。不足すると筋肉量が減り基礎代謝も低下します。

アリシン

ねぎ、にんにく、ニラなど

ビタミンB1をサポートし、疲労回復効果を増進します。にんにくは細かく刻むとアリシンがより増えます。

夏のだるさや疲れやすさは**水分不足**が原因の場合もあります。喉が渇く前から時間を決めてこまめに水分を取りましょう。しかし**冷たい物の飲み過ぎ**は胃腸が直接冷やされることで**消化機能が低下する原因**になります。そのため**注意が必要**です。今年の夏も元気に過ごしましょう！

ピュアヴィレッジNEWS

ピュアヴィレッジの人気店 リストランテ谷澤が11周年を迎え、特別企画「赤に溺れる一夜」として、前菜からデザートまで谷澤シェフお得意の食材であるトマトで構成されたフルコースが披露されることになりました。お品書きは当日まで秘密という内容でしたが、予約段階ですぐに満席となり、当日は常連のお客様から、ご出産後暫く来れなかったというお客様との再会があったりと、大変賑やかな開催となりました。そして皆様お待ち待ったトマトフルコースが解禁。色鮮やかなトマトの色あいに皆様目も舌も満足されていました。皆様より「また食べたい！」とのご感想が満載のトマトに溺れた一夜になりました。



弊社の嶋田社長が所属している、川口／鳩ヶ谷武南ロータリークラブ主催の「第9回子ども食堂」がピュアヴィレッジの販売スペースピュアマルシェにて5月24日に開催されました。子ども食堂も第9回目となり、今回は近隣の小学校にもチラシ配布をさせて頂いたところ、過去最多のお客様が来場され、用意したカレー300食はあっという間に配布完了となる大盛況となりました。青年部ロータリーアクトによる工作ブースや、バルーンアート等も盛況で、短い時間でしたが多くのお客様に活動内容をPRできる機会となりました。次回開催もご期待下さい！



7月4日「グランシャリオセタの夜」と題し、食堂車輻グランシャリオにて特別なカクテルやワインが楽しめるイベントを開催します！詳しくは店頭またはピュアヴィレッジのSNS等をご参照下さい。



各施設空き状況のご連絡 (2026年5月末現在)

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

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 ... △
ピュアリーフ浦和 ... △
ピュアリーフ大宮 ... △

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

詳細な空き状況は各施設にお問い合わせください。



マイホームの寿命を延ばす。『外壁塗装』の重要性とは？

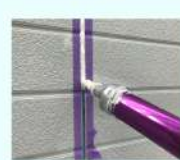
本社営業部
課長 櫻 千明



マイホームを購入してから年月が経つと、少しずつ気になってくるのが、外壁の汚れや傷みです。「見た目にはそれほど汚れていないから大丈夫」と後回しにしがちな外壁塗装ですが、実はマイホームの寿命を左右する非常に重要なメンテナンスです。多くの方は外壁塗装を「見た目を美しくするための手入れ」と考えがちですが、実はそれはそれ以上に「家を雨水や紫外線から守る」という重大な役割を持っています。



外壁塗装の最大の目的は「建物の防水性を高め、構造を守ること」にあります。日本の住宅の多くは、外壁材の上から塗料を塗ることで「塗膜」となるという仕組みです。この塗膜の寿命は一般的に10年前後。これを過ぎると塗膜が劣化し、遮熱性の低下や雨水の浸入による柱材の腐食・カビなどのリスクが高まります。また、建物の気密性や防水性を高めるために、外壁の目や窓枠などの隙間を充填剤（コーキング剤）で埋める処理を行います。このコーキング剤の寿命も約10年といわれています。つまり、外壁塗装は「一傷む前に守る」ための予防措置のようなものなのです。



変色・ツヤがひける
緊急度：★
塗膜の紫外線劣化が始まっています。

チョーキング
緊急度：★★
触ると手に白い粉が付く状態。防水性が無くなりつつある証拠です。

コケ・カビが発生
緊急度：★★
水はけが悪くなり、湿気が溜まっています。

ひび割れ（クラック）
緊急度：★★★
細い割れ目でも、雨水が侵入する原因になります。

塗装の剥がれ・膨れ
緊急度：★★★★
防水性が完全に消失しており、早急な補修が必要です。

次に、弊社にて施工を行いました、外壁塗装事例をご紹介します。

施工前

施工後

S様宅 施工事例

さいたま市在住

1階部分はご主人により補修をされていましたが、高所作業は危険な為、塗装および防水コーキング工事のご依頼を頂きました。

お客様より：打ち合わせの際、説明から色決めなど、職人の方が細かく気遣って下さり、工事中も確認しながら作業して貰えたので納得のいく仕上がりになりました。外壁のみでなく庭のブロック壁も塗装して貰い、満足しています。

共に施工後写真

E様宅 施工事例

川口市在住

E様は以前より、リフォームや介護など、弊社にご相談頂いております。ご自宅の外壁のチョーキング現象やひび割れが目立ってきたそうで、今回改めて外壁塗装のご依頼を頂きました。

お客様より：どの会社に依頼したら良いか迷っていましたが、前から相談しているピュアホームズならば安心と思い依頼しました。外壁塗装と一緒に、バルコニーの人工芝交換、網戸の貼り替え、不用品の回収などもまとめて依頼できたので助かりました。

夏の隠れた不調「冷房病」にご用心！

日本の夏は年々厳しさを増し、今や熱中症対策にエアコン（冷房）は欠かせない存在です。しかし、涼しく快適な室内で過ごしているはずなのに、「体がだるい」「頭が重い」「手足が冷える」といった不調を感じることはありませんか？

それは、夏の隠れた現代病とも言える「冷房病（クーラー病）」かもしれません。今回は、冷房病が起こるメカニズムと、その鍵を握る「自律神経」のケア方法について解説します。

なぜ起こる？冷房病と自律神経の深い関係

冷房病の最大の原因は、「屋外の猛暑」と「冷え切った室内」との激しい温度差にあります。

人間の体は、自律神経の働きによって周囲の温度に合わせて体温を一定に保っています。暑い場所では血管を広げて汗をかき熱を逃がし、寒い場所では血管を縮めて熱を逃がさないように調整しています。しかし、1日のうち5度、7度以上の激しい温度差を何度も行き来すると、自律神経のスイッチの切り替えが追いつかなくなり、自律神経がパニックを起こしてしまいます。その結果、体温調節機能がうまく働かなくなり、全身の不調（冷房病）として現れるのです。

冷房病の主な症状

- ・体の冷え、むくみ（血流が悪くなるため）
- ・全身のだるさ、疲労感（自律神経の疲弊によるもの）
- ・頭痛、肩こり（筋肉の緊張や血行不良）
- ・便秘、下痢、食欲不振（胃腸の働きを司る自律神経の乱れ）

冷房病を防ぎ、乱れた自律神経を整えるためには、日常生活の中で「温度差を和らげる工夫」と「体を内側から温める習慣」を取り入れることが大切です。

① **エアコンの設定温度は「26度〜28度」を意識する**

室温と外気温の差は、理想的には5度以内、大きくても7度以内に抑え、とどめるのが自律神経に優しい環境です。冷房の設定温度は26度、28度を目安にし、冷えすぎると感じたら風量を弱めるか、サーキュレーター等を活用して冷気を循環させましょう。

② **「3つの首」を冷気から守る**

オフィスなど、自分でエアコンの温度調整ができない環境では、衣服による自衛が不可欠です。特に「首」「手首」「足首」の3つの首には太い血管が通っているため、ここを冷やすと全身の冷えに繋がります。カーディガンやストール、ひざ掛け、靴下などを常備し、冷気が直接肌に当たらないようガードしてください。

③ **冷たい飲み物を控え、湯船に浸かる**

暑いからといって氷入りのドリンクやアイスばかりを摂取していると、内臓が冷やされ、自律神経の乱れに拍車がかかります。夏場でも常温や温かい飲み物（緑茶やハーブティーなど）を意識して選びましょう。また、夜はシャワーだけで済ませず、38度〜40度前後のぬるめのお湯に10〜15分ほど浸かるのがおすすめです。

④ **軽いストレッチで血流を促す**

デスクワークなどでじっとしていると、足元に冷気が溜まり、下半身の血流が滞ります。1時間に1回は立ち上がり、背伸びをしたり、座ったままでもつま先を上下に動かす「足首ストレッチ」を行ったりして、ポンプ機能を動かし血行を促進しましょう。

冷房病は、決して病気ではなく「自律神経からのSOSサイン」です。エアコンの使用を控えるのではなく、賢く上手に付き合うことが、結果として「熱中症からも、冷えからも体を守る」一番の近道になります。「最近ちょっとだるいな」と感じたなら、ぜひ今回紹介したセルフケアを試して、自律神経を労わってあげてください。

就労継続支援多機能型事業所 ピュアハーモニー

埼玉県川口市青木5-9-14

ピュアハーモニー桜ガーデン

埼玉県川口市戸塚3-13-32

指導員スタッフ募集！ 「ぴゅあ通信を見た。」とお伝え下さい

就労支援事業所の契約者様への仕事の提供・生活支援を行います。近隣の飲食店舗内での仕事や、グループ会社での仕事など様々な業務があり、楽しく仕事ができる環境作りを行っています。

2 施設共通・年齢不問・未経験可

正社員 月給：225,000円～（試用期間中は変更あり）
勤務時間：9:00～18:00 休憩60分
休日：シフト制（土日基本休み）

パート 時給：1,220円～1,270円
勤務時間、勤務日数は相談に応じます。

お気軽にご応募ください 9時～18時（月～土）（採用担当まで）

ピュアホームズグループ TEL:048-485-1815