

# 令和元年度 決算の状況

## 貸借対照表

資産の部	当年度末(単位:円)
流動資産	497,777,148
現金預金	408,472,849
事業未収金	87,206,064
未収補助金	1,488,000
立替金	240,671
1年以内償却予定長期前払費用	369,564
固定資産	941,655,578
基本財産	812,826,057
土地	268,962,506
建物	543,863,551
その他の固定資産	128,829,521
建物	7,884,237
構築物	12,573,484
車両運搬具	1,308,617
器具及び備品	11,891,408
有形リース資産	5,920,236
権利	686,856
無形リース資産	10,000,800
施設整備等積立資産	41,195,933
修繕積立資産	37,154,000
差入保証金	150,000
その他固定資産	63,950
資産の部合計	1,439,432,726

## 負債の部

流動負債	71,666,177
事業未払金	12,110,229
1年以内返済予定設備資金借入金	16,992,000
1年以内返済予定リース債務	3,677,616
未払費用	23,374,311
預り金	191,058
職員預り金	442,963
賞与引当金	14,878,000
固定負債	59,583,680
設備資金借入金	47,141,000
リース債務	12,442,680
負債の部合計	131,249,857

## 純資産の部

基本金	271,446,504
国庫補助金等特別積立金	144,577,667
その他の積立金	78,349,933
施設整備等積立金	41,195,933
修繕積立金	37,154,000
次期繰越活動増減差額	813,808,765
(うち当期活動増減差額)	(18,227,488)
純資産の部合計	1,308,182,869
負債及び純資産の部合計	1,439,432,726

## 事業活動計算書

サービス活動増減の部	当年度末(単位:円)
収益	
介護保険事業収益	588,309,642
経常経費寄附金収益	337,900
サービス活動収益計(1)	588,647,542
費用	
人件費	374,464,349
事業費	86,224,031
事務費	84,223,958
減価償却費	38,129,787
国庫補助金等特別積立金取崩額	△8,436,349
徴収不能額	6,160
サービス活動費用計(2)	574,611,936
サービス活動増減差額(3=1-2)	14,035,606

## サービス活動外増減の部

収益	
受取利息配当金収益	94,101
その他のサービス活動外収益	6,653,296
サービス活動外収益計(4)	6,747,397
費用	
支払利息	286,084
その他のサービス活動外費用	1,126,006
サービス活動外費用計(5)	1,412,090
サービス活動外増減差額(6=4-5)	5,335,307
経常増減差額(7=3+6)	19,370,913

## 特別増減の部

収益	
施設整備等補助金収益	1,488,000
特別収益計(8)	1,488,000
費用	
固定資産売却損・処分損	1,143,425
国庫補助金等特別積立金積立額	1,488,000
特別費用計(9)	2,631,425
特別増減差額(10=8-9)	△1,143,425
当期活動増減差額(11=7+10)	18,227,488

## 繰越活動増減差額の部

前期繰越活動増減差額(12)	800,581,277
当期末繰越活動増減差額(13=11+12)	818,808,765
基本金取崩額(14)	0
その他の積立金取崩額(15)	0
その他の積立金積立額(16)	5,000,000
次期繰越活動増減差額(17=13+14+15-16)	813,808,765

\*その他の計算書類・定款については  
ホームページに掲載しておりますのでご確認ください。

令和2年3月31日現在  
法人名:社会福祉法人 ザ・ハート・クラブ 事業名:事業全体

(自)平成31年4月1日(至)令和2年3月31日  
法人名:社会福祉法人 ザ・ハート・クラブ 事業名:事業全体



# ザ・ハート・クラブ

季刊広報誌

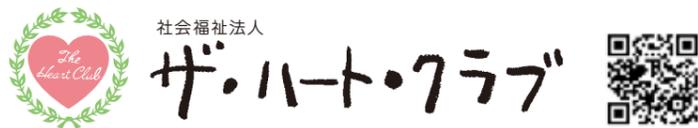
雨雲の向こうはいつも青空!  
いよいよ夏本番!

夏  
No.71  
2020年7月発行



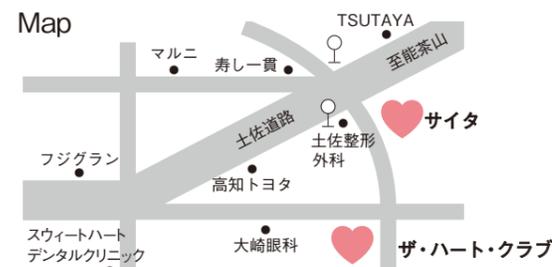
## 記事ご紹介

- ・各事業所の行事等の報告
- ・医務室より「熱中症を予防しましょう」
- ・研修報告 ・各委員会紹介
- ・マスク寄附 ・寄附のお礼
- ・眠りスキャン導入
- ・オンライン面会を始めました!
- ・管理栄養士より「栄養バランスのよい食事とは?」
- ・決算報告



〒780-8061 高知市朝倉甲64番地1  
TEL: 088-840-7100(代) / FAX: 088-840-7480(代)  
http://www.thc.or.jp/

- 事業所一覧
- ・特別養護老人ホーム スウィート・ハート・ホーム
  - ・小規模多機能型居宅介護事業所 サイタ
  - ・デイサービスセンター サムフォット
  - ・デイサービスセンター サイタ
  - ・居宅介護支援事業所 ボム
  - ・ショートステイセンター サイタ



- 県交通バス・針木線、土佐道路経由・天王ニュータウン行き、「南横町」停留所付近、土佐整形外科の対面にサイタ
- サイタから南へ徒歩3分でザ・ハート・クラブ



## スウィート・ハート・ホーム 「梅雨を吹き飛ばせ！」



皆様の“おうち時間”をご紹介します！  
体を動かしたり、可愛い“てるてる坊主”  
を作ったり、消しゴムハンコを押してあじさ  
いを作ったりしています。ご利用者が作っ  
たものを目にすると、気持ちが晴れやかに  
なります(^^)v



明日  
天気になあれ!

こらあ  
なかなかむずかしいよ

そーれえー!!

## 小規模サイタ 「紫陽花を見に行きました」



来れて  
良かったねえ~

梅雨といえば紫陽花！小雨の降る中、春野  
六条八幡宮へ行ってきました。今年も満開に咲  
いている花を見て喜ばれていました。

綺麗に  
咲いちゅう

まあ、ステキ!

## サムフォット 「ミュージックレク」

音楽に合わせて自由に体を動かしたり、鈴、太鼓、  
カスタネット等色々な楽器を使ったりして皆で楽し  
んでいます。夏のよさこい踊りはまかせちよき！



良い音なるよ♪

楽しいでえー

上手に  
鳴らすろう?

## デイ・ショートステイサイタ 「スノーボール」

簡単に出来て、美味しいクッキー  
“スノーボール”を作ってみました！  
バターの香りに食欲がそそられ、おか  
わりも。もっと作れば良かった！



もっと食べたいなあ

おいしくなあれ

# 熱中症を予防しましょう

厚生労働省、「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントより

## 「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

- 1.暑さを避けましょう
- 2.適宜マスクをはずしましょう
- 3.こまめに水分補給しましょう
- 4.日頃から健康管理をしましょう
- 5.暑さに備えた体作りをしましょう



例年夏が近づくと熱中症に対する報道をTV・新聞等で目にするようになります。今年は新型コロナウイルスの影響でマスクを装着しなければならない場面が多くなると思われますが、マスクを装着していると喉の渇きに気付かにくく熱中症に陥りやすいとされています。

今回は、マスク装着時の注意点と熱中症の予防方法について学びます。

### (1) マスクの着用について

マスクは飛沫の拡散防止に有効で、「新しい生活様式」でも基本的な感染対策としてマスクを着用することが推奨されています。ただし、マスクを着用していない場合と比べると、心拍数や呼吸数、血中二酸化炭素濃度、体感温度が上昇するなど、身体に負担がかかることがあります。



高温や多湿といった環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなるので、屋外で人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保できる場合には、マスクを一時的にはずして休憩することも必要です。

マスクを着用する場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめな水分補給を心がけましょう。外出する時は、暑い日や気温が高くなる時間帯は避け、涼しい服装で出かけるようにしましょう。

### (2) エアコンの使用について

熱中症予防のためにはエアコンの活用が有効です。ただし、一般的な家庭用エアコンは、空気を循環させるだけで換気を行っていません。新型コロナウイルス対策のためには、冷房時でも窓を開けたり、換気扇をつけるなどして定期的に換気を行う必要がありますが、換気により室内温度が高くなりがちなので、エアコンの温度設定を下げるなどの調整を行いましょう。

### (3) 涼しい場所への移動について

少しでも体調に変化を感じたら、速やかに涼しい場所へ移動しましょう。人数制限等により屋内の店舗等にすぐに入ることができない場合もありますが、その際は、屋外でも日陰や風通しの良い場所へ移動しましょう。

### (4) 日頃の健康管理について

「新しい生活様式」では、毎朝など定時の体温測定や健康チェックが推奨されています。これらのことを行うことは熱中症予防にも有効です。発熱など、異状に気づいた時や体調が悪いと感じた時は、無理をせず自宅で静養するようにしましょう。

## 各委員会紹介



当法人ではたくさんの委員会があります。そこで、各委員会の活動を紹介させていただきたいと思います! 今回ご紹介する委員会はこちらです!

### ▶ 行事委員会

毎月開催しており、ご利用者に春夏秋冬を感じてもらえるような行事を計画することが目的です。各階の職員が集まって季節に合った行事は何か? どうすれば楽しめるのか? など、案を出し合っております。夕涼み会や敬老会、クリスマス会などでは小学生や保育園児やボランティアの方に来て頂いています。ご家族の方も一緒に参加できる行事は、特にご利用者が楽しみにされており、普段よりお食事の量が増えたり、たくさんの笑顔がみられています。

### ▶ 食事サービス向上委員会

毎月開催しており、楽しみや喜びのもてる食事サービスを促進し、お食事を通してご利用者の生活の質の向上を図ることが目的です。ご利用者の食事内容や食事形態等について事業所ごとに話し合い、それぞれのニーズに合うよう献立を工夫し、喫食率や満足度アップに繋がるようにしています。また、視覚や嗅覚を刺激する行事食を提供しており、普段はご自分で食べようとしないご利用者が自分で食べたり、言葉が出ずらいご利用者が話をしてくれたり、認知機能の改善にもいい影響をもたらしています。

手作りマスクを  
寄附して  
いただきました!



◀色とりどりのおしゃれなマスク

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、当法人においてもマスクの確保が非常に困難な状況になっていました。そのような状況下、当施設ご利用者のご家族から、手作りマスクをご寄附頂きました。早速ご寄附頂いた翌日から使用させて頂きました。このような温かいご支援をいただき、職員一同、心より感謝申し上げます。



## 研修報告

### 消防訓練



6月17日(水)に、スウィート・ハート・ホーム、サイタで消防訓練を実施しました。毎年行う訓練ですが、緊張感をもって取り組むために、職員にはあえて時間や火元を伝えずに行うようにしています。今回もベルの発砲と共に迅速に各部署が連携し、「消火」「通報」「避難」を行いました。訓練後には各部署からの反省点や改善点等の意見も多く聞かれました。設備の確認や、水消火器を実際に使った消火訓練等も行い、実りの多い時間となりました。訓練中にはたくさんの職員の真剣な表情、消火に向かう職員の走る足音に「一刻も早く火元へ向かい、消火を行う」という気持ちを感じました。このように、訓練だからと慢心せずに取り組む姿勢が大切だと思います。今回出た反省点を次に活かせるように、今後も緊張感を持って取り組んでいきます。

### 寄附のお礼

- 匿名希望様 ..... 寄附金
- 峇艶子様 ご家族 ..... 野菜、果物
- 吉成好恵様 ご家族 ..... お花
- 萩森佐代子様 ご家族 ..... 手作りマスク
- 大久保尚様 ご家族 ..... 手作りマスク
- エーゲットビジネス ..... 介護用手袋
- 伊東文子様 ..... 介護用手袋

大切に使用させていただきます。  
ありがとうございました。



# 見守り支援システム『眠リスキャン』導入

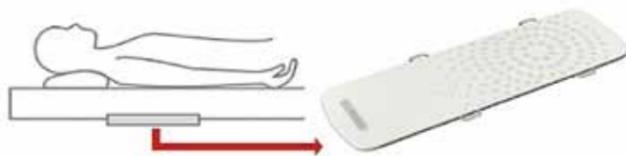
この度、スイート・ハート・ホームでは見守り支援システム『眠リスキャン』を導入しました。

『眠リスキャン』はマットレスの下に設置したセンサーにより、ベッド上のご利用者の体動(寝返り・呼吸・心拍など)を計測し、その情報をパソコンや携帯端末でリアルタイムに確認することが出来るシステムです。

各フロア2台ずつあり、主に睡眠状態を観察したい方、身体状態が低下した方、看取り対応の方等に使用しています。睡眠・覚醒・起き上がり・離床の感知や呼吸数・心拍数の変動をパソコンに通知してくれるので、迅速な対応が可能になり、体調変化の早期発見に繋がります。また、ご利用者の目が覚めている時間帯に排泄介助等の対応をする事が可能になり、眠りを妨げないケアを行う事が出来ます。



使用中のアイコン表示



使用方法

安心な見守りとタイムリーな介護をサポートするシステムである『眠リスキャン』を活用し、ご利用者がより快適に、安全で安心な生活を送って頂けるよう、環境作りに努めていきたいと思っております。

# 栄養バランスの良い食事とは？



病気や風邪を予防し、健康な生活を送るためには栄養バランスのとれた食事は欠かせませんが、では栄養バランスのとれた食事するにはどうすればいいのでしょうか？

## (1) 6つの基礎食品を知っておこう！

まず、基本となる「6つの基礎食品」を知っておくと便利です。これは、体にもたらす作用によって大きく6つの食品群に分類したものです。毎日、それぞれの群の食品から、全部で30品目摂ることができれば理想的です。



## (2) 一汁三菜を心がけよう！

では、実際にどのように献立作りをすれば栄養バランスがとれるのでしょうか？ 「一日30品目」と聞くと、とても難しく感じられます。しかし、毎日3度の食事を食べることにくわえて、昔ながらの「一汁三菜」にのっとり食べれば、自然に栄養バランスが整い、味の変化もつけやすくなります。①主食 ②主菜 ③副菜 ④汁物 をそろえた「一汁三菜」の献立は、足りない食品をそれぞれの皿で補いあうことができます。料理は、少ない品数をたくさん量よりも、少ない量でも品数を多くするのがコツです。



▶ 食事の構成

主食	ご飯、パン、めん類などのエネルギー源になる炭水化物。食べ過ぎに注意。
主菜	献立の中心となるたんぱく源。1日3回の食事を卵、魚、肉、豆腐の中からローテーションで選ぶとよい。
副菜	主にビタミン、ミネラル、食物繊維を補う。主菜とのバランスを考え、緑黄色野菜・淡色野菜、いも類、きのこ類、海藻類、豆類を主材料に使った料理を。全体的に少ないと感じるならば、もう一皿副菜をつけたり、デザートをつける。
汁物	味噌汁やスープなど。中に具をいれることで品数を増やすことができる。塩分の摂りすぎに注意。

(栄養バランスの摂れたメニュー)  
●主食:ご飯 ●主菜:カレイのつけ焼 ●副菜:白花豆煮、小松菜の和え物、杏仁豆腐 ●汁物:なめこ汁

## (3) たんぱく質・カルシウム・ビタミン類をしっかり摂り、脂質・糖質・塩分は控えめに

厚生労働省による日本人の食事摂取基準は2020年に5年ぶりに改訂され、「筋肉量・骨量を保つ食事」を重視し、男女全世代のたんぱく質維持必要量を増やすように変更されました。また、日本人の栄養の問題としてエネルギーの過剰摂取と塩分の摂りすぎがあげられます。意識してたんぱく質・カルシウム・ビタミンの含まれる食品を摂り、脂質や糖質・塩分は控えるようにしましょう。毎日の料理が大変な時には、市販の惣菜や缶詰、レトルト食品も活用しながら、一日一食から上記の献立作りをしてみてください。

# オンライン面会を始めました！

新型コロナウイルス感染防止対策のため、長期間面会できない状態が続き、ご家族の皆様には大変ご迷惑をおかけいたしました。このような状況の中、少しでもご家族の方にご利用者の様子をお伝えできればと、5月からタブレットの画面でお顔を見て会話ができる“オンライン面会”を始めました。

最初はタブレットの画面にご家族が映っていることに戸惑っていたご利用者も、ご家族から「元気やった？ ご飯食べてる？」と声を掛けられると、だんだんと頬が緩み、笑顔になっていきました。ご家族も、ご利用者のお顔を見れて、声が聞けたことに大変喜んでおられました。

これからも、面会ができない状況の時には“オンライン面会”を行っていききたいと思います。



ご家族・地域の皆さまご利用ください  
開催予定日 7月22日(水)・8月26日(水)  
9月30日(水) 各日14:00~15:00開催



NO.71 コーヒー引換券  
Coffee 1杯2名様までご利用頂けます  
次回、広報誌発行まで有効です。  
ご家族の面会時等、お気軽にご利用ください。