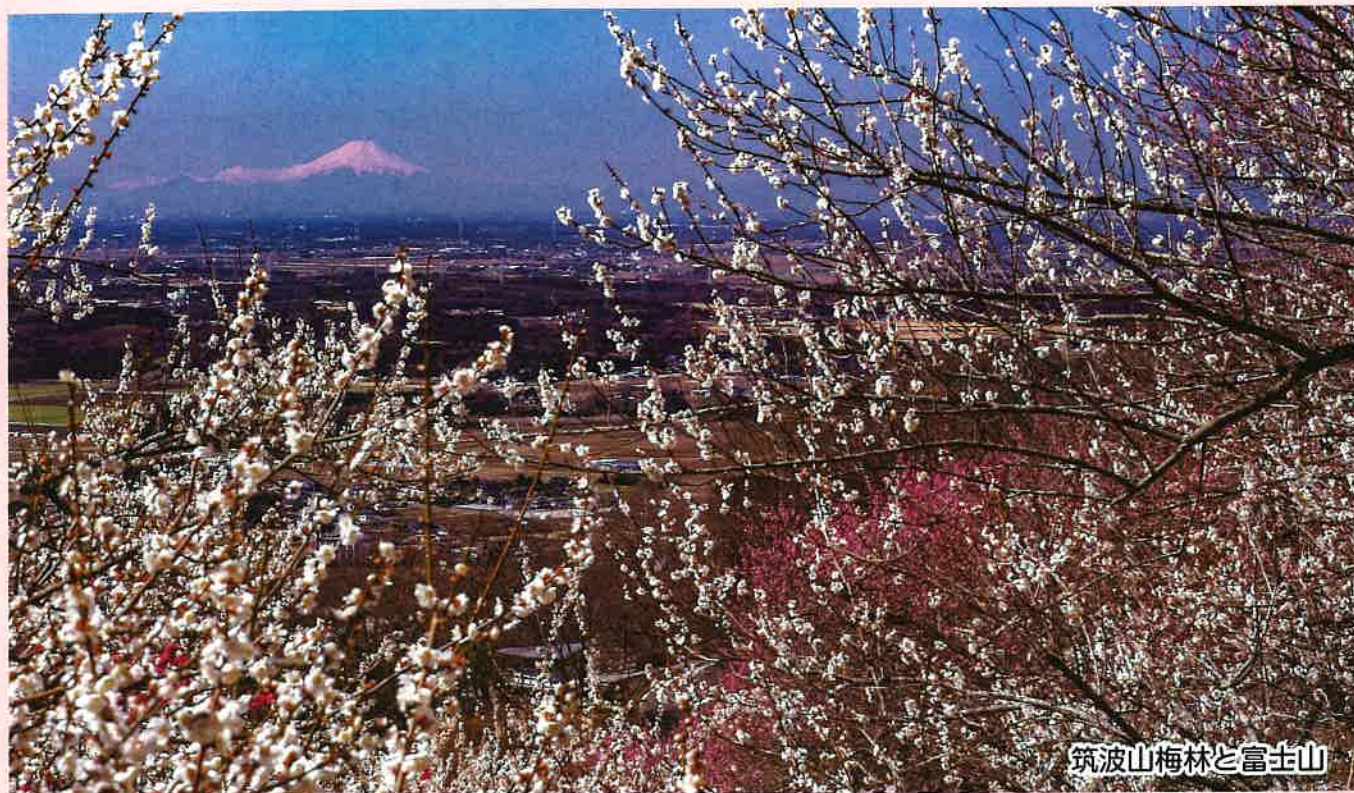


ROKEN いばらき

第62号

2023.2.1

一般社団法人 茨城県介護老人保健施設協会



筑波山梅林と富士山

目次 Contents

- 会長あいさつ・理事あいさつ 2
- 茨城県福祉部 長寿福祉課 課長あいさつ 3
- 令和4年度 功労者表彰・永年勤続者表彰の発表 各賞受賞者代表のあいさつ 4・5
- **特集 専門家によるレポート**
 - 認知症のある高齢者の摂食嚥下機能と先行期における食の問題
アール医療専門職大学リハビリテーション学部教授 **原 修一氏** 6・7
- 企画1 各施設の「地域貢献活動」への取組みについて 8・9
- 企画2 栄養関係の加算に関する実態アンケート調査結果報告 10
- ONS（経口栄養補助食品）取組みの紹介 11
- 企画3 県内他団体のご紹介 公益社団法人茨城県栄養士会 12
- 各専門委員会主催研修会の実績報告 13
- スタッフからの一言 [エバーグリーン・あいあい] 14
- **特別寄稿 俳優・ケーナ奏者 田中 健さんからのメッセージ** 15
- **《南国の島》奄美大島から届けられたお便り 奄美市役所観光課** 16・17
- 茨老健からのおしらせ 18
- みんなの広場 [緑寿荘・スーペリア360・ラプラス津田・シニア健康センターしおさい] 19
- 施設一覧 20

会長あいさつ



一般社団法人
茨城県介護老人保健施設協会
会長 大場 正二

—100年のときを刻む理念—

新年明けましておめでとうございます。皆さまには日頃より当協会の取り組みに対しましてご理解とご支援をいただき誠にありがとうございます。

昨年2022年は世界史上、大きな記憶として残る一年となりました。改めて当たり前の日常と平和な日々がかけがえのないものと感じられた方も沢山いらっしゃったかもしれません。

さて、今号では少し堅苦しそうなイメージがある「理念と信念」について想いを馳せてみようと思います。誰しも、不意に、ご自分の信念について聞かれたときは、少し戸惑ったり、改めて考えを巡らす方も多いかも知れません。

一方、組織にとっての信念たる理念や社是しやせはどのような意味を持つのでしょうか。社訓は会社が職員に向けて発信するのに対して、理念（社是）は会社が内外の方に対して大切に思うことを誓約することです。

よく話の中で、信念は自身を強くしたり自身の支えとすることが出来る、そのような表現が使われることがあります。果たして本当にそうでしょうか。信念は、「自身のプライド＝誇り」に似ているところがあります。その捉え方や使い方によっては全く違うものになるからです。

プライドを外に向けて発信したときには周囲の受け止めは決して心地よいものとならない場合が大おうにしております。

時には、外に向かったプライドの矢が叩き落とされたり、当てもなく飛んでいったり、時には他のひとのプライドの矢とぶつかったりすることもあるでしょう。本来は、プライドは自身の胸の中心に置いてそっと灯していくものなのかもしれません。

組織の理念も、そういった意味では、個人の信念と同様に、その中心でしっかりと灯し語りかけるよ

うに社会や職員を温かく照らしていくべきものでしょうか。理念も信念も間違っても、外に向けることに苦心したり、形ばかりを追うようなものであつては意味をなさないはずです。

いま、日本ではBCP（事業継続計画）策定の必要性が盛んに叫ばれていますが、日本では、危機や社会の変化に長い期間に亘って対応し生き抜いてきた「いわゆる100年企業」が数多く存在しています。

現在、世界にある100年企業 約8万社のうち日本にはなんと世界全体の41%にあたる3万3千社が今でも営業を続けています。そして、100年生き続ける企業の共通するものに伝統と変化が必ず存在するといわれています。変化は社会のニーズや時代の変遷に対応することです。もう一方の伝統とは具体的にはどういったことを指すのでしょうか。単に昔ながらのものを大切に重んじるばかりでは長い間に失われてしまうかもしれません。それが社会やそこで働く方から支持され続ける普遍のものが必要と言われる所以になり、理念につながっていくものです。

わたしたち個々人の持つ信念も、理念と同じように、社会や周囲と共感を分かち合えるものであればなお一層の輝きを放ち続けられることでしょう。

今回もみなさんの笑顔を想像しながら勝手なことを書き連ねてしまいました。ただこうしているとみなさんと気持ちが通じた想いにもなります。今回もみなさんに僅かでもエールが届けられていたら幸いです。ありがとうございました。



理事あいさつ



フロンティア鉾田 春の場所
理事長 横田 廣夫

あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、新型コロナの感染防止に努めながら、利用者様のニーズに応じたケアの質の向上にご尽力されていることと存じます。

さて新型コロナに関しては、現在のオミクロン株の特徴を踏まえながら、経済状況を好転させるために療養期間の短縮など基準の変更が随時行われ、コロナとの共存の道を進んでいるのが現状です。また、指定感染症の分類も2類相当から5類への変更を議論されている中ではありますが、世間が感染のリスクを抱えながら行動しているこの現状では、事業所内にウイルスを入れ込まない事は到底困難な事であり、確固たる治療薬が開発されていないこの現状で、重症化リスクの高い高齢者を対象にサービスを提供する我々にしてみれば、どのように新型コロナと向き合い対応していかなければならないのか大変苦慮

しているところであります。そんな中、追い打ちをかけるように物価高騰や燃料費の価格上昇、最低賃金引き上げ等による人件費の上昇もあり、経営面でも大きな打撃を受けています。国や行政にはこのような現状をより一層注視して頂き、高齢者が必要なサービスを受けられる環境について、積極的に作り出す事が可能となる具体的な方策を打ち出して頂きたいと思っております。

茨城県の高齢化率は全国平均を上回っており、その茨城県の中においても私共の鹿行地区（とりわけ鉾田市・行方市）は高い数値を示しております。今後も高齢化率はさらに高まり、医療・介護の需要も増加することが予想されています。介護老人保健施設として、地域に根ざした包括的ケアサービス施設の役割を果たせるように皆様と協力していきたいと思っておりますので、宜しくお願いいたします。

茨城県福祉課課長あいさつ



茨城県福祉部 長寿福祉課
課長 山田 俊光

あけましておめでとうございます。

茨城県介護老人保健施設協会会員の皆様方には、日頃から高齢者保健福祉の向上並びに介護保険制度の円滑な運営に加えて、今般の新型コロナウイルス感染症対策に多大なご尽力を賜り、厚くお礼を申し上げます。

今後の感染拡大に備えて、協力医療機関等との連携など、医療支援の更なる体制構築に向けて引き続きご協力をお願いいたします。

我が国では、人口減少と少子高齢化が急速に進行し、本県におきましても、昨年10月1日現在の高齢化率は30.6%という状況にあり、今後、国民の医療や介護のニーズがさらに増加することが見込まれています。

さらには、団塊の世代全てが75歳以上となる2025年には、本県の75歳以上の後期高齢者数は50万人を超えることも予想され、医療や介護に対する必要性がさらに増していくことが見込まれております。

このため県では、昨年3月に、新たな「茨城県総合計画」を策定し、「健康長寿日本一」を目指して、

「人生百年時代を見据えた健康づくり」に、積極的に取り組んでいるところでございます。

介護人材の養成・確保に努めますとともに、高齢者の介護予防や重度化防止を図り、要介護・要支援の状態に応じたサービスの提供により、地域で支え合う体制づくりを推進するため、介護老人保健施設、特別養護老人ホーム、介護医療院等の計画的な整備に努めております。

新型コロナウイルス感染症は、水際対策が緩和されたものの、依然収束に至っておりません。各施設において、引き続き、ウイルスを「持ち込まない」、「拡げない」対策を徹底することに加え、感染症や災害が発生した場合であっても、利用者に必要なサービスが安定的・継続的に提供される体制を構築いただきますようお願いいたします。

結びに、今後とも本県の高齢者保健福祉行政の推進にご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、貴協会の益々のご発展をご祈念いたしまして、挨拶といたします。

功労者表彰および永年勤続者表彰

※受賞のみならず、誠におめでとうございます。

功労者表彰受賞者一覧票 13名

施設名	職名	氏名	勤続年数	施設名	職名	氏名	勤続年数
エバーグリーン	介護士	藤枝 順子	25年	シニア健康センターしおさい	理学療法士	渡辺 幸恵	17年
おおあらい	看護師・主任	渡邊みのり	14年	田尻ヶ丘ヘルシーケア	介護員	菊池 圭介	18年2ヶ月
大宮フロイデハイム	介護福祉士	坪 宗彦	19年10ヶ月	みなと苑	看護師	菊池 克枝	28年
きねぶち	看護師長	佐賀 正英	16年	梨花苑	看護師長 介護支援専門員	野村 珠美	10年9ヶ月
ごぎょうの里	看護師	備海加代子	20年	ルーエしもつま	看護師 介護看護師長	国府田美代子	20年11ヶ月
さくら	介護福祉士	北島 雅智	23年	レイクヒルひぬま	看護職員	福田 直子	20年
さざんか荘	調理員	市村 愛子	14年7ヶ月				

永年勤続者表彰受賞者一覧票 27施設 118名

◆ 35年勤続 0名（該当者なし）◆

◆ 25年勤続 21名◆

施設名	職名	氏名	勤続年数	施設名	職名	氏名	勤続年数
エバーグリーン	介護士	藤枝 順子	25年	田尻ヶ丘ヘルシーケア	支援相談員	鈴木 真弓	33年
さくら	看護師	中園美佐子	26年	田尻ヶ丘ヘルシーケア	介護員	鈴木 孝充	25年
さくら	看護師	友水きよみ	26年	田尻ヶ丘ヘルシーケア	看護師	阿部 豊子	25年
さくら	介護福祉士	関口真由美	26年	みなと苑	看護師	菊池 克枝	28年
さざんか荘	看護職員	伊藤 有美	27年	みなと苑	介護士	菊池しず子	25年
さざんか荘	介護職員	大島 亜紀	26年	梨花苑	介護福祉士	山中 宏友	28年
さざんか荘	介護支援専門員	井関 深雪	25年	梨花苑	介護職員	中村ふさ子	25年5ヶ月
シルバービレッジ	介護職員	山口 緑	30年	梨花苑	介護福祉士	田崎 悦子	25年
シルバービレッジ	介護職員	小林のり子	29年10ヶ月	梨花苑	事務職員	池田 秀子	28歳1ヶ月
シルバービレッジ	支援相談員	江幡 直子	29年	リヒトハウス北浦	介護支援専門員	白石 晃江	26年
田尻ヶ丘ヘルシーケア	介護支援専門員	黒沢 典子	33年				

◆ 10年勤続 97名◆

施設名	職名	氏名	勤続年数	施設名	職名	氏名	勤続年数
おおあらい	ワーカー	宮本 敏光	17年	さくら	介護福祉士	矢野 拓哉	11年
おおあらい	看護師主任	渡邊みのり	14年	さざんか荘	事務長	石井 司	12年9ヶ月
大宮フロイデハイム	介護福祉士	田汲 春菜	10年11ヶ月	さざんか荘	介護職員	富田美由紀	12年
大宮フロイデハイム	介護福祉士	高塚 梨奈	10年11ヶ月	シニア健康センターしおさい	支援相談員	会田 慎一	14年
かすみがうら	看護師	中澤 寿欣	10年	春秋園	介護福祉士	増田 幸太	10年2ヶ月
かすみがうら	作業療法士	溝口 大輔	10年	春秋園	介護福祉士	生武 理恵	10年9ヶ月
かすみがうら	理学療法士	小林 秀行	10年	春秋園	介護福祉士 介護支援専門員	湯原 美佳	20年
かすみがうら	介護士	成嵩 幸子	10年	シルバービレッジ	調理師	松田 仁美	10年8ヶ月
かすみがうら	介護士	埴 恵	10年	シルバービレッジ	介護職員	武田 勝江	10年7ヶ月
かすみがうら	介護士	石崎 由里	10年	シルバービレッジ	介護職員	伊藤 法子	10年4ヶ月
きねぶち	看護師長	佐賀 正英	16年	しろかね	看護師	内田久美子	17年
きねぶち	介護副主任	風野 元美	16年	しろかね	介護福祉士	山中 昇	16年
きねぶち	介護福祉士	針替 克弥	16年	しろかね	介護福祉士	小林 淳子	17年
きねぶち	支援相談員	中山 恵子	16年	しろかね	介護福祉士	笹木 君丞	17年
くるみ館	介護職	坪 翔平	10年	しろかね	介護福祉士	笹木 君丞	17年
くるみ館	介護職	石井 瑞毅	10年	スーペリア360	介護福祉士	野口 信一	10年
くるみ館	支援相談員	青木 真愛	10年	スーペリア360	介護職員	中澤 雪	10年
くるみ館	作業療法士	久保田早織	10年	田尻ヶ丘ヘルシーケア	作業療法士	佐々木幸江	13年10ヶ月
ごぎょうの里	介護福祉士	鈴木 佳輔	15年	田尻ヶ丘ヘルシーケア	介護員	永井久美子	13年1ヶ月
ごぎょうの里	介護福祉士	小川 友美	15年	田尻ヶ丘ヘルシーケア	介護支援専門員	小野 愛美	13年
さくら	介護福祉士	今関 忠一	10年	つくばケアセンター	支援相談員	吉原 武史	12年

施設名	職名	氏名	勤続年数
つくばケアセンター	事務	對馬 愛	12年
つくばケアセンター	介護福祉士	辻本 早苗	11年
つくばケアセンター	介護福祉士	根本 遼介	11年
はすみ敬愛	介護士	佐川 幸子	12年
はすみ敬愛	介護福祉士	弓野まり子	12年
プロスペクトガーデンひたちなか	調理師	西野 勉	10年
プラタナスの丘	介護士	瀧 真由美	10年
プラタナスの丘	理学療法士	仲田真由美	10年
平成園	介護福祉士	大坪 光太	10年
平成園	介護士	染谷久美子	10年
マカベシルバートピア	介護職	田中 唯	10年
まくらがの郷	介護福祉士	高橋 利香	11年
まくらがの郷	理学療法士	鈴木 裕子	11年
みなと苑	看護支援専門員	羽石 弘子	11年
梨花苑	看護師長 介護支援専門員	野村 珠美	10年9ヶ月
梨花苑	准看護師	森 桂子	10年9ヶ月
梨花苑	准看護師	渡辺加代子	10年9ヶ月
梨花苑	介護職員	松本 留奈	10年
リヒトハウス北浦	介護福祉士	永井真登香	10年
リヒトハウス北浦	調理師	中野 悦子	10年
ルーエしもつま	支援相談員	永藤 憲英	14年10ヶ月
ルーエしもつま	支援相談員	古池 幸子	15年10ヶ月
ルーエしもつま	介護支援専門員	田崎 暁子	13年11ヶ月
ルーエしもつま	介護支援専門員	渡辺 将充	18年
ルーエしもつま	介護支援専門員	森 由紀	17年11ヶ月
ルーエしもつま	看護師	中山久美子	18年11ヶ月
ルーエしもつま	理学療法士	稲垣 芳美	11年4ヶ月
ルーエしもつま	作業療法士	細田 美帆	12年

施設名	職名	氏名	勤続年数
ルーエしもつま	事務員	宮本 恵子	21年
ルーエしもつま	介護職	中村 恭子	19年5ヶ月
ルーエしもつま	介護職	新谷 共之	21年
ルーエしもつま	介護職	宮本 晃	21年11ヶ月
ルーエしもつま	介護職	田中 良美	17年7ヶ月
ルーエしもつま	介護職	稲葉 一晃	18年8ヶ月
ルーエしもつま	介護職	生井 直	23年5ヶ月
ルーエしもつま	介護職	石綿 学	17年11ヶ月
ルーエしもつま	介護職	須藤 みぎ	13年11ヶ月
ルーエしもつま	介護職	渡辺 麻乃	11年7ヶ月
ルーエしもつま	介護職	鈴木百合江	12年11ヶ月
ルーエしもつま	介護職	内山 久江	24年8ヶ月
ルーエしもつま	介護職	竹澤 翔	10年11ヶ月
ルーエしもつま	介護職	小林まさ子	15年10ヶ月
ルーエしもつま	介護職	松原 優子	11年10ヶ月
レイクヒルひぬま	看護職員	福田 直子	20年
レイクヒルひぬま	介護福祉士	小林 晋	14年
レイクヒルひぬま	介護福祉士	井上 美香	14年
レイクヒルひぬま	介護福祉士	濱村 毅	21年
レイクヒルひぬま	介護福祉士	小瀧 健児	19年
レイクヒルひぬま	作業療法士	田口亜沙美	14年
レイクヒルひぬま	介護福祉士	川崎 友明	15年
レイクヒルひぬま	介護福祉士	海鋒 知美	12年
レイクヒルひぬま	介護福祉士	佐々木里江	12年
レイクヒルひぬま	介護福祉士	鈴木 淳子	12年
レイクヒルひぬま	介護福祉士	佐藤 隆介	21年
レイクヒルひぬま	介護職員	大貫 鷹	14年
レイクヒルひぬま	介護福祉士	中島 光美	12年

功労賞受賞にあたり

介護老人保健施設 ルーエしもつま
介護看護師長 国府田美代子



この度は功労者として表彰して頂き、誠に有難うございます。

ルーエしもつまは平成9年に開設し、母体である平間病院が併設されております。24時間体制で安定した医療提供が可能な環境は、利用者様、職員共に安心ができて大変心強く感じております。

当施設で勤務を開始して21年が経ち、大小様々な事がありましたが、その中でも、東日本大震災と新型コロナウイルス感染症という未曾有の危機は、どの老健施設にも甚大

な影響を及ぼしたことと思われまふ。現在クラスター対応中の施設様はご苦衷、ご心労お察しします。

当施設でも新型コロナウイルスが蔓延し、遺憾ながらクラスターが発生しました。感染した職員が次々と長期離脱を余儀なくされ、現場は毎日に戦場と化していきました。そのような状況の中、全員が職種を超え一致団結した事で、速やかに感染収束できた経験は忘れられません。対応に当たった全ての職員に感謝の気持ちで一杯です。

今執筆している最中も世間では第8波による感染拡大が始まった状況にあり、緊迫した状況は続いておりますが、今後有事の際には培ったノウハウを活かし、速やかで適切なケアの実施、極限の精神状態にある職員のメンタルヘルスケアにも尽力し、いかなる状況においても前向きに取り組める職場環境の構築を目指してまいります。

永年勤続表彰受賞にあたり

介護老人保健施設 しろかね
ケア課長 内田久美子



この度は、永年勤続者として表彰して頂き、誠にありがとうございます。

介護老人保健施設しろかねは平成10年に開設、私は平成17年に入社し、勤続17年になります。准看護師として入社し、看護師、介護支援専門員の資格を取得し、昨年、リスクマネージャの認定証を取得し施設の安全管理に努めています。ここまで続けられたのも施設長をはじめ諸先輩方の

ご指導のお陰と感謝致しております。

高齢者ケアを続けてきていつも思う事があります。自分はやりたいことが出来、行きたい所にも行く事が出来る。でも、施設にいる高齢者は疾患により麻痺や認知症等で在宅生活が困難の為、施設に入所されます。中には施設生活になかなか馴染めない方もいらっしゃいます。どの利用者様も自宅に帰りたと思うのは当たり前だと思います。その気持ちを配慮しながら施設で生活している利用者様に少しでも自分らしく、安心して施設生活が送れるよう、優しさや笑顔を忘れず、一人ひとりに寄り添えるケアをしたいと思ひます。

ありがとうございました。

特集

認知症のある高齢者の 摂食嚥下機能と先行期における食の問題

アール医療専門職大学
リハビリテーション学部
作業療法学科 教授
(言語聴覚士・公認心理師)

原 修 一

主な経歴
関西大学卒
国立身体障害者リハビリテーション学院卒
筑波大学大学院博士課程修了(博士号取得)
亀田総合病院リハビリテーションセンター、取手協同病院勤務
九州保健福祉大学保健科学部 教授を歴任、現在に至る



1 摂食嚥下の各段階

摂食嚥下機能は、下表のように、5つの段階(期)に分かれます。摂食嚥下機能に問題がある場合は、この5つの期のどこに問題があるのかを把握することが重要です。今回は紙面の関係もあり、先行期のメカニズムと認知症高齢者が抱える問題点を中心にお話します。

摂食嚥下の5期

期	内 容
先行期 (認知期)	食べ物を認識し、食べ物を口に入れる(捕食)まで
準備期	食物を嚥下しやすい状態になるまで咀嚼し、ひとまとまりにする(食塊形成)
口腔期	食塊をのどの奥(咽頭)に送り込む
咽頭期	咽頭に到達した食塊を嚥下反射で食道に送り込む
食道期	食塊が食道の動き(蠕動)で胃へと運ばれる

2 先行期とは

先行期は、「認知期」とも呼ばれ、食べ物を認識する段階です。口に入れようとしているものが食物なのか、食べ物であればその大きさ、硬さ、どのように口に入れたら良いかが、感覚や記憶情報を基に瞬時に判断されます。液体であれば、ストローで飲む、コップで飲む場合などがありますが、口に入れる量やその量の調節の判断も先行期の重要な役割です。また、食べ物や飲み物が持つ香りや温度も、食べ物や飲み物の認知に必要な情報です。

認知症における食の問題は様々な問題があり、職員様が日常大変な努力をされていると思いますが、特に先行期の問題が多いと考えます。その中で、1人で食べられる方によく見られる2つの食の問題(食べない・食事に集中できない、食べられないものを食べる)から、考えられる原因を考えてみたいと思います。

3 先行期の食の問題とその原因

1) 食べない・食事に集中できない

「食べない」ことや「食事に集中できない」ことは、認知症における食の問題としてよく見られます。提供される食事は、その方が元気に過ごすために必要な栄養素が含まれているため、「食べない」「食事に集中できず途中で食事をやめる」ことは、必要分の栄養が摂取できず、痩せによる筋肉量の減少、筋力の低下により、運動機能に支障が出る、意欲が低下する、ぼんやりすることにもつながり、注意が必要です。

「食べない」ことや「食事に集中できない」ことの原因は様々であり、認知機能の問題として「失認」「注意機能の低下」「失行」「遂行機能障害」「見当識障害」が影響していることが考えられます。

失認による影響は、視覚的に食べ物を食べ物として捉えられないことで、食べ物が確認できない事が考えられます。食べ物が持つ香りや味といった視覚以外の情報を、食べ物を認識するための情報として利用者さんに注目させることや、例えば白いご飯であれば、色彩的に白いご飯がよく認識できる赤や黒の食器

に盛り付けるようにする必要があります。

一側に麻痺のある方で、麻痺側の空間にある食事を認知できない方もいらっしゃいます（半側空間失認）。半側空間失認のある方への対応として、トレイの上の食器を認知できる空間に置くことや、まずは非麻痺の側から食事をしていただき、麻痺側の方向にも食事（具体的なメニュー名）が置いてあることを伝えて、確認してもらうなどが考えられます。

注意機能の低下があり、食事時に、他の利用者さんが食べているのを見ている、横を通る職員さんを目で追うなどで食事が進まない方は、個室で食べる、一つのお皿のものを食べるようにするよう介助するなど、食事に集中できるような環境を整える必要があります。また、注意機能の低下がある方は、よくエプロンの柄が気になり、柄を触り続けて食事に集中できない方もいらっしゃいます。エプロンは柄のないものにして、食事に向かわせる必要があります。

失行（物品を操作することの障害）や遂行機能障害（物事の計画を立て順番に行う、複数のことを平行して行う機能の障害）による影響として、箸やスプーンがつかう事ができないために手づかみで食事をすることや、食事を前にして、何をして良いか分からない様子であることがあります。例えば、メニューがカレーライスとサラダである場合は、食具としてスプーン、フォーク、箸が出てきます。失行や遂行機能障害による影響が強い方は、どの食具を使って良いかが分からない事が多く、食事がストップすることがあります。注意機能の低下がある方と同様に、一つのお皿のものを一つの食具で順番に食べるなどシンプルな形にし、余計な情報が無いように配慮することも必要です。また失行のある方は、「食べて下さい」などと強制的に指示をすると、余計に混乱し食事の動作ができなくなりますので、指示はシンプルにし、見守ることも大切です。

見当識障害により、時間がわからなくなることで、食事の時間がわからなくなることも、食べない事の一因になっていると考えます。日々、食事の時間や歯磨きの時間などを含め、生活のリズムを一定にする事が重要です。

2) 食べられないものを食べてしまう（異食）

例えば、食べ物でないものを食べてしまう異食は、認知症の影響で食欲が亢進していることや、食べ物と食べ物でないものを区別するための認知機能の低下（失認）により起こると言われています。口に入れるものの中には、電池やビニール、タバコ、おむつ、便のように健康を害する可能性があるものや、ティッシュペーパーなどを大量に飲み込もうとして窒息を起こす場合があります。どんな場合でも健康を害する恐れがあるため、何かを飲み込んでしまった時には健康状態を確認する必要があります。時には、救急対応が必要な場合もあるかと思いますが、何をどのくらい飲み込んだかを把握し、説明できるようにしておくことが重要です。

異食への対応として、まずは口に入れてしまう可能性のあるものは、目の届かない場所にしまうことがあります。また、おやつの際には包装紙を口に入れる可能性があるため、最初から包装紙を取ってから提供する必要があります。一方、食欲が亢進しているため、その対応として、食事を何回かに分けて提供し、口にしてはいけないものを口にさせないような対策が、効果があると言われています。

生活のリズムを保つ事も重要です。生活のリズムを一定にすることで、3食を食べていた若い頃の規則的な習慣がエピソード記憶から甦り、日々の活動につながることや、例えば歯磨きをした後の口の感覚が残っていることにより「食べたこと」が理解できれば、異食は止まる可能性も考えられます。

4 おわりに

認知症のある高齢者の食の問題について、摂食嚥下機能の中の「先行期」における問題とその原因について考えてみました。高齢者の食事の問題は、今回お話しできなかった準備期以降の問題も含めた複合的なものであることが多く、また、特に認知症の方の場合は、その時の気分などにより、昨日できたことが本日でできないことがあり、職員の皆さんは日々苦勞をされている事と思います。皆で個々の利用者さんの状態や問題点を注意深く観察すること、上手く食べられた状況などを含め、対策について皆で検討し、情報共有することが大切であると考えます。



企画 I

地域貢献活動の現状に関するアンケート調査 結果報告

長期化するコロナ禍において、各施設で取り組まれている地域貢献活動の現状について会員施設を対象にアンケートを実施しました。 アンケート回収数：19 施設

Q：地域貢献活動について、これまでの取り組みや今後予定されている活動内容について教えてください。また、コロナ禍の中で実施するにあたり工夫した点があれば教えてください。

施設	活動内容
1	【出張骨太サロン】 各地域の公民館にて、地域の老人会の方々に對し、骨密度測定や運動指導を実施した。
2	【地域の祭りへ出展】 毎年地域で開催される祭にてブースを出展し、体力測定や血圧測定、ご自宅でできる簡単な運動指導のパンフレットを配布した。＊コロナ禍となってからは、祭自体が中止となり実施できていない。 【サロン活動】 地域の公民館へリハビリスタッフや栄養士が出向き、脳トレや嚥下体操、栄養指導を実施した。
3	【家族支援講座】 毎年施設にて開催。その年ごとにテーマを決め（今年は音楽療法、昨年度は転倒予防）、地域住民の方々に對し地域交流を行っている。 【RUN 伴に参加】 認知症の方やその家族、支援者、地域住民の方々とリレーでタスキを繋ぎ交流を図っている。
4	【健康祭り（市主催）・介護予防キャラバン（理学療法士会主催）に参加】 【認知症サポーター養成講座講師、職業説明会講話（職安主催）】 介護相談、介護保険制度説明、シルバーリハビリ体操教室、介護の仕事を分かりやすく説明。
5	【交通安全パトロール】 H30年5月より、施設から一番近い小学校の下校時の立哨（交通安全パトロール）を月二回実施させて頂いています。低学年の下校時に合わせて行っており、行く時はゴミ拾いをしながら現在も継続し行っています。
6	【芸術祭に出品】 毎年地域で開催される「芸術祭」に利用者様の作品を展示している。
7	【ときめき元気塾】 地域のコミュニティセンターで開催される、「ときめき元気塾」で介護予防体操や講話を行っている。 【福祉体験学習】 地域の小学4年生を対象に車椅子体験、アイマスク体験を社協とともに実施。
8	【介護予防イベントへの参加（市民向け、体力測定など）】 地域で開催される「文化祭」に市と合同でブースを展開し、来場者に対し体力測定及び日々の生活の助言などを実施した。 【介護予防啓発事業への参加（市民向け、3ヶ月クールの健康体操講義）】 市と合同で市民の希望者に対し、3ヶ月間（隔週）介護予防の為の講義や体操を指導した。
9	【オレンジカフェの運営に参加】 地域包括支援センターが行っている地域の高齢者の方が対象の認知症予防活動に参加しています。毎月開催されておりますので今後も継続予定です。
10	【地域ゴミ拾いへの参加】 年数回行われるゴミ拾いへ参加。
11	【道の駅にて認知症啓発活動】 パンフレット配布、個別相談

施設	活動内容
12	<p>【介護教室】 コロナ前は毎月開催。(今年は年2回)</p> <p>【地域清掃活動】 施設周辺地区のゴミ拾いを実施(年2回)。思ったよりゴミが多いので、回数の増加、場所を広くするなどしていく。</p> <p>【敬老会での講演】 地区の敬老会で今年は感染防止についての講演会を取り入れてもらった。 ※コロナで地域の人同士が会う機会が少なくなっていた。介護教室や敬老会などで集まる機会があればと言っていました。地域の方々も色々な方と久しぶりに話して喜んでいました。</p>
13	<p>年に1回、これまでに4回実施しました。</p> <p>【健康フェスティバルの開催】第1回 〈テーマ〉60歳からの体力測定(あなたの体の通信簿を見てみよう) 地域住民の方を当施設に集めて体力測定を実施。結果を一覧にしてお渡しし、お話や相談、指導を行った。</p> <p>【お家で棒体操】 第2回～第4回 棒体操のパンフレットをリハビリ科で作成し、体操用の棒とセットで配布した。(クリニックや薬局等に置いて自由に持って行って頂いた。) ※第2回からコロナ禍の為、非接触型の活動とした。</p>
14	<p>【「失語症友の会」の開催】 所属の言語聴覚士を中心とし、地域に住む失語症者とその家族を対象とした交流会を開催した。年4回を予定していたが、うち1回はコロナウイルス感染拡大のため中止した。<u>感染対策としては、検温・マスク着用・開催時間の短縮・換気を行った。希望者にはZoomも対応可能とのアナウンスをしたが、今年度のZoom希望者はいなかった。</u></p>
15	<p>【フードドライブ】 家にある食材を地域の子ども食堂などへ寄付。</p> <p>【介護予防教室、介護保険制度の活用・栄養教室を開催(月1～2回)】 ※コロナ禍は活動停止中。電話などで相談対応。</p>
16	<p>【例大祭の休憩所として施設の敷地を提供】 関東三大祭りの一つに数えられる例大祭に参加されている地域住民の方々に対して休憩場所を提供している。利用者様には獅子の勇壮な姿を観て頂いて地域の方々とおふれ合う場所になっており、地域の方々も拍手や声援を受ける事で疲れを回復して頂けるような場所になっている。</p>
17	本年度は当施設でのコロナ発生等もあり、地域貢献活動も出来なかった状況でした。
18	特にありません。
19	特にございません。

コロナ禍による長きに渡る活動制限で、特に高齢者の身体機能の低下や他者との交流減少による社会的孤立・認知機能の低下、これらのケアに悩むご家族など、これまで以上に心身共にサポートが必要な地域住民の方々が多いと思います。その中で、各施設で行っている地域貢献活動のような、医療・福祉の専門家による支援の場の存在はより重要なものになってきます。

「with コロナ時代」となり、自粛していた地域貢献活動については新たな方法を模索することが必要であり、この記事がその一助となれば幸いです。地域包括ケアの中核施設である老健の役割を今一度思い返し、地域にとって頼れる老健となることができるよう各施設の皆様と共に努力して行きたいと思います。

ご回答いただいた施設の皆様、お忙しい中ご協力ありがとうございました。



企画 2

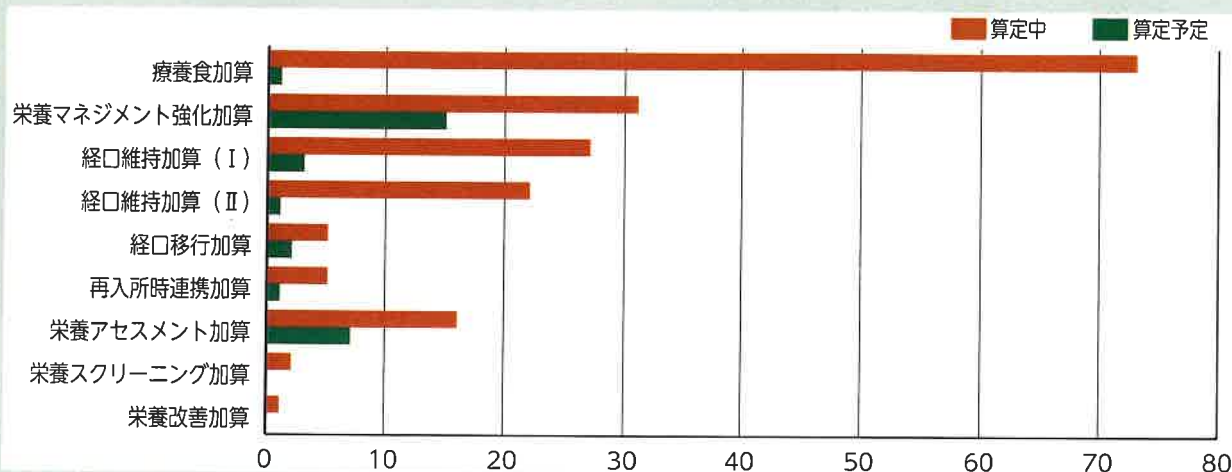
栄養関係加算に関するアンケート調査 結果報告

* 調査対象：茨城県栄養士会・茨城県老健協会栄養専門委員会

* 調査期間：令和4年8月2日～8月31日

* アンケート回収数：106施設

* アンケート目的：令和3年度介護報酬改定により、管理栄養士の取り組みにも変化があると思われる。老健協会栄養専門委員会として状況把握し、今後の事業での活動に生かすことを目的に加算の取り組み状況を調査した。



	算定中	算定予定		算定中	算定予定
療養食加算	73	1	栄養アセスメント加算	16	7
栄養マネジメント強化加算	31	15	栄養スクリーニング加算	2	0
経口維持加算（Ⅰ）	27	3	栄養改善加算	1	0
経口維持加算（Ⅱ）	22	1			
経口移行加算	5	2			
再入所時連携加算	5	1			

※算定なし 15施設

令和3年度介護報酬改定において、介護保健施設における栄養ケア・マネジメントの取り組みを一層強化する観点から、栄養ケア・マネジメントを基本サービスとして行うこととなった。新設の栄養マネジメント強化加算は、適切な栄養ケア・マネジメントを実施した上で、更に丁寧な栄養ケアを実施している場合に算定できるものである。

アンケート結果からは、栄養マネジメント強化加算を算定中または、算定予定の施設が多い状況が把握できる。栄養ケアに係る体制の充実が図られるとともに、施設利用者様一人一人に合わせた、栄養ケアが適切・丁寧に取り組みされていくことで、低栄養状態の予防・改善を図り、自立支援・重度化予防が推進されることを期待したい。

推進に向けては、各施設の栄養士・管理栄養士が身に付けた知識・技術を活かし、十分に役割を果たしていくことが必要である。

茨城県介護老人保健施設協会 栄養専門委員会の活動の1つである研修会は、公益社団法人 茨城県栄養士会様の協力体制の下、栄養士・管理栄養士の意見取り入れ実施している。

今後も茨城県栄養士会様とともに、この活動を通し茨城県栄養士・管理栄養士の知識・技術の向上、そしてより良い支援へと繋がるよう皆様のお役にたてるよう尽力したい。

ONS(経口栄養補助食)の取組み紹介

いつものおやつに・・・ 

介護老人保健施設すみれは日本三大稲荷の1つである笠間稲荷神社近くにあり、お正月や菊祭りの時期にはとても賑わいます。平成18年6月に開所し、17年目を迎えました。

利用定員88名(SS含む)、通所リハビリテーション40名、石本病院が併設しています。当施設栄養課の取組みをご紹介します。

個々人での栄養補助食品の提供は行っているが、全員に栄養強化できるものはないか??

全員に栄養補助食品をつけるとなるとコストの問題が・・・

普段のおやつで美味しく、見た目も楽しめる方法はないか??

入所者様はあんこや抹茶が好き♡

大人気のおあんこ系おやつ以外にも、抹茶羊羹、おしるこ、きなこアイス、コーヒーゼリー(ホイップのせ)など人気のおやつをいろいろと提供してみるの??と考えました。

あっ!和風の パフェはどう??



②おしるこ

③きなこアイス



きなこアイスにトッピング

- ①抹茶羊羹
- ②あんこ玉
- ③黒みつ
- ④ホイップクリーム



きなこアイス		和風パフェ
127kcal	エネルギー	193kcal
3.1g	たんぱく質	5.2g
5.3g	脂質	7.2g
95 mg	カルシウム	100 mg

ONS(経口栄養補助食)活用は低栄養状態の改善や体重およびBMIが有意に上昇すると報告されています。

すみれでも食事にONSを活用していますが、皆様に提供・栄養強化できるおやつはないかと日々悩んでいました。条件としては①美味しい②栄養価アップ③いつものおやつに身近なものでプラスα。人気のおやつは何かとリストアップしてみると、いいとこどりすると上記の条件を満たすことに気づきました。

実際に「和風パフェ」を提供すると皆様大変喜ばれ、ほぼ全員が完食。経管栄養の方も少しですが食べていただくことができ、普段食が進まない方が食べるきっかけにもなりました。また、トッピングのあんこ玉を丸める・ホイップを絞り出す作業はリハビリにもなり、調理レクレーションとして楽しむこともできました。食事やおやつは栄養状態に大きく関与し、入所者様の楽しみでもありません。上手くONSを活用しながら、たまにいつものものおやつに身近なものでプラスα、栄養価のアップしながら栄養管理をしてもいいのではないかと思います。

『栄養士・管理栄養士の現状と未来』



茨城県栄養士会会長

入江 三弥子

同福祉専門研究会会長

益子 慎司

茨城県栄養士会は、福祉の他に医療、学校健康教育、勤労者支援、研究教育及び公衆衛生、地域活動の6つの専門研究会があります。福祉専門研究会（本会）は、昨年度から御会からお声がけしていただき研修会を共同開催致しております。本会は、乳幼児、障害者及び高齢者を対象とした福祉施設の管理栄養士、栄養士が中心となり活動しています。平成12年の介護保険法の施行により、特に高齢者介護を取り巻く社会環境は変化を続けています。令和3年の報酬改定で老健及び特養において管理栄養士の配置をほぼ必置とするような改正が行われました。管理栄養士が栄養



マネジメントを効果的に実施し、健康増進に寄与することを求められました。これは、高齢者の寿命延伸に食事指導が効果的と認めていただいたと理解しています。また、専門知識のスキルアップと業務を見直す機会になったと思っています。人の「食べる」行動を支えて整える食事管理業務がこれまで主業務でありました。私達は、食事提供業務を前提として栄養マネジメントを行っています。当会の高齢者施設勤務の管理栄養士実態調査から1施設当たり配置人数は1～2名が多いとわかりました。決して多い人数ではありません。制度改正によって食事提供と栄養管理の両立と栄養マネジメントの成果を求められています。管理栄養士の配置状況や業務内容、経験値や能力によっては『業務負担が増加した』と感じている会員が多いことも課題だと思っています。

また、障害者や乳幼児施設の栄養マネジメントの実施率や食育に携わる時間が高齢者施設より少ない事も分かってきました。必要性の理解を得られるような働きかけをしていかなければならないと思っています。

現場の管理栄養士や栄養士は、日々悩みながら業務に当たっており、原因の根幹には「相談できる仲間がない」こと、即ちコミュニケーションをとりにくい環境であることが業務逼迫を招いていると言えるようです。特に若い世代は、学校で学んできた理想やスキルが生かせない環境もあるようです。職場内だけで悩んで諦め、そして停滞とならぬ事を願います。

AIなどのテクノロジー普及も進む中、これからの社会を生き抜く管理栄養士、栄養士を育むために本会は、人に寄り添うことのできる専門職の育成を目指しています。同じフィールドで悩む会員に学びの場や仲間作りしやすい環境を提供し、スキルアップやコミュニケーションスキルの向上を促すきっかけ作りをしていきたいと考えています。仲間と一緒に、変化していく社会に対応していきましょう。栄養士会はそのために活動をしていきたいと思っています。

令和4年度 各専門委員会 主催研修会の実績

専門委員会名	実施年月日	事業（研修）内容
看護・介護	令和4年7月6日（水） 第1回 参加者92名	内容：新型コロナウイルス感染対策 臨床対策実技 講師：白石真由美 水戸赤十字病院 認定看護師
	令和4年9月16日（金） ～11月25日（金）全6回	内容：介護福祉士国家試験対策講座 全6回シリーズ 講師：矢花 光（リリーこども&スポーツ専門学校教諭）
	令和4年11月30日（水） 第2回 参加者33名	内容：コロナ渦での各施設の取組みについて（レク、地域貢献） グループワーク
支援相談員	令和4年6月17日（金） 第1回 参加45名	内容：コロナ渦での施設の対策、LIFE 科学的介護について グループワーク
	令和4年10月13日（木） 第2回 参加者56名	内容：支援相談員の抱えるリスクマネジメント 講師：栗林正彦
栄養	令和4年6月29日（水） 第1回 参加者55名	内容：LIFE の取組・栄養ケアマネジメント基礎、嚥下機能 講師：明治製菓 深川史麻 岡本寛子
	令和4年12月13日（火） 第2回	内容：【公益社団法人茨城県栄養士会との共同開催】 内容：講義・管理栄養士業務への提言、事例解説等 講師：つくば国際大学栄養科学科長 武部久美子先生 ・パネルディスカッション（栄養士会3名+茨老健3名）
事務	令和4年6月24日（金） 第1回 参加者45名	内容：接遇研修 講師：藤森結花（介護労働人材センター）
	令和4年11月24日（木） 第2回 参加者24名	内容：施設の抱えるリスク管理 講師：松村 孝 弁護士
リハビリテーション	令和4年6月17日（金） 第1回 参加117名	内容：LIFE フィードバック活用 講師：株式会社 RICO ND ソフトウェア
	令和4年10月11日（火） 第2回 参加113名	内容：家屋調査でリハ職が持つべき視点 講師：小林聖美 つくば国際大学准教授 PT
	令和5年2月8日（水） 第3回	内容：選定中 講師：巻 直樹アール医療職専門大学講師

地域に根ざした 施設を目指して

介護老人保健施設エバーグリーンは、平成5年に開設され今年30年目を迎えた歴史のある、緑に囲まれた静かな環境にある施設です。

当施設は、入所リハビリテーション、短期入所リハビリテーション、通所リハビリテーション、訪問リハビリテーションを提供しており、お一人お一人に寄り添ったリハビリを提供しています。

リハビリテーション職員は、理学療法士4名、作業療法士2名、健康運動指導士1名、助手1名体制であり、介護予防や多職種連携に力を入れて、日々勤務しております。

コロナウイルスの影響により、ご利用者様やご家族様には面会制限や外出・外泊制限など多大なる制限をお掛けしており、心苦しさを感じています。

しかし、社会情勢の変化とともに、感染予防を徹底し、



介護老人保健施設 エバーグリーン リハビリテーション科

健康運動指導士 キンショウ 金生 ヨシオ 吉央

少しずつ制限が緩和されてきております。今年度からは、町からの委託による介護予防事業も再開することができました。

介護予防事業においては、現在18名の参加を頂いています。65~90歳の意欲的な参加者が多い為、運動強度を強めに設定し、参加者様同士がコミュニケーションを取りやすい運動を取り入れてい

ます。毎回、運動後の爽快感・楽しさを感じて頂けるよう心掛けて提供しています。

「教室のスタッフや、他の参加者と会うのが楽しみ。」「今日の運動は疲れた。」「また来週来るね。」と参加者様に帰りに笑顔でお声かけして頂くのが最高の喜びです。

今後も施設内の職務はもちろん、介護予防等、地域で暮らす方々に信頼される施設作りに貢献出来たらと思います。



介護老人保健施設 あいあい

管理栄養士 本田 久美子

コロナ禍での行事食

当施設は入所定員100名、通所定員60名の病院併設型の介護老人保健施設です。

毎年、春のお花見・夏まつり・秋の運動会の三つの大きな行事を行っており、利用者様方に楽しんでもらえるようスタッフ一同趣向を凝らした催し物、それに合わせた食事の提供を行い盛大に行っています。しかし、ここ3年間は新型コロナ感染の影響があり規模を縮小し行っている状況です。

先日、秋の運動会をフロアごとに開催しました。利用者様は現在感染対策の為、外出・外泊、家族との直接の面会も出来ず、イベントや食事しか楽しみがない状態です。なので皆様に少しでも楽しんでいただけるよう様々な工夫をして行いました。栄養士の私は「食事の楽しみを」ということで、秋の食材をふんだんに取り入れた「秋の味覚！行楽弁当」を用意しました。お弁当箱を使用することで行



楽気分を演出し、秋の食材を取り入れ彩り豊かに仕上げました。あまり食欲がなくいつもは介助を要する方が自ら食べて完食していたり、普段は制限食を召しあがっている方も、行事の時は少し制限を緩くして提供するため、「ほんとおいしい」としみじみと感謝していただいたり、私の方がとてもうれしくなる瞬間がありました。おいしい食事を食べて幸せを感じるごく当たり前のことが、利用者様には非日常となっています。こういった行事食の時だけでなく普段の生活でも幸せを感じて頂けるようにしてあげたいと改めて思いました。また、食事制限が厳しい方や、食事が食べられない方などもいらっしゃるの、皆様に同じ食事を出すことが出来ないという課題もあります。その改善点を踏まえ、利用者様一人一人に寄り添った対応が出来るようこれからも日々精進していきたく思います。

特別寄稿

俳優・ケーナ奏者 田中 健さんからのメッセージ



■プロフィール

田中 健（俳優・ケーナ奏者）

1951年3月6日福岡県出身

1972年にスカウトを経てアイドル歌手「あおい健」として「純愛時代」をリリース。

その後所属事務所倒産から映画俳優へと転身する。

代表作は1975年映画「青春の門」、テレビドラマ「俺たちの旅」等。

南米ペルー マチュピチュ遺跡で出逢った楽器ケーナを日本でも広め、NHK名曲アルバム「コンドルは飛んでゆく」の演奏も担当している。

2022年12月は原爆被害者の会の方々の思いを受け止めた朗読劇「夏を歩く」を文化庁の後援を得て全国数カ所で開催された。

コロナ禍を通じて、スタンダードの変化は芸能界も多々ありました。

対面が無くなり、オンラインによる打ち合わせやリハーサル、会食なし、イベント打ち上げ等は皆無と言ってよい程で、当初はただ寂しかったのですが、このところやっとスタンダードかと慣れました。

世界的にはマスクを外している傾向ですが、僕はコロナ渦の前から、特に冬は愛用しています。それは発声をスムーズに喉を守る為や、唇が乾いていると笛の演奏が難しくなることからでしたが、マスクのバリエーションが多種多様に増えたことはコロナ禍を通じた嬉しいことでした。現在は繰り返し洗えて肌に優しい抗菌布マスクを愛用しています。テレビの実験番組によると不織布マスクと同等の抗ウイルス効果があるようで、肌も荒れず、耳も痛くならず、SDGsの観点からも機能性布マスクの方が僕は好みです。

SNSも僕ら世代でも広がった感がありますね。ブログやフェイスブックに加えてインスタグラムも連携させて、各々の個別活用まではまだ出来ないのですが、マイペースに社会と繋がっていくことは、感性も錆びぬように感じ細々とアップデートを続けています。

肉体的には71歳ですが、社会と繋がることで精神は老けないと感じます。演奏者、俳優の仕事が「大きな仕事」として、犬の散歩の途中に落ちているゴミ拾いは「小さな仕事」でしょうか。何らかの形で世の中に少し役に立つ存在で居続けたいと日々過ごしています。





茨城県介護老人保健施設協会の会員施設の皆様、初めまして、鹿児島県 奄美市 ^{つむぎ} 紬 観光課です。

この度はご縁を頂き、機関誌「老健いばらき」に寄稿させて頂くことになりました。どうぞ宜しくお願いいたします。

鹿児島県にある奄美大島は、鹿児島本土と沖縄本島のほぼ中間の洋上に位置しています。面積は沖縄本島の約8割で、日本の離島のなかでは、新潟県の佐渡島に次ぐ2番目の大きさです。特徴的なのは、島の多くの部分が森であり、山間部の自然は多様性と希少性を併せ持ち、世界に誇る豊かさを持っています。日本で2番目に大きいマングローブの森、国の特別天然記念物アマミノクロウサギなど太古の生命が息づく ^{きんさくぼる} 金作原、夕陽の美しい大浜海浜公園、美しい水平線と亜熱帯の風景を思い起こさせるあやまる岬など、多くの自然と景勝地を有しております。また、奄美には多くの希少な野生動植物が生息・生育していることから、その価値が世界的に認められ、令和3年7月26日に「奄美大島、徳之島、沖縄島北部及び西表島」として国内5件目の「世界自然遺産」に登録されています。

しかし奄美の魅力は自然だけではありません。シマ唄や八月踊り、神へ祈る伝統行事や100を超える工程を経て完成する本場奄美大島 ^{いりおもてしま} 紬などの伝統産業。島人が育んできた文化もまた、どこにもない、奄美だけの豊かさのひとつです。

▼主な郷土料理・特産品

○鶏飯 ^{けいはん}

奄美を代表する郷土料理で、薩摩藩の役人をもてなす料理でした。ごはんの上に錦糸卵、鶏肉、しいたけ、パパイヤの漬物などの具材をのせ、何時間も煮込んだ熱々の鶏出しスープを注いだらでき上がり。奄美自慢の逸品です。



○たんかん

ポンカンとネーブルオレンジをかけ合わせた品種で、ジューシーな甘みと酸味のほどよいバランスが特徴です。そのままはもちろん、ジュースやゼリー、ジャムなど加工品も販売されています。



○奄美黒糖焼酎



さとうきびから作った黒糖を原料とし、黒糖の優しい香りと米麹由来の芳醇な風味が最大の特徴で、ブランドやウイスキーと同じ蒸留酒であるため糖分はゼロ。また、二日酔いもしにくく、適量であれば動脈硬化の予防にもなるという研究結果も発表されるなど、二日酔いもしにくく、健康の酒、長寿の酒ともいわれています。



○本場奄美大島紬

1300余年の歴史を持つ高級絹織物です。そのアート性は世界に類を見ない精巧な織りと染めにあるといわれ、気の遠くなるような数々の工程を経て出来上がる逸品には、太陽と大地と自然、そして人々の想いが息づいています。



▼主なみどころ



○土盛海岸

奄美大島でも有数のビーチとして知られている土盛海岸。真つ白い砂浜と青い海のコントラストは多くの観光客を魅了します。沖には喜界島が墨絵のように浮かび、丸瀬岩と呼ばれる岩や子抱き石と呼ばれる石などもみることができます。



○金作原

奄美の中でも天然林が多く残っており、イタジイ、イジュ等は樹齢100年を超すといわれています。

老年の樹林内には奄美固有の植物や国指定天然記念物のルリカエス、アカヒゲ、オオストンオーアカゲラ、アマミノクロウサギ、ケナガネズミ、アマミヤマシギ等固有種の鳥類、動植物が生息しています。



○大浜海浜公園

市街地にも近く、感動的なサンセットでも有名な海浜公園です。バードウォッチングやウミガメの産卵地としても知られ、公園内には展望台・野外ステージ・バースハウス・トイレ・駐車場も完備されています。



○マングローブ

住用町のマングローブ群落は、日本の北限に位置する群落であり、流域面積は沖縄・西表島について日本で二番目となる広大な面積を誇ります。

マングローブには、川の上流から運ばれてきた有機物に加え、マングローブの落ち葉やそこに生息する動物たちの死骸などが堆積するため、マングローブの泥は養分が豊かで多様な生態系を形成しています。

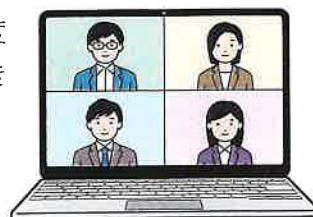


お知らせ

1 令和4年度 各種専門委員会 年度末合同会議

令和4年度各種専門委員会の活動も残りわずかとなりました。新型コロナウイルス感染症の影響でまだまだ落ち着かない日々をお過ごしのことと思いますが、そんな中でも、皆様のご協力のおかげで無事に活動を進めることができましたこと、心より感謝申し上げます。

今年度の振り返りといたしまして、3月上旬に年度末合同会議を予定しておりますので、今年度の反省点や来年度の活動内容などお話しただければと思います。詳細につきましては、あらためて開催案内を送らせていただきます。そちらをご確認のうえ、ご参加お願いいたします。



2 施設カタログ発行

老健協会会員施設の皆様にご協力をいただき、「施設カタログ」の発行に向けてデータの募集をしております。

カタログ作成用のフォーマットを会員施設様に送らせていただきましたので、そちらに入力し、老健協会水戸事務局宛てにご返送ください。ご不明な点等がございましたら、遠慮なくお問合せ願います。



3 あまみし 奄美市から、本号に記事をいただきました。(16ページ)

老健いばらき62号では、亜熱帯気候と自然豊かな奄美大島を市域にもつ、奄美市役所観光課の職員のみなさんから茨老健に心温まる記事を頂戴いたしました。

奄美大島は、大きなマングローブ林や島固有種の動植物など自然の宝庫はもちろんのこと、島人の皆様しまんちゅが大切に育んできた文化が、いまでも脈々と受け継がれています。紙面でのご紹介となりますが、どうぞ旅する気分になっていただきますと幸いです。今後も、あたたかな情報を届けさせていただければと思っています。

緑寿荘

(取手市)



●季節を感じながら

緑寿荘では入所者様のリハビリの一環として、手工芸が好きな方を対象に週に2日、手工芸の時間を設けています。リハビリ室は一面に窓があり、室内からでも桜や紅葉を目で楽しみ、金木犀の香りを楽しみ、季節を感じる事ができます。そんな移り行く季節を感じながら、それぞれの得意な手工芸で楽しみながら作品を作成しています。

スーペリア360

(阿見町)



●元気に1・2・3!!

入所の方の集団リハビリの風景です。皆様しっかり声掛けをし、指先までピッと伸ばし、取り組まれています。「三百六十五歩のマーチ」や「東京キッド」など歌ったり、音楽に合わせて体を動かしたりと楽しく行っています。みんなで声を出し、体を動かすことで他の方との親密度もアップしているようです!

みんなの広場

ラプラス津田

(ひたちなか市)



●クリスマススペシャル

季節に合わせて、ユニットごとに趣向を凝らし飾り付けを行っております。今回はクリスマススペシャルと題し、さざんかユニットの作品をご紹介します。これは職員が集めてきた枝を使い、利用者様と協力してオリジナルのツリーと飾り付けをおこない、スペシャルな空間を演出しました。

シニア健康センターしおさい

(日立市)



●ゆび編み

ご利用者様と一緒に、靴下のはぎれを使って、ゆび編み作品を制作しています。やわらかい生地なので、形にするのに初めは苦労しましたが、あたたかみのある優しい作品に仕上がってます。

— 編集後記 —



- 今号の表紙は、3月の晴天の日、筑波山梅林の梅の花が満開になった景色です。梅林の遥かには、富士山の雄姿がはっきりと写っています。梅林は風もなく、辺りには梅の香がほのかに漂っています。
- トピックでは、俳優・キーナ奏者 田中 健さんから本誌に、あたたかなメッセージを頂戴しています。また、南国からのお便りとして世界自然遺産登録された奄美大島のすてきな記事を奄美市役所観光課のみなさまより頂戴いたしました。

発行所/一般社団法人 茨城県介護老人保健施設協会
 発行人/老健かすみがうら 大場 正二

編集人/プロスペクトガーデンひたちなか 森 田 隆
 編 集/鹿野苑 熊 坂 裕 吾
 シニア健康センターしおさい 児 島 強
 つくばリハビリテーションセンター 市 原 健 一
 平成園 小 柳 賢 時
 ウイケア 岩 瀬 剛



一般社団法人
 茨城県介護老人保健施設協会
 ホームページ

介護老人保健施設一覧表

番号	施設名	所在地	電話番号	番号	施設名	所在地	電話番号
1	おはよう館	北茨城市磯原町磯原字前大沢1919-4	0293-44-0088	1	さざんか荘	桜川市亀岡992	0296-76-2021
2	ひだまり倶楽部	北茨城市磯原町磯原2-305	0293-30-1710	2	協和ヘルシーセンター	筑西市門井1669-2	0296-57-6030
3	博 純 苑	高萩市大字秋山625	0293-23-2900	3	ごぎょうの里	筑西市小林467-1	0296-25-5710
4	ノ ア	高萩市高浜町3丁目154-1	0293-24-2100	4	梨花苑	筑西市木戸348	0296-37-4810
5	さくら日立	日立市城南町1-1-11	0294-22-8811	5	ルーエしもつま	下妻市江1832	0296-44-8000
6	日立南ヘルシーセンター	日立市大みか町6-17-1	0294-52-6825	6	寿 桂 苑	坂東市峯掛4527-1	0297-44-2345
7	シニア健康センターしおさい	日立市国分町3-6-1	0294-34-6611	7	青嵐荘ケア・アシスタンス	古河市上大野703-1	0280-98-2711
8	くじらヶ丘	常陸太田市田瀬町855-1	0294-70-2611	8	平 成 園	古河市旭町1-17-39	0280-31-5998
9	大宮フロイデハイム	常陸大宮市上町318-1	0295-53-1000	9	健 田	結城市大字結城字健田12744	0296-33-0880
10	温泉リハビリセンター虹の丘	久慈郡大子町大字矢田93-1	0295-72-6331	10	生きいき倶楽部	結城市大字結城9143-1	0296-20-8666
11	ひたちの森ハピネス	日立市十王町伊師725-1	0294-20-6699	11	マカベシルバートピア	桜川市真壁町東山田1945	0296-54-2800
12	やすらぎ	久慈郡大子町大字888	0295-72-6622	12	境町メディカルピクニック	猿島郡境町塚崎2555-1	0280-81-1055
13	ブラタナスの丘	常陸大宮市宇留野3109	0295-54-1150	13	しろかね	下妻市下栗1217	0296-30-1811
14	はすみ敬愛	常陸太田市山下町972	0294-73-1311	14	さくらがわ	桜川市東飯田659	0296-20-6071
15	田尻ヶ丘ヘルシークア	日立市田尻町2-8-11	0294-43-6343	15	まくらがの郷	古河市東本町4-2-2	0280-33-1234
1	サンフラワー東海	那珂郡東海村舟石川1689-4	029-283-3771	16	きねぶち	坂東市長谷989-5	0297-47-3333
2	サンライズ湊	ひたちなか市阿字ヶ浦町字原1406-1	029-265-8711	17	けやきの舎	古河市仁達601	0280-77-3333
3	勝 田	ひたちなか市中根5125-2	029-276-3111	18	すばる	結城市大字結城10780	0296-21-2088
4	みなと苑	ひたちなか市幸町16-1	029-263-0655	19	夢彩の舎	猿島郡境町大字若林2269-1	0280-33-7300
5	いちご苑	ひたちなか市笹野町1-3-20	029-271-1750	20	プレミール元気館筑西	筑西市古郡554-3	0296-57-7000
6	フェニックス那珂	那珂市飯田1733-1	029-298-8787	1	さくら	土浦市神立町字前原444-2	029-833-1020
7	ライブラリーライフ [那珂]	那珂市菅谷605-2	029-295-6835	2	シルバークア土浦	土浦市木田余4606	029-826-7021
8	きんもくせい	東茨城郡城里町石塚1223-1	029-288-7221	3	ひかり	土浦市右羽1113-1	029-843-3321
9	はあもにか	水戸市石川4丁目4039-26	029-254-5777	4	アリエッタ	つくば市北条1174	029-867-1182
10	こすもびあ	水戸市石川4-4027	029-252-4777	5	つくばリハビリテーションセンター	つくば市大曾根3681	029-864-8300
11	くるみ館	水戸市河和田町3335-1	029-255-4774	6	そよかぜ	つくば市上横堤2573-1	029-836-0517
12	ナーシングホームかたくり	水戸市河和田町4516-1	029-255-5222	7	【豊 浦】	つくば市大字神都2013-1	029-850-7111
13	みがわ	水戸市見川町2131-105	029-305-6868	8	つくばケアセンター	つくば市要76	029-877-1313
14	つねづみ	水戸市大場町字小山2-14	029-247-6250	9	なでしこ	つくば市水守2228-2	029-864-6565
15	つまさと	水戸市有賀町2228	029-259-7677	10	ゴーエン美浦	福敷郡美浦村宮地678	029-885-5522
16	エバーグリーン	東茨城郡茨城町若宮字向ヒ393-1	029-293-9460	11	ケアセンター阿見	福敷郡阿見町若栗2957-4	029-889-1180
17	レイクヒルひぬま	東茨城郡茨城町下石崎2324	029-240-8120	12	スーベリア360	福敷郡阿見町荒川本郷2033-508	029-830-5300
18	おおあらい	東茨城郡大洗町大貫町1212-11	029-267-1331	13	セントラルゆうあい	牛久市柏田町1590-3	029-872-8833
19	カーサ・ピアンしろさと	東茨城郡城里町阿波山原602	029-240-9595	14	涼 風 苑	龍ヶ崎市長原塚町3689	0297-63-0008
20	ラプラス津田	ひたちなか市津田3728	029-222-4186	15	サンライフ宗仁会	取手市岡1471	0297-85-8743
21	プロスペクトガーデンひたちなか	ひたちなか市高野字柏野2455-1	029-354-3210	16	取手市介護老人保健施設緑寿荘	取手市野々井1926-8	0297-78-9100
22	シルバークアビレッジ	笠間市南小泉977-1	0296-78-2211	17	はあとびあ	取手市井野253	0297-74-3335
23	笠間シルバークアセンター・パル	笠間市来栖255-1	0296-70-1185	18	けんちの苑水海道	常総市豊岡町丙3264	0297-24-5511
24	あたごナーシングビル	笠間市土師1080-1	0299-37-6511	19	春 秋 園	牛久市猪子町891-2	029-870-3100
25	すみれ	笠間市石井2045	0296-70-0035	20	けやきの郷	龍ヶ崎市若柴町字沖餅1741-1	0297-61-5133
26	はなみずき	水戸市東原3丁目2-8	029-303-3501	21	プレミール元気館	つくば市谷田部6107-1	029-838-1919
27	桜の郷敬愛の杜	東茨城郡茨城町桜の郷1000-2	029-353-6581	22	ホワイトハウス千代田	かずみがうら市東野寺495-2	0299-23-1133
1	鹿 野 苑	鹿嶋市宮津台188-17	0299-83-7311	23	いなしきの郷	福敷市佐原組新田1378-1	0299-79-3811
2	ばんなん白光園	神栖市賀2148	0299-93-1162	24	プエプロ稲敷	福敷市狸穴11	0297-87-7511
3	シオン	神栖市土合本町2-9809-126	0479-48-1888	25	もえぎ野	北相馬郡利根町もえぎ野台1丁目1-8	0297-84-6081
4	フロンティア銚田春の場所	銚田市柏熊985-1	0291-32-5408	26	ネオテラス宗仁会	取手市岡1493	0297-85-8341
5	リヒトハウス北浦	行方市繁昌1712-1	0291-35-0471	27	ひまわり	つくば市高崎1008	029-871-5749
6	みのり苑	小美玉市橋塚美21	0299-48-3556	28	アイケア	守谷市小山318-5	0297-38-6767
7	八郷プロバンス	石岡市瓦谷766-28	0299-44-3213	29	セントラル土浦	土浦市真鍋新町12-10	029-893-6100
8	サングリーンやさと	石岡市小倉443-1	0299-43-3120	30	ピオラセア	龍ヶ崎市字野原1360-1	0297-85-5111
9	コミュニティケアセンター縦山	銚田市縦山497	0291-37-3850				
10	あいあい	石岡市東石岡4丁目1-38	0299-28-3838				
11	サン・テレーズ	小美玉市栗又四ヶ1752-1	0299-37-1115				
12	かずみがうら	行方市若海793-5	0299-55-0122				
13	ウイケア	石岡市行里川112951-1	0299-56-2533				
14	小美玉敬愛の杜	小美玉市中台148	0299-56-5181				