

ROKEN いばらき

第63号

2023.8.1

一般社団法人 茨城県介護老人保健施設協会



旧上岡小学校三宮尊徳像



昔の学校旧上岡小学校木造校舎教室風景



旧上岡小学校 (大子町)

目次 Contents

- 会長あいさつ・理事あいさつ 2.3
- 茨城県福祉部 長寿福祉課 課長あいさつ 3
- 各専門委員会 事業実績及び計画報告・新委員長あいさつ 4.5
- 特集 専門家によるレポート
栄養ケアは入所療養の要です！
栄養のエキスパートの栄養士は栄養ケアのチームリーダーとして活躍しましょう
つくば国際大学 医療保健学部 保健栄養学科長 **武部 久美子氏** 6.7
- 企画1 第30回研究発表会実績・開催後のアンケート結果報告 8.9
- 城南海さんからの『応援メッセージ』・お知らせ① 10
- お知らせ② 11
- 企画2 県内他団体のご紹介 アール医療福祉専門学校 (学校法人 筑波学園) 12.13
- スタッフからの一言 [そよかぜ・春秋園] 14
- 特別寄稿 歌手 **中 孝介さん**からのメッセージ 15
- 第2回 南国の島 奄美大島から届けられたお便りー風俗・営み・歴史
奄美市役所袖観光課 16.17
- 水戸事務局だより 18
- みんなの広場 [セントラル土浦・つねずみ・平成園・大宮フロイデハイム] ・ 編集後記 19
- 会員施設一覧 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

～歌に寄り添われて～

日頃より当協会へのご理解と温かなご支援をいただき誠にありがとうございます。また、各施設でご活躍されている職員の皆様、関係くださっている全ての方々に感謝申し上げます。

皆様におかれましては、いよいよ8か月後に迫った介護医療報酬同時改定に向けた準備や新型コロナウイルス感染症5類移行後の対応等でお忙しく過ごされているかと存じます。現時点での改定の骨子は社会補償費の再構築、新サービス・機能や利用者負担増加を含めた持続的拠出の構想などが言われています。

このうちの後者への対応は、感染持ち込みや拡大へのリスクとの共存が求められることで、ご苦勞を強いられていることと存じます。

さて、少しあいだが空きましたが、過日2月16日に開催されました第30回研究発表会には、県内他団体をはじめ、たくさんの方にご参加いただきました。改めてお礼申し上げます次第です。

本研究発表大会のプログラムでは、歌手の城南海さんが福祉イベントとしてコンサートを開催いただき心のこもった歌唱を披露してもらいました。たくさんの方の胸に響いた“歌”があったことは記憶に新しいところです。研究発表後のアンケートでも、「これまでに経験したことのない、感動的な時間をもらいました。」などの声が数多く寄せられました。

今号では、あらためて「歌の力」について思いを馳せてみたいと思います。

皆様も生きていくために必要なものを聞かれば、まず“衣食住やこれに伴う資金”などを思い浮かべる方がたくさんいらっしゃると思います。ですが、皆様はこれまでの人生を過ごしてきたなかで、「歌（旋律を含め）」の力を感じたことはありませんでしたでしょうか。

歌は衣食住と違い、生きる上では必須なものと思われることはそう多くはないと思います。

では、どうして、私たちの傍らで、寄り添うようにして生き続けてきてくれたのでしょうか。“歌”にごく近いものには、俳句や和歌、詩などがあります。

俳句は、目の前の情景や心情を映し出し、また、その土地やその人の辿った歴史まで浮かび上がらせる場合もあります。さらに物事の摂理や真理まで触れることになることを想えば、まるで哲学と似ているともいえるかもしれません。「歌」のなかには真実があることが、歌が人の傍らに寄り添い続けてきた理由の一つに数えても良いのではないのでしょうか。「歌」が一切ない世界を想像することは簡単なことではありませんね。

皆様もこれまで親しんできた歌や、心に残る歌の詩をじっくり覗いてみると、ひょっとしたら、そこに心理が隠れているのかもしれないですね。普段なにげなく聞いたり、身近にある「歌」には、人を包み込んだり、周りの方への愛情や敬意を紡ぎだす力のもとが在るのでしょうか。

今回も皆様の笑顔を想いながら勝手なことを書き連ねてしまいました。これからも少しでも皆様にエールが届けられたら幸いです。ありがとうございました。



理事あいさつ



すみれ

理事 石本 祐子

平成29年より理事の「すみれ」の石本祐子です。老健に関わり始めてから、17年過ぎています。コロナ感染症が、一番の経験です。

2022年8月末に2階フロアでクラスターが発生しました。利用者5名、スタッフ3名の感染でした。しかし発生二日目に家族感染の濃厚接触者となり自宅待機となりました。電話での報告、指示となりました。その後コロナ感染し、現場に出勤できないもどかしさ、不安、利用者の健康状況、スタッフの負担が心配でした。終息まで3週間要しました。この事を教訓にして対応していかなければと思っていました。第8波最中の昨年12月末に3階フロアでクラスターが発生しました。利用者38名、スタッフ15名の感染でした。急激に増える感染者の発生で日々ついていく事に必至でした。利用者の病状、健康状態、メンタル、それだけでなくスタッフの健康、メンタルも心配でした。いつでも対応できるようにずっと現場にいました。終息するまで4週間かかりました。またコロナ以外の急性疾患の入院

が困難であり、対応や医療について相談できる人もいなく悩みながらの日々でした。前回以上に辛い日々でした。この当時コロナが解明されなかった故の厳しい対策だったのかもしれませんが。もう2度と経験したくないです。

コロナウイルスの感染症法上の位置づけが5月8日から季節性インフルエンザと同じ「5類」に移行しました。外出制限はなくなり感染対策は個人に委ねられました。流行の把握も全数把握から指定された医療機関が1週間分の感染者をまとめて報告する定点把握となりました。コロナウイルスがだいぶ解明され、いろいろ緩和されましたが、高齢者施設でのリスクは変わらない状況です。またこの三年間流行しなかった感染症も流行し始めました。十分な知識をもって今後も対応していかなければと痛感しています。皆さんもいろいろご苦労されていると思います。今後も共に頑張っていきましょう。よろしく願いいたします。

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

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多大なご尽力を賜り、厚くお礼を申し上げます。

さて、5月8日から新型コロナウイルス感染症が感染症法上の5類感染症に移行され、一般的には、行政から一律に外出自粛や感染防止策等を要請することはなくなり、季節性インフルエンザと同様に個人の判断に委ねられることとなりました。

しかしながら、県としましては、介護老人保健施設等の高齢者施設における感染対策については、重症化リスクの高い高齢者の方が多く生活していることから、当面の間、継続してご対応いただきますようお願いしているところでございます。

各施設におかれましては、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引き続き維持していただきますようお願いいたします。

また、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、今年4月1日現在の高齢化率は30.7%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おり、今後、65歳以上人口は2043年の約3,950万人がピークと予測されております。その後も75歳以上の方が総人口に占める割合は増加し、医療や介護へのニーズはさらに増していくことが見込まれております。

このような中であって、介護老人保健施設は、医療機関と在宅とをつなぎ、「地域包括ケアシステム」において極めて重要な役割を担っているところでありますので、引き続き、システムが機能し、十分に効果を発揮できますよう、各施設のご協力をお願いいたします。

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、挨拶いたします。

各専門委員会 事業実績及び計画報告・新委員長あいさつ

職種別専門委員会

令和4年度実績（研修会他）

全 12 回開催 参加者 合計 698 名

項目	実施年月日	事業内容
看護・介護	令和4年7月6日（水） （第1回） ・参加者37施設92名	①リモート研修 講師：白石真由美 水戸赤十字病院 認定看護師 内容：新型コロナウイルス感染対策 臨床対策実技
	令和4年9月16日（金） ～11月25日（金） ・参加者8施設11名	②リモート セミナー（資格取得セミナー）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） 内容：介護福祉士国家試験対策講座 全6回シリーズ 提供サービス品質向上
	令和4年11月30日（水） （第2回） ・参加者18施設33名	③リモート研修 グループワーク 内容：コロナ渦での各施設の取組みについて（レクリエーション、食事などの対応対策）
支援相談員	令和4年6月17日（金） （第1回） ・参加者25施設45名	①リモート研修 グループワーク 内容：コロナ渦での施設の対策、LIFE 科学的介護について
	令和4年10月13日（木） （第2回） ・参加者36施設56名	②リモート研修 講師：栗林正彦 内容：支援相談員の抱えるリスクマネジメント
栄養	令和4年6月29日（水） （第1回） ・参加者41施設55名	①リモート研修 講師：明治製菓 深川史麻 岡本寛子 内容：栄養強化加算学会分類 2021LIFE の取組み・栄養ケアマネジメントの基礎、嚥下機能
	令和4年12月13日（火） （第2回） ・参加者35施設48名	②リモート研修【公益社団法人茨城県栄養士会との共同開催】 講師：つくば国際大学 保健栄養科学科長 武部久美子先生 内容：講義・管理栄養士業務への提言、事例解説等 ・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26施設45名	①リモート研修 講師：藤森結花（介護労働人材センター） 内容：接遇研修
	令和4年11月24日（木） （第2回） ・参加者16施設25名	②リモート研修 講師：松村 孝 弁護士 内容：施設の抱えるリスク管理
リハビリテーション	令和4年6月17日（金） （第1回） ・参加者117名	①リモート研修 講師：株式会社 RICO ND ソフトウエア 内容：LIFE フィードバック活用
	令和4年10月11日（火） （第2回） ・参加者113名	②リモート研修 講師：小林聖美 つくば国際大学准教授 PT 内容：家屋調査でリハ職が持つべき視点
	令和5年2月8日（水） （第3回） ・参加者58名	③リモート研修 講師：巻 直樹 （アール医療福祉専門職大学リハビリテーション学部理学療法学科） 生活期における合併症に対するリハビリテーション（研究発表含む）

令和5年度計画（研修会他）

全 13 回開催予定

項目	実施年月日	事業内容
看護・介護	7月26日（水）	①事故対策講座 ・褥瘡 / 転落防止（リモート）
	11月	②ターミナルケアと緩和ケア（リモートもしくは参集）
	8月18日（金）～	③介護福祉士国家試験対策講座セミナー（全8回）8/18～（リモート）
支援相談員	6月16日（金）済	①グループワーク（リモート）
	9月中旬～10月	②感情労働職のセルフケア、コミュニケーションスキル（リモートもしくは参集）
栄 養	6月21日（水）済	①褥瘡 / 経管 / 試食会（リモート）
	12月	②茨城県栄養士会と共催 研修内容は選定中（リモートもしくは参集）
事 務	7月28日（金）	①接遇（中堅職員向け）（参集 ザ・ヒロサワシティ会館）
	9月中旬～10月	②意見交換会（リモートもしくは参集）
	2月	③令和6年度介護報酬改訂について（リモートもしくは参集）
リハビリテーション	7月7日（金）済	①摂食嚥下障害に対するリハビリテーション（頭頸部癌患者を含め）（リモート）
	10月	②（仮）新しい老年学に基づいたリハビリテーション（リモートもしくは参集）
	2月	③（仮）エビデンスに基づく生活期リハビリテーション（リモートもしくは参集）

新委員長あいさつ



新看介委員長 足立 由香

今年度より看護介護専門委員会の委員長を務めさせて頂く、介護老人保健施設 涼風苑の足立由香です。不慣れで至らない事が多くあると思いますが、皆様のご協力を頂きながら精一杯努めていきたいと思っております。

新型コロナウイルスが2類から5類に変更になったとはいえ、高齢者施設では変わらず影響は大きいと思っております。今年度も引き続き ZOOM を使用したオンライン研修を開

催してまいります。

看護介護専門委員会では7月に㈱モルテン様のご協力により、事故対策研修を開催し、多くの方々にご参加していただきました。今後は、8月～11月（月2回、計8回）に介護福祉士国家試験対策講座、11月にターミナルケア研修を予定しています。研修ではグループワークの時間を多く取り、現場での問題点や改善方法等意見交換をする機会を作りたいと思っております。その研修で学んだことを日々の業務に活かしていただきたいと思いますので、多くの方のご参加をお待ちしております。



特集 専門家によるレポート

栄養ケアは入所療養の要です！

栄養のエキスパートの栄養士は栄養ケアのチームリーダーとして活躍しましょう

つくば国際大学

保健栄養学科 学科長

武部久美子 氏



◆**主な資格と学位**

管理栄養士 (25907号)
介護支援専門員 (0605号)
博士 (医学 北海道大学)

◆**プロフィール**

1983 年時計台病院栄養部
2006 年 4 月北海道大学大学院医学研究科修士課程修了
2013 年 4 月北海道大学大学院医学研究科博士学位取得
2006 年 4 月女子栄養大学栄養学部助教授
2010 年 4 月藤女子大学人間生活学部 食物栄養学科准教授
2017 年 4 月名寄市立大学保健福祉学部栄養学科教授

はじめに

令和 3 年度介護報酬改定で、栄養マネジメント加算は廃止となり、入所者への基本サービスの一環として栄養管理が必須事項として位置づけられました。さらに、栄養マネジメント強化加算 (11 単位 / 日) が新設され、入所者の栄養状態の維持および改善を図り、自立した日常生活が営むことができるよう、入所者の栄養管理を計画的に実施することが求められています。介護報酬が改定される毎に、栄養ケアへの加算が追加されていることは介護現場での栄養ケア介入が期待されている結果といえます。

効果的な栄養マネジメントを推進するためには

栄養マネジメント強化加算の算定要件は、医師、管理栄養士、看護師等が共同して作成した栄養ケア計画に従い、食事の観察 (ミーラウンド) を週 3 回以上行い、入所者ごとの栄養状態、嗜好等を踏まえた食事の調整等を実施することが求められています。従って、管理栄養士は医師、看護師、ケアワーカーおよびリハビリスタッフと連携したチームケアを実践していくことが求められています。各専門職種がチーム連携しての栄養サポートの実践は、医療現場に比較するとまだ十分とは言えないのが現状ではないでしょうか。

どの様にチーム連携を推進すべきか

私が病院管理栄養士として栄養サポートに関わってきた経過を振り返ると、喫食量の上がらない患者について担当看護師と相談、嚥下訓練実施中の患者の食形態について言語聴覚士と相談、抗がん剤治療中の低栄養の患者については薬剤師と相談していました。管理栄養士がコーディネートしながら、栄養ケアへの関心を高めていき、定期的な活動へとつなげていきました。施設においても、同様のことが実践できるのではないのでしょうか。栄養ケア実践のキーパーソンは管理栄養士であると思います。

施設における入所者へのチーム栄養ケアの実践に向けて

- ① 栄養スクリーニングから栄養ケアプラン作成へのシステムを確立し情報を共有する。
- ② 評価すべきポイントを整理する。ADL、体調の変化、認知機能、体重変化、食事摂取状況。
- ③ 入所者に日々接するケアワーカーとの情報交換を積極的に実施する。
- ④ 定期的に入所者の食事摂取状況をチームで確認 (ミーラウンド) し、栄養ケア上の課題を共有しケアプランを検討する。
- ⑤ 入所者の食嗜好や食事に対する希望を反映した栄養ケアを実践する。

MNA-SF を活用し、栄養状態の評価を共有 (資料①)

高齢者の栄養状態をスクリーニングするツールである MNA-SF は、A 食事量の減少、B 体重減少、C 自力歩行が可能か、D 肺炎など急性疾患の有無、E 認知機能の低下 F BMI について直近の 3 か月間の変化を読み取ることで栄養状態を評価します。各項目を分担して確認し、管理栄養士が取りまとめているのが現実的かと思います。

- A: 食事量の変化 (担当ケアワーカー)
日々の食事量の変化をケアワーカーが確認、食事量だけではなく咀嚼・嚥下機能の変化にも着目する。
- B: 体重の変化 (担当ケアワーカー)
入浴時に定期的に測定し現体重、体重の増減、BMI を記録する。
- C: 自力歩行が可能か (担当ケアワーカー)
自力歩行の様子、車椅子での座位の安定性、移動に関わる情報を整理する。
- D: 肺炎など急性疾患の有無 (担当看護師)
医師との連携、バイタルの管理、排便、脱水等の確認も
- E: 認知機能の低下 (担当ケアワーカー)
医師、看護師と連携しながら日々の変化をモニタリングしていく参考とする評価シート:
認知症高齢者の日常生活自立度 (資料②)

簡易栄養状態評価表		Nestlé Nutrition Institute	
Mini Nutritional Assessment-Short Form		MNA®	
氏名:			
性別:	年齢:	体重: kg	身長: cm
調査日:			
下の口欄に適切な数値を記入し、それらを加算してスクリーニング値を算出する。			
スクリーニング			
A 過去 3 ヶ月間で食欲不振、消化器系の問題、もしくは・嚥下困難などで食事量が減少しましたか?			
0 = 著しい食事量の減少			
1 = 中等度の食事量の減少			
2 = 食事量の減少なし	<input type="checkbox"/>		
B 過去 3 ヶ月間で体重の減少がありましたか?			
0 = 3 kg 以上の減少			
1 = 2 kg 以上の減少			
2 = 1~3 kg の減少			
3 = 体重減少なし	<input type="checkbox"/>		
C 自力で歩けますか?			
0 = 寝たきりまたは車椅子を常時使用			
1 = ベッドや車椅子を離れるが、歩いて歩行はできない			
2 = 自由に歩いて歩行できる	<input type="checkbox"/>		
D 過去 3 ヶ月間で精神的ストレスや急性疾患を経験しましたか?			
0 = はい			
2 = いいえ	<input type="checkbox"/>		
E 神経・精神的問題の有無			
0 = 頻度認知症を伴ううつ状態			
1 = 中程度の認知症			
2 = 軽度の認知症なし	<input type="checkbox"/>		
F1 BMI 体重(kg)÷[身長(m)] ²			
0 = BMI が 19 未満			
1 = BMI が 19 以上、21 未満			
2 = BMI が 21 以上、23 未満			
3 = BMI が 23 以上	<input type="checkbox"/>		
BMI が測定できない方は、F1 の代わりに F2 に回答してください。 BMI が測定できる方は、F1 のみに回答し、F2 には記入しないでください。			
F2 ふくらはぎの周囲長(cm) : CC			
0 = 31cm未満			
3 = 31cm以上	<input type="checkbox"/>		
スクリーニング値 (最大: 14ポイント)			
12-14 ポイント:	栄養状態良好		
8-11 ポイント:	低栄養のおそれあり (At risk)		
0-7 ポイント:	低栄養		

高齢者の栄養状態をスクリーニングするツール

A 食事摂取量の変化
B 体重減少
C 自力歩行
D 急性的ストレス、侵襲
E 認知症、うつ傾向
F BMI

各項目についてスコア化し栄養状態を評価 (最大 14 ポイント)

12-14 栄養状態良好
8-11 低栄養のおそれあり (at risk)
0-7 低栄養

F: BMI (担当ケアワーカー)

体重測定の際に BMI を評価し記録する。過去 3 か月間の変化をチェックする。

〔資料 2〕 認知症高齢者の生活自立度判定基準

ランク	判断基準	見られる症状・行動の例	判断にあたっての留意事項
I	何らかの認知症を有するが、日常生活は家庭内及び社会的にほぼ自立している。		在宅生活が基本であり、一人暮らしも可能である。相談、指導等を実施することにより、症状の改善や進行の阻止を図る。
II	日常生活に支障を来たすような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意していれば自立できる。		在宅生活が基本であるが、一人暮らしは困難な場合もあるため、日中の在宅サービスを利用することにより、在宅生活の支援と症状の改善及び進行の阻止を図る。
II a	家庭外で上記 II の状態がみられる。	たがび道に迷うほか、買い物や事務、金銭管理等それまでできたことにミスが目立つ等	
II b	家庭内でも上記 II の状態がみられる。	服薬管理ができない、電話の応対や訪問者との対応等一人で留守番ができない等	
III	日常生活に支障を来たすような症状・行動や意思疎通の困難さが見られ、介護を必要とする。		日常生活に支障を来たすような行動や意思疎通の困難さがランク II より重症となり、介護が必要となる状態である。「ときどき」とはどれくらいの頻度を指すかについては、症状・行動の種類等により異なるので一概には決められないが、一時も目を離せない状態ではない。
III a	日中を中心として上記 III の状態が見られる。	着替え、食事、排便、排泄が上手にできない、誤嚥がかかる。やたらに物を口に入れる、物を捨てる、徘徊、失禁、大声、奇声をあげる、火の不始末、不潔行為、性的異常行為等	在宅生活が基本であるが、一人暮らしは困難であるので、訪問指導や、夜間の利用も含めた在宅サービスを利用し、これらのサービスを組み合わせることによる在宅での対応を図る。
III b	夜間を中心として上記 III の状態が見られる。	ランク III a と同じ	
IV	日常生活に支障を来たすような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁に見られ、常に介護を必要とする。	ランク III と同じ	常に目を離すことができない状態である。症状・行動はランク III と同じであるが、頻度の違いにより区分される。
M	著しい精神症状や周辺症状あるいは重篤な身体疾患が見られ、専門医療を必要とする。	せん妄、妄想、興奮、自傷・他害等の精神症状や精神症状に起因する周辺症状が継続する状態等	家族の介護力等の在宅基盤の強弱により居宅サービスを利用しながら在宅サービスを受けるか、または特別養護老人ホーム・老人保健施設等の施設サービスを利用するかを選択する。施設サービスを選択する場合には、施設の特徴を踏まえた選択を行う。ランク I-IV と判定されていた高齢者が、精神病院や認知症専門病院を有する老人保健施設等での治療が必要になったり、重篤な身体疾患が見られ老人病院等での治療が必要となった状態である。専門医療機関を受診するよう勧める必要がある。



MNA-SFの活用

栄養スクリーニングは可能であれば毎月、少なくとも 3 か月毎に各担当者が評価し、各項目の結果を管理栄養士が集計しデータ管理します。入所者個々の経時的変化を評価し、各スタッフへフィードバックします。低栄養もしくは低栄養の恐れあり (at risk) と判定された入所者についてミールラウンド時にスタッフ間でケアプランの検討を行います。

MNA-SF を活用したチーム連携の実例

今回ご紹介した MNA-SF を用いた栄養評価について、特別養護老人ホームの管理栄養士と 2007 年から 12 年間共同研究してきました。MNA-SF 以外にバーセルインデックス (資料③) による ADL の評価および認知症高齢者の日常生活自立度についても評価して低栄養との関係性を検討しました。長期観察の結果、以下のことが明らかになりました。

① 3 か月ごとに MNA-SF の各項目を読み取ることで、ケアすべき課題が明確化されます。

② 入所者は身体状況が急変する前段階で顕著な体重減少を認めており、体重減少は予後予測指標として有用といえます。

特に体重減少と食事量の減少に着目し、ケアワーカーと共同で低栄養リスク要因を分析しケアを検討しました。認知機能の低下を認めるケースでは、食事時間の調整、食事場所の変更などを行いました。嚥下機能低下のケースでは、食形態の変更、食事量の調節や栄養補助食品の検討を行いました。ケアワーカーとの情報共有は、栄養状態改善につなげる鍵となります。適切な情報を得るためには、ケアワーカーに栄養ケアへの関心をもち、入所者の栄養状態の改善を図ることで ADL も改善し、介助負担の軽減につながるなど、栄養ケアの効果が実感できるとより協力的な関係が構築出来てきます。

管理栄養士がチーム栄養ケアのコーディネーターとして活躍します!

栄養介入により、肺炎など急性発症の予防、褥瘡の予防が可能となり、早期在宅復帰にもつながります。各専門職よりの栄養に関連する情報を取りまとめ、栄養状態をアセスメントして効果的な栄養ケアにつなげていくコーディネーターとして、管理栄養士の活躍が求められています。入所者様の快適な療養環境を維持するために、チームリーダーとして積極的に取り組んでいきましょう。

〔資料 3〕 パーセルインデックス (Barthel Index : 機能的評価)

	点数	質問内容	得点
1 食事	10 5 0	自立、自動具などの装置可、標準的時間内に食べ終える 部分介助 (たとえば、おかずを切って細かくしてもらう) 全介助	1人で食べられても、時間がかかり過ぎてしまうと「部分介助」 食べやすいよう食器の位置を変えたり、環境を整えたりする場合も「部分介助」
2 車椅子からベッドへの移動	15 10 5 0	自立、プレーキ、フットレストの操作も含む (非行自立も含む) 軽度の部分介助または監視を要する 坐ることは可能であるがほぼ全介助 全介助または不可能	ベッドの手すりをつかんで移乗している場合、見守りなく行えれば「自立」と判断 部分的にひげ剃りだけは介助を要するといった場合「部分介助」
3 整容	5 0	自立 (洗面、整髪、歯磨き、ひげ剃り) 部分介助または不可能	
4 トイレ動作	10 5 0	自立 (衣服の操作、後始末を含む、ポータブル便器などを使用している場合はその洗浄も含む) 部分介助、体を支える、衣服、後始末に介助を要する 全介助または不可能	手すりや補助具を使っていても完全に 1 人で行えれば「自立」と判定 杖を使用し 45 m 以上歩ける場合は「自立」と評価
5 入浴	5 0	自立 部分介助または不可能	車輪が付いている歩行器を使用していると「部分介助」
6 歩行	15 10 5 0	45 分以上の歩行、補装具 (車椅子、歩行器は除く) の使用の有無は問わず 45 分以上の介助歩行、歩行器の使用を含む 歩行不能の場合、車椅子にて 45 分以上の操作可能 上記以外	コルセットなど装具着装時に手伝いが必要な場合は部分介助で 5 点 看護師が座薬の使用を手伝う必要があるケースでは、「部分介助」
7 階段昇降	10 5 0	自立、手すりなどの使用の有無は問わない 介助または監視を要する 不能	常にオムツで排尿している状態は「全介助」と判定
8 着替え	10 5 0	自立、靴、ファスナー、装具の着脱を含む 部分介助、標準的な時間内、半分以上は自分で行える 上記以外	
9 排便コントロール	10 5 0	失禁なし、洗滌、坐薬の取り扱いも可能 ときに失禁あり、洗滌、坐薬の取り扱いに介助を要する者も含む 上記以外	
10 排尿コントロール	10 5 0	失禁なし、尿管の取り扱いも可能 ときに失禁あり、尿管の取り扱いに介助を要する者も含む 上記以外	

評価の目安
100 点 : 自立
85 点以下 : 介助量少ない
60 点以下 : 起居動作等介助を要す
40 点以下 : 介助量が多くほぼすべての項目に介助を要する
20 点以下 : 全介助レベル

企画 I

第30回研究発表会実績・開催後のアンケート結果報告

第30回研究発表会にご参加いただき、ありがとうございました。

3年ぶりの開催という点や、開催形式が変更になった点など、皆さまにはご面倒をおかけしてしまったかと思えます。皆様のご協力もあり、当日は大きなトラブル等発生することなく、無事に終えることが出来ました。皆様からいただいたアンケートについても、良かった、概ね良かった、という意見が大多数を占めており、事務局としても安心しております。

技術的な面で事務局側に不足している点がありましたので、その点は今後の課題として受け止めさせていただきます。今年度も研究発表会を開催する予定です。皆様にまたご協力をお願いする場面があると思いますが、今年度もよろしくお願いいたします。

①当日の日程

1. 日 時

令和5年2月16日（木） 9:15～17:00

2. 開催形式

ハイブリッド形式 【会場参集とリモート参加（Zoom）】

3. 開催場所

○現地会場：ザ・ヒロサワシティ会館
水戸市千波町東久保 697 TEL 029-241-1166

4. 日 程

○当日スケジュール

(1) 開会式 9:15～9:30

(2) 職員表彰式 9:30～9:50

(3) 基調講演 9:55～11:25

【未来に花咲く老健へ】

講師：医療法人大誠会 理事長 田中 志子先生

(4) 研究発表会 13:00～15:05

50 演題を2部構成にて発表

(5) 特別講演 13:30～15:00

【愛】 自己愛・家族愛・地球愛・そしてつながり

講師：石田 千恵子さん

(6) 福祉イベント 15:30～16:45

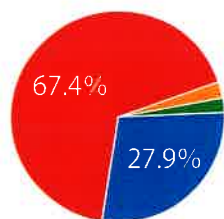
【歌手 城 南海さん コンサート】～エールのおくりもの

(7) 閉会



②開催後のアンケート結果

●ハイブリッドでの開催方法はいかがでしたか。（全体を通して）



●非常に良い

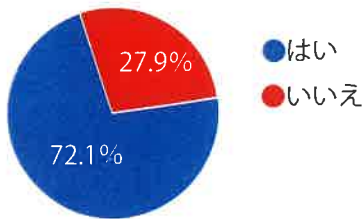
●良い

●あまり良くない

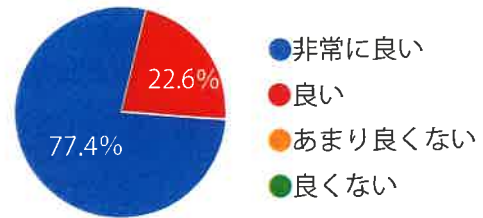
●良くない

- ・zoomでの参加でした。移動しないで色々な会場の発表を聞いて良かったです。現地に行ければ、追加で個別に聞けたりと、どちらにしてもメリットがあると思います。
- ・頑張っている施設の発表に刺激受けました。
- ・自施設の振り返りを行いながら、ケアの向上に取り組みたいと思います。
- ・各施設の取り組みをリアルに聴くことができ、とても参考になった。
- ・zoomを活用することで多くの施設が参加することができて良かった。zoomの接続についてはまだ参加者も不慣れなことがあるので、発表リハーサルなども取り入れ、スムーズな発表ができると良いと感じた。

●基調講演（田中志子氏）に参加されましたか

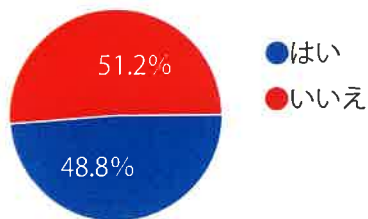


●基調講演はいかがでしたか

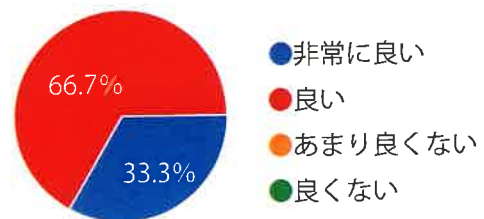


- ・これからも視野を広げていただき、自分にできるところ頑張ろうと思われました。
- ・お題目だけでなく、本当の意味で地域に根差したグループ運営と利用者本位の介護サービスを実践されているは素晴らしいと感服いたしました。
- ・噂には聞いていた法人の実際の取り組み等が聞いて良い刺激になりました。見学したいと思いました。
- ・自分の施設の事しか知らない為、他施設で行っているいろいろな取組を知ることができ、とても有意義な時間でした。
- ・zoom での参加がもう少しスムーズに進められるように事前の調整が必要だと思いました。

●特別講演（石田 千恵子氏）に参加されましたか

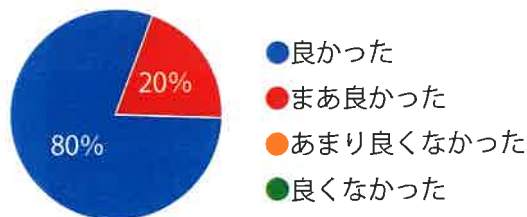


●特別講演（現地セミナー）はいかがでしたか。



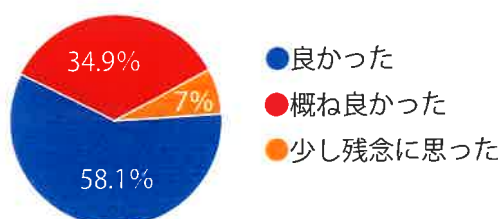
- ・新しく知識を入れられたことがよかったです。臨床業務に活かしたいです。
- ・人生に必要なことであったり、ご家族のお話が聞いて楽しかった。また、“石田さんちのお母さん”という知名度のある方のセミナーはセミナーを聞く前から興味を持ち、楽しみであった。
- ・貴重なお話が聞いて良かった。介護保険分野関係の方以外のお話しも新鮮で良い刺激となった。一般市民の方も聞きたい方が多かったのではないかと思います。
- ・今後の人生の為にになりました。機会があれば、また参加したいです。

●福祉イベント（城 南海さんコンサート）についてお伺いします。



- ・綺麗な歌声でした。イベントは発表が終わり安堵していたところでしたが、とても癒されました。
- ・経験したことのないほどの有意義な時間でした。またお願いしたいです。
- ・今研究発表会に非常に合うアーティストだったと思う。世代問わず楽しめたと思う。
- ・放映したが、おやつ時間と被ったりと施設で視聴する時間が短かったのがもったいないように感じる。14 時くらいだと今回の内容は生かされたようにも感じる。
- ・本格的なコンサートで感激しました。是非、来年もコンサートして欲しいです。

●研究発表会についてお伺いいたします。



- ・zoom の段取りがスムーズでなかった所もあり、特に zoom での発表者がうまく操作が出来ない方もいた。
- ・ハイブリッド開催は総じて良かったと感じる。会場での開催のみとなる参加に限りがあるが、zoom であったことで、多くの職員が参加出来た。こういった機会に他の施設の動向を知るいい機会だと改めて感じた。
- ・自分のいる施設の事しか知らない為、他施設で行っているいろいろな取組を知ることができ、とても有意義な時間でした。
- ・特別講演やライブもあり良かった。テーマも「愛」あってわかりやすかったです。



『わたし ^{きずき}城 ^{みなみ}南海は
茨城県老健協会のみなさんを
応援しています!』



■プロフィール
城 南海 (歌手)

平成元年 鹿児島県奄美大島生まれ。
奄美民謡「シマ唄」をルーツに持つシンガー。
2006年鹿児島市内でシマ唄の歌唱中にスカウト
2009年1月「アイツムギ」でデビュー。



お知らせ

お知らせ

1

★アンケートのご協力をお願いします★

次号64号の企画として、「各施設の物価高騰に対する様々な取り組みについて」アンケートを実施したいと考えています。みなさんの施設ではどのような取り組みを行っていますか?どんな取り組み・情報でも構いません。どんどん情報をお寄せいただき、情報の交換・共有ができればと思っています。実施時期は10月下旬から11月上旬頃を予定しています。ご協力の程よろしく願いいたします。



お知らせ
2

★一般社団法人茨城県介護福祉士会からののお知らせ★

一般社団法人茨城県介護福祉士会より学会のお知らせが届きました。2023年11月11日・12日に水戸市民会館にて行われます。資料を掲載いたしましたのでご参照いただければと思います。

公益社団法人日本介護福祉士のホームページにも詳細が掲載されていますので、合わせてご覧ください。



Japan Association of Certified Care Workers
公益社団法人 日本介護福祉士会
第30回 全国大会
第21回 日本介護学会 in いばらき

テーマ
介護新時代の MAKUAKE を
いばらきから ～考える 気づく つながる～

会期
11月11日(土)～12日(日)
会場
水戸市民会館

〒100-8581 東京都千代田区千代田1-1-1
TEL: 03-35372111 FAX: 03-35372110

公益社団法人日本介護福祉士会
第30回全国大会・第21回日本介護学会 in いばらき

ver. 2023.11.21



テーマ (仮) 「介護新時代の MAKUAKE をいばらきから」
～感じる 考える 気づく つながる～

主催/共催 公益社団法人日本介護福祉士会/日本介護学会/
一般社団法人茨城県介護福祉士会

期 日 令和5年11月11日(土)～12日(日)

会 場 水戸市民会館

参加費 会員/7,000円 一般/10,000円 学生/1,000円

茨城県奨励会員/8,500円

※別途会場費(会場費)100円(税込)がかかります。

参加対象 日本介護福祉士会会員、日本介護学会会員、社会福祉協議会・行政機関等の職員、介護福祉士養成校の学生及び教職員、介護・福祉・保健・医療関係者等及び一般の方

全体プログラム (予定)

1日 令和4年11月11日(土)	(全体会) 水戸市民会館 グローブスホール (大ホール 2,000席)
12:00～	受付2F 大ホール前(ブロックごと)ナクローク1F
13:00～13:30	開会式典 ＜主催者挨拶＞ ・及川 日本介護福祉士会会長 ・ 高木 茨城県介護福祉士会会長/日本介護福祉士会 代表理事 ＜来賓挨拶＞ ・ 友川 川柳 代表理事 ・ 茨城県医師会会長 (鈴木 会長)
13:30～14:00	行政説明 (厚生労働省：日介護監予定)
14:05～15:25	シンポジウム「医療介護連携推進の今、これからについて(仮)」 日本介護福祉士会 及川会長 (座長) 茨城県医師会 鈴木 会長 日本理学療法士協会 原 理事長 日本介護支援専門員協会 能本 常任理事 茨城県老人福祉施設協議会 木村 会長
15:40～16:40	基調講演(案)「新時代のつくり方」 野口啓代(あきよ)さん 龍ヶ崎出身スポーツクライマー 東京オリンピック2020 銅メダリスト ワールドカップ優勝は連年21冠を誇る、「日本クライミング界の女王」と呼ばれる、スポーツクライミングの新時代を築きあげた。
16:45～17:45	記念トークセッション(案) 『介護福祉士の未来(新時代)を考える(仮)』 真三中 眞沢さん(友情出演)、野口啓代さん、森久紀 司会：木村紗織氏 (IBS)
19:00～21:30	懇親会(ウエストヒルズ) 350名程度

2日目 令和4年11月12日(日)

受付: 9:00～ 2F 展示室ホワイエ/クローク スタジオ 201-203 (分科会) 3F 市民会館 第1: 大会棟 440席、第2: 中会議室 303+304(130席)、 第3: 中会議室 301(64席)、中会議室 302: モニター室 2F 展示室+ポスターセッション (展示室オープンギャラリー) *小会議室 305～308: 控室	
9:30～	ポスターセッション/発表会 40 受付+運搬 (展示室ホワイエ)
9:00～	受付/ポスターセッション開始
9:30～10:00	第1分科会 「認知症ケア」 議 長 (調停中)
10:00～10:30	第2分科会 「生産性向上」 議 長 (調停中)
10:30～11:00	第3分科会 「その他」 議 長 (調停中)
(全体会) 市民会館 大会棟	
12:15～12:45	閉会式典 次期副会長の挨拶/ポスターセッション 表彰式 (控室)
17:00	昼食 片付け/撤収終了

会場 水戸市民会館について
新館へのアクセスと旧館との関係について、会場内の施設案内、交通・建物の歴史を詳しく、お楽しみで頂けるシンポジウム、お楽しみ会などのイベントも開催予定です。P.10-005 茨城県会館の案内(1F)P.10-014 会場案内(1Fから約5分、徒歩1分)P.10-015 会場案内(2F)P.10-016 会場案内(3F)

【お知らせ】
2023年11月11日(土)～12日(日)に開催される「第30回全国大会・第21回日本介護学会 in いばらき」の開催地である水戸市民会館の概要についてお知らせいたします。本会館は、水戸市の中心部に位置し、歴史ある建物であり、また、最新の設備を備えています。大会期間中は、本会館の周辺には多くの観光名所や飲食店が営業しております。大会期間中は、本会館の周辺には多くの観光名所や飲食店が営業しております。大会期間中は、本会館の周辺には多くの観光名所や飲食店が営業しております。

【会場案内】
本会館は、水戸市の中心部に位置し、歴史ある建物であり、また、最新の設備を備えています。大会期間中は、本会館の周辺には多くの観光名所や飲食店が営業しております。大会期間中は、本会館の周辺には多くの観光名所や飲食店が営業しております。大会期間中は、本会館の周辺には多くの観光名所や飲食店が営業しております。

企画2

県内他団体のご紹介

アール医療福祉専門学校 (学校法人筑波学園)

チーム医療の担い手として、地域社会を支える医療・福祉の専門職を育てます。



病院施設において、いち早く患者様を社会復帰させることを目的とし、様々な医療・福祉分野の専門家が連携し、スピーディーかつ最も適した最新の治療にあたっていくことを、「チーム医療」と呼んでいます。こうした中では、自己分野の専門知識の向上だけでなく、幅広い知識と教養、コミュニケーション能力が、現場では求められています。

アール医療福祉専門学校では、経験豊富な講師陣と実習中心のカリキュラム、そして長年における医療・福祉業界との太いパイプが安定した実績を生み出し、地域に貢献できる人材を輩出しています。



●介護福祉学科のご紹介

介護福祉学科 / 昼間 / 2年制定員 / 40名

リハビリテーション介護に力を入れ、日常生活介助から“心のケア”まで生活の中に笑顔をもたらす介護のプロを育てます。

介護の仕事は、食事・入浴・排泄等の介助から心のケアまで多岐にわたっています。介護のプロには幅広い知識や技術だけでなく、相手の気持ちを思いやり、よく理解することが大変重要です。本学科では基礎教養に加えて、様々な実習や体験を通して「心」の理解に力を入れています。人々の生活の中に笑顔と感動をもたらす支援のできる人材、介護のプロを育てます。

●多職種連携の授業

北関東初の専門職大学 2022年開学アール医療専門職大学
リハビリテーション学部 (理学療法学科・作業療法学科)

大学との連携で

リハビリのプロフェッショナルから学ぶ

アールには時代のニーズに応じた多くの学科が存在しており、その環境を生かし在学中に他職種の業務内容を知る機会を授業として実施しています。医療事務学科においては介護の現場を知る機会を、看護学科や介護福祉学科においてリハビリを学ぶ機会を設け、卒業後の現場を在学中にイメージできる環境を整えています。



●多様な実習で寄り添う心を育てます



アールのゆずれないポリシーのひとつに、「リアルな現場で今を学ぶ」ということがあります。根拠に基づいた介護を行う上で机上や現場で学ぶ大切なことありますが、それ以上に直接利用者様と接する中で寄り添う心を育てています。当学科では特別養護老人ホームや地域密着型サービスといった多様な施設での実習ほか、障がい者支援施設でも交流会を実施し、それぞれの特性を把握しながら仕事の流れや実際の技術・職場のマナー等を体得しています。実習以外にも、施設交流会や地域のイベント・ボランティアへの参加を通じて成長の機会も多く、アール生が高く評価されているポイントとなっています。

●「アール」の地域貢献・土浦市健康まつり

「土浦市健康まつり」では高齢者と直接対話しふれあう中で実践力を育む

病気や健康に関する相談や様々な測定・体験ができ、地域の高齢者や子供たちでにぎわう土浦市のイベント。毎年学生が手もみを実施するなど、実践から介護に必要な技術と心を得ています。



●クラブ活動

施設交流会の場においてコミュニケーションのひとつの手段として「クラブ活動」を実施授業内で実施している「音楽（ハンドベル&合唱）」「よさこいソーラン」「演劇」の3つのクラブ活動を実際の介護福祉施設の利用者様の前で披露し、目指す職場の体験と共に高齢者とのコミュニケーションの機会を創出しています。



●アールの介護福祉学科ではリハビリテーション介護を学ぶことができます

理学・作業療法学科を有する本校には、介護の一環として注目されるリハビリを学ぶ環境があります。理学療法学科の教員から、理学療法に基づいた効率的なトランスなどを体得していきます。



●多様な介護の現場で役立つ知識
技術を様々な実践経験を通じて体得します

多様化する施設に対応し、どの現場でも高い実践力と共に活躍できるよう居宅介護を意識した調理実習やデイサービス等でも役立つレクリエーションの提供方法、さらにはケアマネージャーや施設長への成長も視野に、事例研究発表を通じたプレゼン能力の向上など、様々な機会を通じ学生の成長を促しています。



●先生の紹介です

介護福祉学科長 早川 美恵子先生

国家試験合格を目標に、社会人基礎力も備えた人材を育成します。

アールでは、専門性の高いエキスパートとして日本人のみならず留学生の“介護福祉士”も養成しています。国家試験合格率も常に高い数字をキープし続けています。

また、こうした知識面のほか、挨拶や環境整備の実践にも力を入れています。クラブ活動や「手もみ」等の経験により、認知症の方々への精神的なサポートもできる「人間力」を体得できるよう指導しています。介護の現場でリーダーとして活躍でき、明るく笑顔で介護ができる人材と県内外から高い評価をいただいております。



●卒業生からいただいたコメント

オープンキャンパスでの先生方の明るい雰囲気、充実した授業内容などに魅力を感じ、入学を決めました。特に国家試験に向けての対策ではポイントをその都度ピックアップし、自分なりの勉強法を見つけ出し集中して取り組むことができます。また分からないところは先生方から丁寧なアドバイスがもらえるのでとても安心できます。就職活動のサポートも手厚いです。私自身成長できたのは先生方のおかげです。アールで学んだことを日々の業務に生かし、これからも仕事に励んでいきます。



新型コロナと向きあった 柔軟なサービスを目指して

介護老人保健施設 そよかせ

介護福祉士 高本 優

茨城県南部に位置する谷田部町は、桜川と小貝川に挟まれ高低差のない平坦な地形で、徳川時代には谷田部藩の城下町として繁栄し、谷田部の中心部は商業地域でした。この地域に、病院併設型の介護老人保健施設そよかせは、平成8年に開設され27年目を迎えました。

当施設は入所定員100名、通所リハビリテーション（デイケア）定員40名、訪問リハビリテーション事業を運営しています。

当施設も、コロナ禍のなか感染対策から沢山の楽しいイベントを制限せざるを得ない厳しい状況となりました。

私はデイケアご利用者の笑顔が見たい思いを強く持ち、改めて安心してご利用して頂ける環境を考える事となりました。ご利用者の今の思いを改めてお伺いすると「デイケア利用日以外は外出の機会がもてない」「自宅で快適に過



ごしたいからリハビリに通っている」などの声が聞かれました。デイケア利用日が唯一の社会参加になっている現実を知り、最適なサービスを提供する為にご利用者に寄り添い様々なニーズを確認していきました。試行錯誤する状況ではありましたが、私自身もご利用者様に関わる事にやりがいを感じています。

今の日本を支えてきた高齢者には辛い体験があります。それでも、私たちには笑顔を見せたいです。介護の仕事は人が人を支えるのだと感じています。

今後もコロナと共存し、ご利用者の個々のニーズに柔軟に対応し、満足していただけるサービス提供ができるよう努めてまいります。



介護老人保健施設 春秋園

言語聴覚士 川邊 崇史

アプリを活用し生活に還元

同法人の病院で、言語聴覚士（以下ST）として15年間、臨床現場に携わり患者様の退院後の生活とそこに携わるリハビリの必要性に興味を持つようになりました。

4年前に当施設に異動し、脳の疾患や病気の進行、筋力低下など様々な病気を抱えながら生活を送られている利用者様に対して『誤嚥性肺炎の予防と安定した食事の提供』『他者とのコミュニケーションの充実を図る』事を目標に掲げ、介入しています。

入職時と比べリハビリも時代と共に変化し、IT技術の発展に伴いリハビリ評価や訓練として活用できるアプリが作られるなど内容や手技も充実してきました。



当施設でも、嚥下評価や筋力維持・向上を目的としたアプリを活用し誤嚥性肺炎の予防に努め安定した食事を提供しています。また、言葉がスムーズに出ない、言語理解に不自由を感じている利用者様に、対してもイラストや文字を用いたトレーニングのアプリを活用しています。最近では、自主訓練でもアプリを活用しており、徐々にではありますが、利用者様の間にも浸透し始めてきました。

利用者様が、日常生活を送る中で抱えている問題点や訓練方法の手技の1つとして、IT技術を活用し提供することは、これからの時代において必要な事だと思います。今後もIT化を進め利用者様の生活に還元していきたいと思っております。

特別寄稿

歌手 中 孝介さんからのメッセージ



プロフィール

中 孝介（あたりこうすけ）

鹿児島県奄美大島出身、在住。独学でシマ唄を始める。2006年メジャーデビュー。2007年に「花」をリリースしロングヒットを記録。

「もっと日本。」プロジェクトのもと、世界遺産でのコンサートを実施。

デビュー当時よりアジア圏でも勢力的に活動しており、台湾・中国で単独ツアーを成功させた他、映画にも出演。その声は、『地上で、もっとも優しい歌声』と称され、日本国内だけでなく、中国～アジア全域でも活動の幅を広げている。

奄美大島で生まれ育ち幼い頃から音楽が好きでした。

大人になって歌手になりたいとかそういうことは全く考えておらず、幼少期に二つ上の姉がピアノを習っており、姉が弾く曲を覚えて自己流ながら自分の耳を頼りに音をたどりつつ弾く事が好きでした。

小学校では吹奏楽部でとにかく色々な管楽器を演奏する事に夢中で、当時は歌うことより楽器を演奏する事の方が好きでした。

自宅と小学校の通り道に祖母宅があり、学校帰りはよく祖母宅に寄って帰宅していたのですが、その頃祖母は奄美大島の伝統工芸品でもある大島紬を織っていて機織りの音と側にある親子ラジオから聴こえてくる奄美大島のシマ唄と機織りをしながらたまに合わせて口ずさむ祖母の声を聴きながらうとうとするのが何とも心地良かったのを覚えています。

高校に入りとあるコンサートを聴きに行くと当時高校3年生だった同郷の先輩元ちとせさんがゲスト出演し、そのシマ唄を生で聴き同世代の人の物凄い唄の表現と、まだ16歳ながらも幼い頃の思い出が何とも懐かしく愛おしく感じられ衝撃を受け、シマ唄に強く興味を持つようになりました。

そこからシマ唄を学んでいくうちにその魅力にどんどん惹かれ、そうする中で唄う事への喜びを感じる様になり歌手になりたいと思う様になって行き、その思いが実って今日に至ります。

幼い頃に聴いた祖母の織る機織りの音と時折口ずさむ子守唄の響きはこれからも奄美大島のシマ唄の唄い手として、歌手として大切に心の中で響かせていきたいと思います。

その祖母はこの4月で97歳。

まだまだ元気でいて欲しいです。



茨城県介護老人保健施設協会の会員施設のみなさま、「うがみんしょうらん（こんにちは）」鹿児島県奄美市紬観光課です。

この度は前号 62 号（2/1 発行）に続きまして、第 2 回目を寄稿させて頂くことになりました。

前回では、南国奄美の自然をお届けしましたが、今回は、奄美の文化と人々の暮らしにスポットをあてました。みなさまに、より奄美の良さが届けられていれば幸いです。どうぞ宜しくお願いいたします。

奄美の文化

▼生活の文化

奄美の文化は、鹿児島の大和文化、沖縄の琉球文化の狭間にあって、奄美の複雑な歴史の流れの中で生まれそれぞれの文化の枠を超えた独特の特徴を備えています。奄美では、生活の文化が脈々と生きています。昔ながらの風景が残り穏やかな時間が流れる長寿の島であります。奄美に限らず、文化というのは人々の暮らしの中で育まれてきたものです。ここ奄美では、そういった当たり前のことを、近所のおじいちゃんやおばあちゃんとの語らいから教えられ、感じることができます。島外の方が奄美に来て「初めてなのに懐かしい」と思われるのは、生活文化が実用として継承されているからかもしれません。しかし、高齢化や集落の過疎化が進むにつれ、奄美の文化も博物館や人々の記憶にしか残っていないものが増えつつあります。いつの間にか消えてしまう前に、奄美の貴重な文化を記録・保存し、若い人たちに伝承していくことがこれからの課題であります。

▼暮らしを伝える唄

奄美の宴や祭りには、何とんでも島唄が欠かせません。人が集まればたいていは三味線を弾ける人がいてどこからともなく唄が始まります。昔から、島唄は奄美の人たちの生活の一部でした。その歌詞の内容も、教訓唄や恋歌、労働歌、祝唄、八月唄など様々です。奄美の島唄の特徴は、掛け合いあること。参加型の唄遊びが基本であって、居合わせた人が一節ずつ歌い継いだり、相手の歌詞を聞いて即興で歌詞を作って応じたりする方もあります。とっさに歌詞が作れる機転のきく人、色々な歌詞を知っている人は、知恵がたくさんあるという尊敬を込めて唄者と呼ばれます。また、裏声を用いるという独特の歌唱法も特徴的です。

奄美の島唄は島の北部の地域であるカサン（笠利）唄と南部の地域であるヒギヤ（東）唄の二つに大別されます。同じ「朝花節」という島唄でも、カサン唄は抑揚が少なく、ヒギヤ唄では抑揚が大きく歌われるというのが特徴であり、島外の方が聞くと、全く別に唄に聞こえてしまうほどです。

島唄はシマ（集落）の唄ともいわれていて、集落によって歌詞や節回しが異なります。人々がどんな風に暮らしてきたか、何を大事にしてきたかなど、人々の生活や思いを反映した歌詞が多くあります。今はもう見ることのできない「稲すり（稲の脱穀）」や「糸繰り」を唄ったものなど、唄の中で伝えられている風景がある一方で、親や先祖を大事に思う気持ちは今も受け継がれています。

奄美には「唄半学」という言葉があります。これは、島唄の歌詞をたくさん知っていることは、人生で大事なことの半分は学んでいるという意味です。このようなことから、島唄は奄美の人にとっての生活の一部であり、古くから伝わる大切な文化であります。

本土で行われている民謡大賞等で、奄美出身の唄者が大賞を受賞するなど活躍の場を広げ、島内でも毎年行われている民謡大賞には十代から年長者の幅広い年齢層の方が多く参加し賑わっております。唄者のみならず、奄美出身の歌手がメジャーデビューする例も多く、その活躍は奄美に住んでいる人はもちろん、島を離れている出身者にも大変喜ばれております。

昔は、島唄ばかりしている人は遊び人と言われていましたが、今は、島唄を知り、歌詞を知ることによって昔の奄美の人たちの暮らしや人々の思い、気持ちを学ぶことを若い世代の人たちに受け継いでいき、この奄美独特の貴重な文化を守り続けていきたいものであります。

▼祭りと集落行事の文化

奄美では集落単位で行われる古くからの伝統行事の祭りに加え、島内の市町村主催の祭り、民間などが行うイベントなどが盛んで、一年を通して催しものが行われております。

中でも集落の祭りに欠かせない「八月踊り」は古くから受け継がれてきた伝統的な踊りです。かつては、稲作作業が一段落すると旧暦八月を「ミハチガツ」と呼んで年の節目としていました。ミハチガツには、アラセツ・シバサシ・ドゥンガといった稲作に関わる行事があり、その中で八月踊りを踊っておりました。現在でも、このミハチガツの時期になると、集落から太鼓の音や楽しそうな唄声が聞こえてきます。



八月踊り



しよどん
諸鈍シバヤ

また、旧暦九月九日の行われる瀬戸内町加計呂麻諸鈍の諸鈍シバヤ（国指定重要無形民俗文化財）は五穀豊穰を願うお祭りがあり、その他に奄美南部を中心に各集落単位で豊年祭が行われ豊年相撲や八月踊りなどで賑わい奄美大島北部では、旧暦九月～十月庚申日に「種下ろし」と呼ばれる豊年祈願の行事が行われ、八月踊りで賑わいます。

夏から秋にかけて奄美では、このような集落行事から、市町村主催のお祭りまでイベントが多く観光客や帰省客なども集まり島全体が盛り上がります。今年は4年ぶりに8/3～8/6にかけて奄美まつりが開催される予定であり、欠かせないプログラムとして舟こぎ舟こぎ競争があります。約150チームあまりのチームが参加し、奄美大島で大正時代に考案された「アイノコ」という木造船を使用しレースにおいて島内のナンバーワンを決定します。現在、この奄美大島で「アイノコ」という伝統的な舟を作ることでできる船大工は一人であり、受け継いできた技術伝統を守り続けるためにも、後継者の育成にも取り組んでいるところであります。



奄美まつり（奄美伝統の木造船「アイノコ」を使用した舟こぎ大会）



奄美まつり（奄美に生息するハブをモチーフにしたハブ隊パレードの様子）



豊年祭相撲

奄美では、集落の高齢化、過疎化などが進んでいますが、このような集落行事や祭りによって地域の活性になることも期待しており、老若男女問わずにみんなで一緒に楽しむという奄美の人たちの温かさ、人間力を感じることができます。

水戸事務局だより

水戸事務局 おすすめスポット

『茨城ってやっぱりいい!』

水戸事務局が 茨城県の気になるスポットをご紹介します。今回は心と体に優しいお食事と、丁寧に淹れていただく珈琲でほっとできる、そんなお店をご紹介します(^_^)



水戸事務局

水戸市千波町、セキショウ・ウェルビーイング福祉会館(旧茨城県総合福祉会館)の3Fに平成23年8月より茨城県介護老人保健施設協会の新事務局として始動。平成園事務局を経て、令和3年4月より、かすみがうら事務局と共に、主に各専門委員会の研修案内、機関紙発行、研究発表会開催などに関わる業務を行っています。

☎310-0851
水戸市千波町1918 セキショウ・ウェルビーイング福祉会館3F
Tel:029-291-5376 Fax:029-291-6057
Mail : i-roken@intio.or.jp

Map



Hako Cafe kome-Hana

発酵カフェ コメハナ

みそ製造一級技能士が作る発酵食品でこころとからだはほっと落ち着く、お家で過ごすような優しい Cafe

こちらのお店では、みそ製造一級技能士のオーナーが作る、醤油、味噌、塩麹等の発酵食品を使用した身体に優しいお食事、スイーツ、ドリンクがいただけます。発酵食品は食品のうま味を引き出し、食材の栄養価を高めたり、免疫力 UP、美容効果などが期待できます。そんな発酵食品が美味しかったっぴりいただけます。お食事のあとお家でくつろぐようにゆっくり過ごせるよう、料金は前払い制。

また、11:00～18:00 (L.O17:00)の間ならいつでもお食事タイムです。メニューは発酵プレートランチ、ワンポウルランチ、ブレッドランチ、その他に発酵スイーツや発酵ドリンクなど。この日は海老とプロッコリーの塩麹炒めの発酵プレートランチをいただきました。サラダ、ディップ付きのクラッカー、スープ、グラノーラが乗ったヨーグルトがセットで色とりどり♪。お米はもち麦入りで、ぶりぶりの海老もゴロゴロ入っていて、ほん

とに美味しい!大満足でした。メニューは、オーナーの気まぐれで変わるので、毎回どんなお食事がいただけるのが楽しみです。お客様への優しさが伝わってくる温かなお店です。ぜひ足を運んでみてください。



☎310-0836 水戸市元吉田町 1012-34
Tel : 029-388-0388
営業時間 11:00～18:00 (L.O 17:00)
【定休日】水曜日・木曜日

やさしい甘さの甘酒スムージーとお酢ドリンク



ABIKA COFFEE

アビカコーヒー 水戸店

珈琲好きにはたまらないサイフォン式珈琲と、高級食パンと茨城県名産品を使用したフードメニューで幸せ時間

こちらのお店は、ガス式のサイフォンで淹れる希少性の高い「スペシャルティコーヒー」と、お隣の食パン専門店寄木の高級食パンで、茨城県産の食材をたっぷりと挟んだサンドイッチがいただけるカフェ。その他、大盛の具材が乗ったトーストや、奥久慈卵を使ったプリンもいただけます。ガスの灯りと共に丁寧に淹れていただくのを眺めている時間も、ほっとできる癒しの時間です。テイクアウトもできますが、この日はイートイン。居心地のいい空間で、まずコーヒーをいただきます。豊かな香りと、苦みがマイルドで柔らかな味わいがふわっと広がりました。続いて、サンドイッチ。ふんわりもちっとした食パンは、噛むと甘味が広がり、ボリュームたっぷりの具材で食べ応えがあります。思わずおいしいー!と言葉が漏れるくらいおいしい…!ショー



ケースにきれいに並べられたサンドイッチはどれも魅力的で、価格は380円～480円ほど。また次回が楽しみです。スタッフの方の笑顔に癒され、つい長居したくなる素敵なカフェです。癒しのひとときをお過ごしに、ぜひ行ってみてください。



スペシャルティコーヒー
アボカドとジャコビナスサンド
茨城産レンコンサラダサンド
奥久慈卵の自家製プリン

☎310-0836
水戸市元吉田町 1057-3 ルドルフ 1F
Tel : 029-350-1347
営業時間 10:00～18:00
【定休日】なし



平成園

(古河市)



●●朝顔

入所フロアーでは夏に向けて大きな作品作りを行ないました。「この色はこっちのほうが良いね」「葉っぱの向きはこっちだよ」など利用者様同士で協力し合い、華やかな作品に仕上がりました。ベランダの植木鉢より一足早くフロアーにたくさんの朝顔が咲いています。

大宮フロイデハイム

(常陸大宮市)



●ブロック折り紙

長方形にカットした折り紙を重ねて作りました。マイメロは約600枚・アマビエは約250枚使用し、細かい作業ですが、指先を使う事によって認知症予防にもつながっています。

出来上がりを見て、皆さん「いやあ～良くできたねえ～可愛いねえ～」と、完成に時間がかかった分、とても喜ばれていました。

みんなの広場

つねずみ

(水戸市)



●おやつレクリエーション

ご利用者様と一緒に『シュワシュワ フルーツポンチ』を作りました！参加の皆様はフルーツを切っていただき、シュワシュワなサイダーと合わせて楽しさを演出しました！おやつレクは老若男女問わずとっても楽しいイベントですね！

セントラル土浦

(土浦市)



●紫峰の山と向日葵と

当通所リハビリの利用者様25名と大きな壁画に取り組みました。

ちぎり絵とお花の作業は素材を変化させ、どの指先を使って行かを意識し、リハビリや脳トレを目的として創作しました。最初は話をしながら行っていたが、気が付くと皆さん黙々と取り組まれ、あまりの静けさに笑いが起きるほどの集中力でした。出来上がりの作品を見て、大きな歓声が上がりました。皆様、この向日葵のような笑顔となりました。

— 編集後記 —



○今号の表紙は、大子町に今でも残る旧上岡小学校の初秋の風景です。一緒に写る二宮尊徳像と教室とともにノスタルジックな佇まいから、度々テレビ等に登場しています。(1879年創立、1911年移転、2001年廃校)

○トピックスは、歌手 中孝介さんのメッセージ、2月に行われた研究発表会レポート、第2回目奄美大島から届けられたお便り、そのほかが掲載されています。ゆっくりとお読みいただければ幸いです。

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
 橋本 有
 編集／鹿野苑 市原 健一
 つくばリハビリテーションセンター 岩瀬 剛
 ウイケア 瀧 慶治
 ひだまり倶楽部



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

印刷／株式会社横山印刷

茨城県介護老人保健施設協会 会員施設一覧

番号	施設名	所在地	電話番号	番号	施設名	所在地	電話番号
県北地区	1 おはよう館	北茨城市磯原町磯原字前大沢1919-4	0293-44-0088	県南地区	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	坂東市雀掛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	常陸太田市田渡町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 田尻ヶ丘ヘルシーケア	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
県東地区	1 サンフラワー東海	那珂郡東海村舟石川689-4	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	ひたちなか市岡字ヶ浦町字原1406-1	029-265-8711	17 けやきの舎	古河市仁連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	ひたちなか市野野町1-3-20	029-271-1750	20 プレミエール元気館筑西	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 シルバーケア土浦	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	土浦市古柳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 ごすもぴあ	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	つくば市上横場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」	つくば市大字神郡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 つねずみ	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	稲敷郡美浦村宮地678	029-885-5522	
16 エバグリーン	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	稲敷郡阿見町若栗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 スーペリア360	稲敷郡阿見町荒川本郷2033-508	029-830-5300		
18 おおあらい	東茨城郡大洗町大員町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	龍ヶ崎市貝原塚町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 シルバービレッジ	笠間市南小泉977-1	0296-78-2211	17 はあとぴあ	取手市井野253	0297-74-3335		
23 笠間シルバーケアセンター・パル	笠間市来栖255-1	0296-70-1185	18 けんちの苑北海道	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	龍ヶ崎市若菜町字沖餅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 プレミエール元気館	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		
県西地区	1 鹿 野 苑	鹿嶋市宮津台188-17	0299-83-7311	23 いなしきの郷	稲敷市佐原組新田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	稲敷市狸穴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 フロントピア鋒田春の場所	鋒田市柏原985-1	0291-32-5408	26 ネオテラス宗仁会	取手市岡1493	0297-85-8341	
	5 リビトハウス北浦	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	小美玉市橋場美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 ビオラセア	龍ヶ崎市宇野原1360-1	0297-85-5111	
	9 コミュニティケアセンター-桜山	鋒田市桜山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12951-1	0299-56-2533				
	14 小美玉敬愛の杜	小美玉市中台148	0299-56-5181				

