

自分らしくこの街で生きるあなたと光照苑を結ぶ

# ふれあい通信

江戸川光照苑



## 29年夏号

ふれあい通信77号

# 特集

## これからの高齢者施策

### 介護保険法等の一部を

### 改正する法律案

介護保険関連法の改正案が4月18日、衆議院を通過し、第193回国会において可決されました。その後5月26日の参議院本会議で、成立いたしました。ここでは、ポイントをご紹介します。

(厚生労働省ホームページより)

#### 【改正案の目的】

高齢者の自立支援と要介護状態の重度化防止、地域共生社会の実現を図るとともに、制度の持続可能性を確保することに配慮し、サービスを必要とする方に必要なサービスが提供されるようにする。

#### 【改正案の5つのポイント】

##### I 地域包括ケアシステムの深化・推進

- 1 自立支援・重度化防止に向けた保険者機能の強化

区が作成する介護保険事業支援計画に介護予防・重度化防止等の取組内容と目標を記載

- 2 医療・介護の連携の推進等

日常的な医学管理や看取り・ターミナル等の機能と生活施設としての機能を兼ね備えた新たな介護保険施設の創設

- 3 地域共生社会の実現に向けた取組の推進等

介護保険と障害福祉制度に新たな共生型サービスを位置づける

##### II 介護保険制度の持続可能性の確保

- 4 二割負担者のうち特に所得の高い層の負担割合を三割とする  
(平成30年8月より)

(平成30年8月より)

- 5 介護納付金への総報酬割の導入  
(平成29年8月より段階的に導入)

各医療保険者が納付する介護納付金(四十歳〜六四歳の保険料)について、被用者保険間では「総報酬割」(報酬額に比例した負担)とする。

#### 【改正時期】

平成三十年年度

今後も平成30年度の介護保険改正に関して注視しつつ、また情報提供していきたいと思えます。

「花見」

上小岩親水緑道の桜を眺ながらの散歩を楽しんで頂きました。

職員の手が足りないこともあり、夜勤明けの職員が時間を見つけてお連れするなど、短い時間でしたが、満開の桜にご利用者は感慨深げでした。



「園児とのふれあい」

4月28日に北小岩おひさま保育園の園児たちが、手作りの誕生日メダルを届けに当苑に来てくれました。

園児たちの笑顔と元気いっぱいの様子にご利用者も元気をもらい、明るい笑いが広がりました。



「介護用品について」

1F・2Fに各1台ずつ新しい昇降タイプのテーブルを購入しました。

ご利用者の目線に合わせて高さを調整できるため、食事やおやつなど召し上がりやすくなっています。



3Fには超低床タイプのベッドを1台サンプルとして取り入れ、ご利用者・職員共に安全に過ごせるようになっています。

介護用品も日進月歩のため、ご利用者様により安全に快適に過ごしていただけるよう、これからも取り入れていければと思っています。

目次

- ② …… ●特集  
「これからの高齢者施策」
  - ③ …… ●巡る♪季節の中で  
●日々の暮らしの中で
  - ④ …… ●通いの「ふれあい」  
和気あいあい
  - ⑤ …… ●やすらぎ「くつろぎ」  
明るい笑顔
  - ⑥ …… ●ボランティア通信  
●人「財」育成
  - ⑦ …… ●おしえてケアマネさん  
●あたまの体操
  - ⑧ …… ●地域の窓
  - ⑨ …… ●あんしんの生活
  - ⑩ …… ●交流の種  
●運動の種  
●食事の種
  - ⑩ …… ●事故等報告
  - ⑪ …… ●ボランティア芳名  
●行事等予定表  
●クロスワード解答
  - ⑫ …… ●管理栄養士の一口メモ  
●お食事レシピ
- 編集後記



かよいの

『ふれあい』

和気あいあい



## 「バラ見学」

五月の連休明けから、葛飾区奥戸の「奥戸フラワーパーク」でバラ見学を行いました。



赤・黄色・紫・真紅等：色とりどりのバラが満開で、甘い香りが園内に広がっていました。『宇宙で咲いたバラ』というのもあり、ご利用者と『宇宙旅行に行けたらいいね』と会話も弾みました。



晴天の日が多かったのですが生憎のお天気で車内から眺めた日もありました。雨露に濡れているバラもみずみずしくて綺麗でした。

## 社会福祉法人 光照園 江戸川光照苑

みなさんの笑顔のために、最高品質のサービスを提供します

〒133-0051 東京都江戸川区北小岩5-7-2

(代表) TEL03-5668-0051 FAX03-5668-0052

(地域包括支援センター) TEL03-5612-7193 FAX03-5612-7194

### 自分らしくこの街でいきるあなたと

江戸川光照苑は平成8年7月に生まれました。江戸川光照苑では、ご利用者お一人お一人と真摯に向き合い、心を大切にすることを職員の仕事の基本としています。下町情緒と人情の厚い北小岩の地にあることを誇りに思い、地域のみなさまが、江戸川光照苑があつてよかった、と思つて頂ける施設でありたいと願っております。江戸川光照苑のご利用者、ご家族、地域の皆様、そして苑に働く職員がこの地で自分らしく生きることを支援する施設運営を目指しています。

URL <http://www.e-kousyoen.or.jp>



やすらぎ

『くつろぎ』

明るい笑顔



## 「数字盤とあいっすお盤」

これは、学習療法でも使う教材で、利用者同士で協力して数字のコマやひらがなのコマを並べている光景です。

脳を活性化するには、目的をもって手指を使う行為が年齢などに関わらず、効果があると言われています。



他にも難しい問題を解くよりも(8+3=)のような簡単な計算を素早く解いたり、文章を音読したりということも脳全体が活性化した状態になると言われています。

また誰かと会話をしているときも、特に他の人から褒められたり、認められた言葉がけをされると一瞬で脳は活性化するそうです。

## ●ボランティアを募集しています

シーツ交換

毎週木曜日 午前

入浴後の  
ドライヤー

毎日 午前・午後



難しい仕事は無く、職員がサポートさせていただきます

# ボランティア通信

名札の使用を始めました

4月よりボランティアの皆様には黄色い名札をつけていただくことになりました。ご利用者と職員がボランティアの皆様の名前を覚えることができるようにするためです。



実際の名札は写真のようなものになります。ボランティアの皆様には名札を持ち帰って頂き、光照苑にいらしていただくときに持参していただ

くことになっていきます。

特養ではボランティアの募集を行っております。ご利用者が施設で生活を送っていく上で、地域の皆様との繋がりを欠かすことはできません。関心のある方は、ぜひ光照苑までご連絡ください。

ボランティア活動に興味・関心のある方はお気軽に担当までご連絡ください。



お問い合わせ先  
03(5668)0051  
(担当：小倉、月岡、渡辺)

# 人“財”育成

昨年度の「人材育成委員会」では、キャリアパスに基づいた人材育成のための様式を作成しました。

各職制ごとに、目標を設定し、達成するための実施計画を立案し、上司とともに進捗確認をして、育成を図るものとなっております。

これは人事考課とも結びつくものとなっております。今年度は、後期に試行することとなっております。

有効に活用することで、職員力になるように期待しています。



# 職員募集

常勤

- ◇特養介護職員 1名
  - ◇特養看護職員 1名
  - ◇地域包括支援センター相談員 1名
- 非常勤(時間・曜日は応相談)
- ◇特養介護職員 若干名

※各職種、必要資格はお問い合わせください

- 交通費全額支給
  - 制服貸与
  - 休日4週8休
  - 従事者相互保険加入
  - 退職金制度有(常勤)
  - 中小企業退職金共済
  - 東社協従事者共済
  - 資格取得支援制度有
  - 自己啓発支援
- 給与、勤務時間等、  
詳細は面談にて

お問い合わせは

03(5668)0051

担当 葛西まで

おしえて!

# ケアマネさん

このコーナーでは、皆さんが介護保険や福祉施策でわからないことや疑問に感じていることに対して、介護支援専門員（ケアマネジャー）がお答えします。

## 質問 其の一

福祉用具を購入したいんだけど、どうしたらいいの？



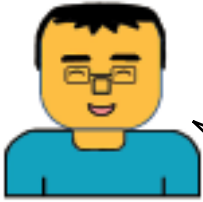
介護保険認定の方が対象です。「特定福祉用具販売事業者」からの購入となります。申請が必要なので事前にケアマネジャーに相談してください。



## 質問 其の二

限度額はあるの？

年間10万円が限度額です。自己負担は1割又は2割です。



一度購入した福祉用具は、破損等特別な場合を除き、同一種類の物は支給の対象にはなりません。破損等、特別な場合は購入前に問い合わせをしてください。

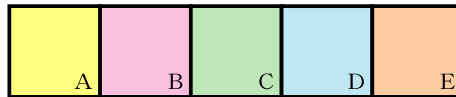


# あたまの体操

ヒントを頼りに、空欄を埋めてください。  
最後に、A～Eマスに入った言葉を並べてできる言葉は何でしょう？

※前回の解答は11ページにあります。

1		2	A	3	4
			5		
6		D	7	8	
			9	10	
11	12	13	E	14	
			15		
16			C	17	



タテのヒント

- (1) イチゴにメロン、キーンと冷えて美味しいです。
- (2) 勝ち抜き戦はトーナメント戦。では総当たり戦は？
- (3) 若い女性の間でブームです。化粧や髪型で少しでも小さく見せます。
- (4) 関東では7月21日、海の日に解禁されるところが多いですね。
- (7) これを狙った犯罪も…。
- (10) 二つの相反する事柄に板挟みになること。
- (12) 夏の甲子園、高校球児の髪型です。
- (14) 船を停泊させるために海底に降ろすもの。

ヨコのヒント

- (1) 形も匂いも夏の風物詩のひとつです。
- (5) 最近は送る方が少なくなったようです…。自筆で書かれた物もらすと嬉しいですね！
- (6) 水泳の必需品！これさえあれば水の中でも目を開けられます。
- (8) 浴衣にあった涼しげなものを選びたいですね。
- (9) ここがピンツ！と伸びている方は素敵ですね。
- (11) 髪を結んだり、衣服の飾りに、女の子のワンポイントおしゃれアイテム。
- (13) エアコンから冷たい○○○が出てきます。
- (15) 人間は猿からと言われてます。
- (16) 毎年“新作”が発表されます。今年のトレンドはどんな形でしょうか。
- (17) サーフィンやスキューバダイビング。海で行うスポーツを○○○スポーツ。



# 地域の窓

## 目配り訪問

熟年相談室では、地域の皆様が住み慣れた場所です。地域の方々から「地域の身近な相談相手」である民生委員の方と連携してお手伝いを行います。



おひとり暮らしや高齢者だけでお住まいの方で、今は日常生活に困っていないけれど将来が心配、何かあった時に不安、と言う方のお宅を『目配り訪問』と称して定期的に訪問しています。



お話を聞いたり、何かの支援が必要になった場合には適切なサービスをご案内しています。

目配り訪問についての詳細、その他ご相談がありましたら熟年相談室までご連絡ください。



お問い合わせは

熟年相談室まで

03(5612)7193

北小岩本室

又は

03(6657)9186

西小岩分室

# あんしんの生活

(介護予防・日常生活支援)

また暑い季節がやってきました。皆様のお身体にとっても負担のかかる時期になってきました。こうしたときこそ日頃の過ごし方が重要になってきます。

皆さんが日照苑の活動をとおして蒔いた『種』ももうすでに立派に咲き誇っているかと思えます。それは日常生活において、地道に継続してこられた結果にほかなりません。

暑いからといってこの継続してきた営みを止めることなく、無理をしない程度に続けていくこそが、健康で活力のある生活を送ることに繋がります。

暑さに負けず、この夏を乗り切りましょう。



## 交流の種

(熟年ふれあいセンター)

今年度の活動予定をお知らせします

熟年ふれあいでは様々な活動をしていきますが、特に外出行事はとても人気があります。

今年度は4月の錦糸公園の桜見学から始まって、巣鴨の買物ツアー、ブドウ狩り、外食などを予定しています。

熟年ふれあいの活動がさらに楽しいものとなるよう、ご利用者からの要望を取り入れた様々な脳トレーニング、ポール体操等の運動も継続して行っていきます。



## 運動の種

(いきいきトレーニング)

熱中症テスト

毎日暑い日が続きテレビや新聞などでもしきりに『熱中症に注意』という言葉業を耳にします。

熱中症は気付かぬ内に症状を悪化させることもありますので、今回は簡易な熱中症テストをお教えます。

まずご自身の手の甲の皮膚を引っ張り、パツと離します。この時、引っ張った皮膚がすぐに戻らずゆっくりと戻るような体内の水分が減ってきている兆候です。いきいきトレーニングでも十分な水分補給をしながら運動を行っています。



## 食事の種

(ふれあい配食サービス)

ご利用者の希望を叶えられるように

当苑の配食サービスでは、ご利用者のご意見をできるだけ反映した献立作りに努めています。

毎年のアンケートだけでなく、日々の配達の間でも、料理のリクエストがあります。その都度、献立を作成している栄養課に報告し、連携を図っています。

実際に、「御赤飯が好きなので昼食だけでなく、夕食にも入れてほしい。」「卵焼きが、昼食に出る事が少ないから食べたい」等があります。

ご利用者の希望を叶えられるよう努力をしていく事が、サービスの質の向上につながると考えています。



# 事故等報告 (平成29年3月16日～平成29年6月15日)

部署：特養、短期入所、通所介護、居宅介護、江戸川区委託事業（地域包括、配食等）

## ○ヒヤリハット

事故 分類別	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	計
	骨折	出血	火傷	誤嚥	異食	その他 けが	誤与薬	無断 外出	その他	感染症	
						1			3		4

職員の対応の仕方でご利用者にご不快な気持ちにさせてしまった事例がありました。事例検討をし、全体周知を行いました。

## ○事故

事故 分類別	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	計
	骨折	出血	火傷	誤嚥	異食	その他 けが	誤与薬	無断 外出	その他	感染症	
	1	1				5			5		12

職員の介助の仕方が誤っていたことでの転倒事故がありました。新人職員だったので、上司から介助方法についての指導を行っています。

## ○苦情

苦情	介護	看護	リハビリ	生活 相談	栄養	ケア プラン	外注	マナー	その他	計
	1								1	

入浴に関して基本的事項が行われず、ご利用者にご不快な思いをさせてしまい苦情になった事例がありました。入浴手順の徹底と配慮に関する指導を行っています。

# 平成29年3月16日～平成29年6月15日

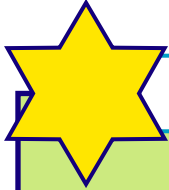
ボランティアの皆様、いつもありがとうございます  
(複数の活動にご協力いただいた方は、主の活動にお名前を載せています)

- ★団体
- 小岩第三中学校
- 小岩第四中学校
- 江戸川双葉幼稚園
- なでしこ保育園
- 富士見保育園
- 北小岩おひさま保育園
- ノエラニサークル
- ひまわりサークル
- お互い様傾聴の会
- ドラム&エンカ
- マジック二郎さん
- ペーパーマジック
- 里見会
- 寿照会
- 小岩第二地区民生児童委員
- 小岩第四地区民生児童委員
- ★ホーム喫茶
- 伊藤秀子
- 村上エツ子
- 生井妙子
- 熊田和子
- 小玉和子
- ★リネン交換
- 榎本豊子
- 杉本スズ子
- 杉森紀子
- 鈴木敬子
- 中村與吉
- 青木あさ子
- 落合忠
- 町山ミツ江
- 金山正子
- 高田照子
- 小野沢はるみ
- ★入浴補助(特養)
- 岩崎こずえ
- ★繕い
- 中井健治
- 加納幸子
- 田辺尋子
- 風間篤子
- 飯島妙子
- 野島統祥
- 落合由利子
- ★傾聴
- 田中博之
- ★音楽クラブ
- 白井祐子
- ★環境整備・見守り
- 川上茜
- 榎本菜南
- ★通所活動補助
- 田村英雄
- 藤田千枝子
- 岡本武
- 山元絵津子
- 矢放幸子
- 田中優
- 江原正秀
- 岡野茉央
- 片山征三
- 上田洋平
- ★熟年ふれあい
- 城野総江
- 大日向裕子
- ★介護サポーター
- 中根恵美
- 糠塚美智江
- 中谷貴美子
- 後藤富士子
- 高橋良子
- 桑原マツ子
- 船田友孝
- 増田康子
- 加村恵美子
- 平野瑛子
- 鈴木輝伸
- 田澤恵美子
- 宇土博之

お名前を載せたくない方はご連絡ください  
(順不同・敬称略)

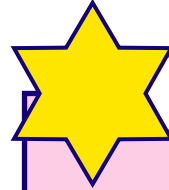


# 行事等予定 (8月～10月)



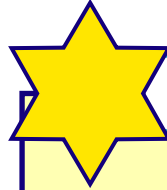
8月

- 特別養護老人ホーム
- ・江戸川区花火大会鑑賞
- ・子供神輿見学
- ・天祖神社祭礼見学
- デイサービス
- ・夏祭り
- 地域包括支援センター
- ・介護者交流会
- 研修
- ・認知症ケア
- 防災
- ・災害対応訓練



9月

- 特別養護老人ホーム
- ・敬老会
- デイサービス
- ・長寿のお祝い
- 地域包括支援センター
- ・介護者交流会
- 研修
- ・高齢者の権利擁護
- 防災
- ・自衛消防審査会



10月

- 特別養護老人ホーム
- ・善養寺 菊見学
- デイサービス
- ・ミニ運動会
- 地域包括支援センター
- ・介護者交流会
- 研修
- ・感染症まん延防止
- 防災
- ・BCPに基づいた訓練

平成29年6月現在の予定です。予定は変更されることもあります。

お知ろせ  
平成29年度 第21回江戸川区納涼祭  
納涼祭  
7月29日(土) 午後4時40分～

納涼祭 7月29日(土)開催  
午後4時40分から

1	た	2	け	3	の	こ	4	く	ぎ
				5	わ	ら	じ		
6	さ	と	い	も			ら	ぶ	
	み		し	て	い			る	
12	だ	え	ん		ば	ん	ど		
15	れ	い			あ	ら		っ	
		7	が	ん	か		8	た	ぐ

クロスワード解答

29年新年号の答え

くさわかば

電話 / 03(5668)0051

所在地 / 東京都江戸川区

- 北小岩 5-7-2
- 清水 孝雄
- 大山 宇
- 小泉 幸江
- 澤田 祐太
- 保田 浩一郎
- 柴田 一佐哲

編集部 / 江戸川光照苑  
広報委員会

発行元 / 社会福祉法人光照園  
年4回発行通巻78号

平成29年7月20日発行  
ふれあい通信29年夏号

自分らしくこの街で生きるあなたと光苑苑を結ぶ  
ふれあい通信  
江戸川光照苑  
29年夏号  
ふれあい通信77号

## 管理栄養士の一口メモ

### 「鰹について」

鰹は全体に丸みを帯びているもの黄色みがあるもの硬いものえらの色が鮮紅色のものが新鮮です。

EPA（エイコタペンタエン酸）DHA（ドコサヘキエン酸）という多価不飽和脂肪酸が多く含まれます。

動脈硬化や心筋梗塞を予防する働きがあります。タタキなどで生姜やネギを加えると抗酸化作用で不飽和脂肪酸の酸化を防いでくれます。

他にタンパク質が豊富、旨味成分のイノシン酸が多く、ビタミンB1、カルシウム、タウリンが多く含まれます。



## 家庭でできるやさしい 高齢者のお食事レシピ

### 「鰹のなめろう」

#### 【材料】

鰹の刺身（1匹からおろしてもOK）、ネギ、生姜、みょうが、大葉、みそ、しょう油少々、分量は食べられる分をご自由に調整してください。鰹と薬味の割合は2：1位がよいようです。



#### 【作り方】

- ① 鰹を包丁でたたき薬味のみじん切りとみそを加えさらにたたきます。
- ② しょう油2～3滴で風味つけします。
- ③ 大葉をしいた小鉢になめろうを盛り付け、上から万能ネギの小口切りをちらしてできあがりです。

#### ONEポイント

新鮮な鰹を切れる包丁でたたくと粘り気の出ない美味しいなめろうができます。

### ★編集後記★

いつもふれあい通信をご愛読頂き、誠にありがとうございます。今年度から広報委員を担当する事になりました、澤田です。

今号のふれあい通信には江戸川光照苑の3大行事の一つでもある、納涼祭の日程も掲載しております。今年もまた暑い時期を迎えますが、熱中症や脱水症状などに気を付けていただき、納涼祭へのご参加お待ちしております。

ご意見、ご感想などいただき、皆様と共にふれあい通信を作り上げて行けたらと思います。

広報委員 澤田 祐太

