

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



## 令和3年新年号

ふれあい通信92号

# 新年のご挨拶

あけましておめでとうございます。  
皆様には、お正月をいかがお過ごしでしょうか。

昨年は新型コロナウイルスの感染防止の対応に追われる一年でした。職員の毎日の検温、手洗い・嗽はもとより、抗菌・抗ウィルス剤の全館塗布の実施、施設玄関の手洗所の設置等、感染防止に努めてまいりました。さらに、ディサービスのご利用者にはご利用のたび検温実施、特養の面会の自粛など、皆様のご協力のおかげで感染者をださず、無事に一年を締めくくることができました。しかしながら、コロナ禍の収束はまだまだ先のことのようにです。さらに気持ちを引き締めて安心してご利用頂ける施設となりますよう、職員一同努めてまいります。本年が皆様にとりまして、より良い年となりますよう祈念して、年頭のご挨拶とさせていただきます。

江戸川光照苑 苑長

日比谷 登志子

## 特集

## 高齢者に関する話題

### 2021年度介護報酬改定について

2021年度は大きな介護報酬改定が行われます。改定の基本的視点として、5つのテーマが設定され、新型コロナウイルス感染症や大規模災害への対応強化以外は前回の改定を持ち越し、課題整理という形で示されました。

以下、社会保障審議会介護給付費分科会の資料(2020.10.09 資料2-1 基本的な視点(概要)案)より、一部抜粋したものを掲載いたします。(出典:(株)NDソフトウェア・ヘルスケアレターより。)

#### 令和3年度介護報酬改定に向けた基本的な視点 (案)

① 感染症や災害への対応力強化	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 ○日頃から発生時に備えた取組、発生時における業務継続に向けた取組の推進
② 地域包括ケアシステムの推進	利用者の尊厳を保持しつつ、必要なサービスが切れ目なく提供されるよう取組を推進 ○在宅サービスの機材と人材の強化 ○介護保険施設や高齢者住まいにおける対応の強化 ○医療と介護の連携の推進・看取りへの対応の充実 ○認知症への対応力向上に向けた取組の推進 ○ケアマネジメントの質の向上と公平中立性の確保 ○地域の特性に応じたサービスの確保
③ 自立支援・重度化防止の取組の推進	質の評価やデータ活用を行い、科学的に効果が裏付けられた質の高いサービスの提供を推進 ○リハビリテーション・機能訓練、口腔、栄養の取組の連携・強化 ○ストラクチャー、プロセス、アウトカムの評価をバランス良く組み合わせた介護サービスの質の評価の推進 ○介護関連データの収集・活用とPDCAサイクルの推進を通じた科学的介護の取組の推進 ○寝たきり防止等、重度化防止の取組の推進
④ 介護人材の確保・介護現場の革新	喫緊かつ重要な課題として、介護人材の確保・介護現場の革新に対応 ○介護職員の処遇改善や職場環境の改善に向けた取組の推進 ○介護サービスの質を確保した上でのロボット・ICTの活用や人員基準・運営基準の緩和を通じた業務効率化・業務負担軽減の推進 ○文書負担軽減や手書きの効率化による介護現場の業務負担軽減の推進
⑤ 制度の安定性・持続可能性の確保	介護保険制度の安定性・持続可能性を高め、費用負担者への説明責任を果たし、国民の納得感を高めていく ○評価の適正化・重点化 ○報酬体系の簡素化

※本誌に掲載の情報は掲載日時点の情報です。最新情報は本誌のウェブサイトをご覧ください。

あくまでも、概要にすぎませんが、具体的にどのように反映されるのか、注視する必要があります。



## 菊見学

昨年10月にご利用者と一緒に、善養寺へ菊見学に行ってきました。

おり、見学に行かれたご利用者も笑みを浮かべ、とても楽しまれておりました。



## 忘年会

12月10日に回転ずしの銚子丸をお呼びして、握り寿司の提供を行いました。

今年は、ご家族との会食が出来ないため、少しでもご利用者に楽しんで頂けるよう銚子丸の出張サービスを利用いたしました。

目の前で握り、提供されるお寿司に、ご利用者はとても喜ばれておりました。  
銚子丸のこんな素敵なサービス、またお願いしたいです。



## お花クラブ

昨年は、感染症予防のため、ボランティアの方々の活動を見合わせていただきました。

そのため、お花クラブも一時休止を余儀なくされました。

お花の好きなご利用者の希望から、11月より、密を避けて1回の開催を少人数とし、各フロアでも行われるように実施方法を変えて開催していきます。

ご利用者も以前と同様、楽しまれています。



## 目次

- ② … 新年のご挨拶
- 特集 高齢者に関する話題
- ③ … 巡る♪季節の中で
- 日々の暮らしの中で
- ④ … かよいの『ふれあい』和気あいあい
- 抗ウィルス・抗菌対策
- ⑤ … やすらぎくつろぎ『明るい笑顔
- ボランティア通信
- ⑥ … ボランティア芳名
- 職員募集
- ⑦ … おしえてケアマネさん
- あたまの体操(クロスワードパズル
- ⑧ … 地域の窓
- ぶらり散策
- ⑨ … ふれあいセンター光笑苑
- ちよつとお知らせ
- ⑩ … 事故等報告
- 人“財”育成
- ⑪ … 行事等予定表
- クロスワード解答
- トピックス
- ⑫ … 管理栄養士の一口メモ
- 高齢者の簡単レシピ
- 編集後記

# かよいの

## 『ふれあい』

## 和気あいあい



### ✿ コロナに負けず、様々な活動を行いました

昨年は新型コロナウイルスの感染予防で不自由な思いをされた方も多かったのではないのでしょうか。当苑でも消毒や換気などを徹底し感染防止に努めてまいりました。

一般型通所介護『ふれあい』では密を避けながら様々な活動に励んで来ました。

色鉛筆画や脳トレのほかにも、今回は個人製作にも力を入れて作品作りを行いました。

夏には「レジン」という液体を使った透明感のあるストラップを作りま



した。バッグや杖に付ける方が多く、光に当たるとキラキラとしてかわいらしかったです。秋には松ぼっくりにビーズや飾りを施した「ミニクリスマスツリー」を製作し、お持ち帰りいただきました。

皆さん思い思いの作品に仕上げられました。あるご利用者が、「右手の雪に見立てたよ！」と白い綿がたくさん付いたツリーを見せては、ご出身の岩手県を遠く思い出されて少し涙ぐまれていたのが印象的でした。

昨年は外出行事があまりできなかったのですが、今年も状況を見ながら出来るといいなと思っています。



### 抗菌剤噴霧による 抗ウイルス・抗菌対策

昨年11月末に、抗ウイルス・抗菌対策として、施設全体を抗菌剤噴霧によりコーティングしました。

これは、ウイルスや細菌を無害化し、接触感染のリスクを最大限にカットするもので、室内の手に触れる箇所全てを「まるごと抗菌」することができました。

アルコール消毒や清掃と合わせれば、さらに感染リスクを減らすことができます。ご利用者・職員を感染症から守ることに繋がります。





やすらぎ

『くつろぎ』

明るい笑顔



安心・楽しく・落ち着ける  
環境づくり

新型コロナウイルス感染予防のため、引き続きご利用者には、うがい、手洗い、こまめな消毒、そして密にならないような配席の協力をお願いしております。また、いつも楽しんでいただいている外出行事も自粛している状況となっておりますが、少しでもご利用者に楽しく過ごしていただけるよう、活動も工夫を凝らして提供しています。

『運動』、『頭の体操』、『作業』に分かれた3つのクラブ活動をしています。



運動クラブでは体操のビデオを見て一緒に手足を動かしたり、すごろくや、ボール、お手玉、風船を使ったゲームをして楽しんでもらっています。

頭の体操クラブではそれぞれおひとりおひとりが、数字・漢字合わせや計算問題、間違い探しなどに取り組みられています。

作業クラブでは密にならないようテーブルごとに職員が付き、色鉛筆画や小物作り、季節の装飾、絵手紙をして過ごされています。

今後もご利用者一人一人の得意なものや好きなものを取り入れながら安心して、落ち着いて、楽しく過ごしていただけるような環境を作っていくと思います。



もっと江戸川光照苑を知りたい方はこちらをご覧ください

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、ご利用者一人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つております。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>

# ボランティア通信

## ボランティアさん紹介

昨年は、新型コロナウイルス感染症拡大のため、春頃よりボランティアの方々の受入れと活動を見合わせてきました。秋頃より整容と繕いのボランティア、通所のリネン交換のみですが、活動を再開しました。

整容の藤田さんはとても手先が器用な方で、季節の押し花を使った手作りの絵画をセンター棟の1階に飾らせて頂



いています。いつも明るく気さくな方なので活動の相談などもさせて頂いています。

リネンの船田さんはシーツ交換のエキスパートで、いつもピシッと丁寧です。その手早さは職員も負けてしまうほどです。職員や利用者の事をいつも気に掛けて下さり、とても優しい方です。

一刻も早く落ち着き、他のボランティアの方々にも戻ってきていただき、職員と力を合わせて活動が再開出来ることを心待ちにしています。



お問い合わせ先

03(5668)0051

(担当：小倉、月岡、渡辺)

ボランティアの皆様、いつもありがとうございます

令和2年9月16日～令和2年12月15日

(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)

### ★繕い

中井 健治  
加納 幸子  
風間 篤子  
田辺 尋子  
飯島 妙子

### ★通所活動補助

藤田 千枝子

### ★ふれあいサロン

大日 向裕子

### ★介護サポーター

船田 友孝

(敬称略)

12月15日現在、ボランティアの活動は新型コロナウイルスの活動は新型コロナウイルスのため、制限しております。

## 職員募集

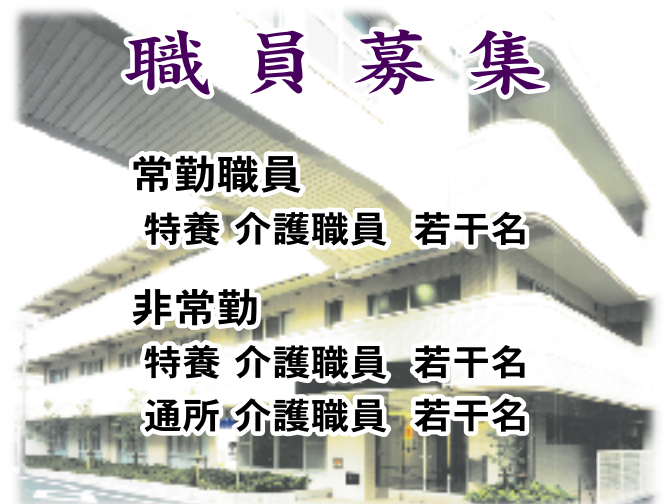
常勤職員

特養 介護職員 若干名

非常勤

特養 介護職員 若干名

通所 介護職員 若干名



- 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 増田まで

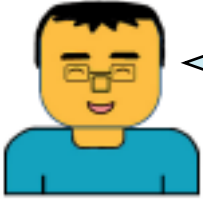


# おしえて！ケアママネさん

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。



介護保険料を滞納してしまいました。介護サービスを受けることはできないのでしょうか？



介護保険料を滞納していると、その期間に応じて自己負担額が増えてしまい、結果的に介護サービス自体を利用できなくなる場合があります。滞納の対応に関しては、税金と同様です。滞納状態が1年以上続くと、さらなる措置がとられることになるので要注意です。

滞納している場合は早めに相談を！



## 未納期間の措置

### 【1年～1年6カ月の滞納】

サービスを利用した時にいったん利用料の全額を自己負担しなければならなくなります。市区町村の窓口で返還申請を行うと、支払った料金の9割が返還されます。

### 【1年6カ月～2年の滞納】

払い戻される9割相当の1部、または全部が一時的に差し止められます。なお滞納が続く場合は差し止められた額から保険料を差し引かれる場合があります。

### 【2年以上の滞納】

未納期間に応じて本来1割である利用者負担が3割に引き上げられ高額サービス費などが受けられなくなる場合があります。

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

A	B	C	D	E	F	G
---	---	---	---	---	---	---

## 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～Gのマスに入った言葉を並べてできる言葉は何でしょうか？

※前回の解答は11ページにあります。

### ◆タテのヒント

- (1) 山を越えて吹き下ろす風のこと。山を越えてきた風は冷たく乾燥しているのでこう呼ばれます。
- (2) 牛乳と卵から作る洋菓子。カラメルソースをかけて頂きます。
- (3) 令和3年、今年の干支です。
- (4) 揚げ物やサラダに。ソースやしよ油と合わせて使う人もいます。
- (5) 江戸川河川敷近くから北小岩、新柴又へと続く親水緑道。桜並木も延々と続き、春には満開の桜で埋め尽くされます。
- (8) 一般的には石の巨大なもの、特に無加工で表面がこつこつしたものをこう呼びます。
- (10) 人それぞれに適した座り心地も重要です。
- (12) 先見の明があるとこつこつした発想も浮ぶのかもしれませんが。
- (14) 『令和』元号を発表した第99代内閣総理大臣。
- (16) 元々はらせん状の水流を表しますが、転じて混乱などに巻き込まれる事にも使われます。

### ◆ヨコのヒント

- (1) 最近ではめっきり見ませんが、風邪の予防として寒い冬に身体をタオルでゴシゴシします。
- (6) 退職や失業などにより職を離れること。
- (7) 『○○○ルーム』『○○○エンジン』元は双子を表す英単語です。『○○○ズ』
- (9) 弓や鉄砲などで目標に当てようと定めること。また別に、行動または計画に際して実現しようとする成果。
- (11) 新中川、新川、もちろん江戸川も。江戸川区内にも複数の○○が流れています。
- (12) 動物を使った芸や人間の曲芸など複数の演目で構成される見世物。
- (13) 背骨の中を通る神経の束。
- (15) 熱と電気の伝導率が高い金属。その特徴から電線に多く使われています。
- (17) 夏目漱石『坊ちゃん』の一説にも登場する、髪を短く、丸刈りにした頭の形容詞。秋の味覚に例えます。

# 地域の窓 (熟年相談室)

## 地域連携会議を

### 開催しました

熟年相談室(地域包括支援センター)を  
区民の方々に知っていただくことや、顔  
の見える関係づくりを目的として、年1  
回、「地域連携会議」を開催しています。

昨年11月27日に、西小岩地区の訪問診  
療医、町会長、民生委員、商店街の方々、  
地域の介護サービス事業所の職員等に参  
加していただき、「認知症の方を支える  
ために自分たちにできること」というテ  
ーマで意見交換をさせていただきました。  
これまでも

それぞれの立  
場で地域の熟  
年者の方々を  
支えていただ  
いております  
が、今回のつ  
ながりを活か



し、今後はさらに連携を深めていけるよ  
う気持ちを共有させていただきました。

このように熟年者の皆様が、住み慣れ  
た地域でいつまでも安心して過ごすこと  
ができるよう、地域ぐるみで支援してま  
いります。

不安なことやわからないことがありま  
したら、お気軽に熟年相談室までご相談  
ください。



お問い合わせは

熟年相談室まで

03(5612)7193

又は

◆北小岩本室

03(6657)9186

◆西小岩分室

# ぶらり散策

## ともものゆさん

今回はJR小岩駅から昭和通りをまっ  
すぐ進んだ先にある銭湯「ともものゆ」を  
ご紹介します。

こちらの銭湯ではお湯に「こだわりの  
軟水」を使用しており、お肌や髪によい  
そうです。また、ロビーではたくさんの  
猫がお出迎え。檻から出ている時にはふ  
れあうことも出来、猫好きの方や小さな  
お子さんにもおすすめです。

これからますます寒くなります。ぜひ、  
銭湯で温まっではいかがでしょうか。





# ふれあいセンター光笑苑

江戸川光照苑の機能訓練室で行っている「ふれあいセンター光笑苑」の活動をご紹介します。  
ご興味のある方、ご利用を希望される方はいつでも熟年相談室江戸川光照苑にお問い合わせください。

## ふれあいサロン

今最もご利用者に人気のあるのは、「多重課題トレーニング」という体と頭(脳)を同時に動かす脳トレーニングです。

その中に「色文字リーディング」というトレーニングがあります。これは、数字を読み上げながらその数字についての色に合わせ、自身の手足に巻きつけてあるスカーフの色をあげるというものです。数字の色とスカーフの色を合わせるのに戸惑いながらも笑いながら声が上がりとともに楽しまれました。



## いきいき運動教室

今回は、いきいき運動教室のご利用を開始してから2か月経過したS様にお話を伺いました。

最近のお身体の調子についてお聞きした所、「以前は肩や膝に欠かせなかった湿布を貼る頻度が減っています。」とのこと。当初、立ち上がりや室内の歩行状態も不安定で膝折れもみられましたが、最近歩行時の安定性が増し、膝折れもみられなくなりました。

継続は力なり！ご利用の皆さん、これからも頑張りましょう！



## ちよつとお知らせ

節分の日付がなぜ変わるのか

節分と言えば「2月3日」とほぼ決まっている印象がありますが、2021年は「2月2日」が節分になります。

ではなぜ今年は節分の日付が変わるのでしょうか。

節分は「立春・立夏・立秋・立冬」の前日といい、豆まきを行う「節分」は立春の前日となっています。立春は、太陽黄経の度数によって少しずつずれており、従って節分も2日や4日に来ることがあります。

これまで2月3日に節分が訪れていたのはただの偶然で、これから20年もすると数年置きに2日に節分が訪れるようになるということなのです。



# 事故等報告（令和2年9月16日～令和2年12月15日）

部署：特養、短期入所、通所介護、居宅介護、緩和型通所、地域包括

## \*ヒヤリハット

内訳 分類別	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	計
	転倒	転落	器物接触	体位交換	飲食	入浴	配置・使用上	仕組	特定困難	その他	
		4	6				1			5	16

大きな事故には至りませんでした。ベッドからの転落が多く上がっています。職員の目の届かない時間帯に起こることがほとんどですが、再発防止や発生被害を最小限にする工夫がされています。

## \*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				4	1		4		11

車いすからの移乗介助で表皮剥離させてしまい、出血に至ったという事例がありました。細心の注意はもちろんですが、個々の移乗方法を周知・徹底し、職員の介助を点検することが必要です。

## \*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

短期入所の請求間違いの件で苦情がありました。今回のみでなく、以前にもあったとのことで、この苦情に限らず、事故事例についても繰り返さないためにどうするのかを改めて考えました。

# 人“財”育成

## 新規職員オリエンテーション実施報告

ふれあい通信秋号でもお知らせしたとおり、昨年10月初旬に、新規職員を対象としたオリエンテーションを実施しました。対象となった職員は介護職2名、相談職2名、事務職1名、機能訓練指導員が1名の計6名でした。

これまでは、入職したらそれぞれ簡単なオリエンテーションをし、すぐに現場に入りOJTをしていく中で経験を積んでいくのが常で、体系的な新規職員研修は行われていませんでした。

2020年10月2日

項目	担当者	完了日	備考
1. 施設概要説明	〇〇	〇〇	
2. 業務内容説明	〇〇	〇〇	
3. 安全衛生説明	〇〇	〇〇	
4. 施設内見学	〇〇	〇〇	
5. 質疑応答	〇〇	〇〇	

法人のこと、施設全体の組織体系や事業内容、理念や方針、課題や重点事項など、統一した内容を体系的に正しく伝えていかないと、仕事をしていく上で、部署のみの目線となってしまう、どこを指し、何をすべきかが狭くなってしまう。

その反省から今日の新規職員オリエンテーションの実施となったわけです。副次的効果として、同期という連帯感も生まれたようで、今後も評価も含め、継続していくこととしました。



# 行事等予定(2月~4月)

**2月**

- 特別養護老人ホーム
  - ・節分・豆まき
- デイサービス
  - ・節分・豆まき
- 地域包括支援センター
  - ・介護者交流会
- 研修
  - ・「ハラスメントについて」
- 防災
  - ・火災時の通報・避難訓練

**3月**

- 特別養護老人ホーム
  - ・ひな祭り
- デイサービス
  - ・ひな祭り
- 地域包括支援センター
  - ・介護予防教室
- 研修
  - ・「接遇とコミュニケーション」
- 防災
  - ・備蓄品の年度末保管状況の調査

**4月**

- 特別養護老人ホーム
  - ・お花見
- デイサービス
  - ・花祭り
- 地域包括支援センター
  - ・介護者交流会
- 研修
  - ・「褥瘡予防について」
- 防災
  - ・水害対応訓練/設備・備品の確認

令和3年1月現在の予定です。予定は変更されることもあります。  
 ※見学等、外出行事については新型コロナ感染状況により実施の判断をします。



「高齢者住宅新聞に掲載されました！」  
 広報誌「ふれあい通信」が高  
 齢者住宅新聞に取り上げられ、  
 取材を受け、掲載されました。

1	き	2	も	3	く	4	せ	い	
	の		5	み	じ	め		6	か
7	こ	8	う	じ	よ		9	あ	ん
		つ			10	う	11	し	つ
12	が	く	13	ひ		14	よ	か	ん
		15	し	ゆ	う	ぶ	ん		
17	べ	い			18	ま	ん	べ	ん

クロスワード解答  
 令和2年秋号の答え  
**ぶんかのひ**

ふれあい通信 令和3年新年号  
 令和3年1月20日発行  
 年4回発行 通巻92号  
 発行元／社会福祉法人光照園  
 編集部／江戸川光照苑  
 広報委員会  
 柴田 一 佐哲  
 平島 卓  
 斉藤 陽介  
 小泉 幸江  
 大山 宇  
 清水 孝雄  
 所在地／東京都江戸川区  
 北小岩5-7-2  
 電話／03(5668)0051



## 管理栄養士の一口メモ

### 「カリフラワー」について

原産地は地中海沿岸と言われていて、キャベツの変種、和名は花椰菜（はなやしだい）です。通年収穫されますが一応、晩秋から冬にかけてが旬です。ビタミンCがかなり多いのが特長で、同量のレモン果汁と同じ位含まれており、芯の部分は蕾の部分より2倍のビタミンCが含まれるとのこと。スライスしたり細かく切ったりすれば食べやすいです。茹でて食べる以外にグラタンやパン粉をつけてフライにしても美味しいです。



## 「カリフラワーとパプリカの ピリ辛甘酢漬け」

### 家庭でできるやさしい 高齢者のお食事レシピ

#### 【材料】

カリフラワー 小1/4房、パプリカ赤 1/4個、きゅうり 1/4本、唐辛子 輪切り 3~4個、砂糖 小さじ3、酢 大さじ3、塩 少々、昆布茶か本だし 極少々

#### 【作り方】

- ① カリフラワーとパプリカは一口大~やや小さめに、きゅうりは乱切りかやや厚めの輪切りか半月切りにします。
- ② パプリカときゅうりは軽く塩でもみ、カリフラワーは沸騰したお湯で軽く茹でます。
- ③ 酢、砂糖、昆布茶、唐辛子輪切りを合わせて火にかけて沸騰する前に火を止めて、カリフラワー、きゅうり、パプリカ赤を合わせたものにかけて漬け込みます。



#### ONEポイント

※きゅうりは熱や酢に合わせると鮮やかな色が失われますので全体が冷めてから合わせてもいいと思います。

## ★編集後記★

新年明けましておめでとう  
ございます。

新型コロナウイルス感染症の流行拡大は未だ続いており、ご覧いただいている今も収束するには先が見えない状況だ  
と思います。

コロナ禍ではありますが、かつて人類は幾度となく困難を乗り越えてきました。明け  
ない夜はありません。年頭よ  
り、かすかでも希望を持ち、  
皆様が一年を幸多く送られる  
ことをお祈り申し上げます。  
本年も「ふれあい通信」を  
よろしく願いたいします。

広報委員 柴田 一佐哲

