

ROKEN いはらき

第67号

2025.8.1

一般社団法人 茨城県介護老人保健施設協会



鹿島臨海工業地帯・工業夜景

写真提供: PIXTA

目次 Contents

- 会長あいさつ 2
- 広報委員長あいさつ・茨城県福祉部 長寿福祉課 課長あいさつ 3
- **特集 専門家によるレポート『高齢者への筋力トレーニング』**
 - いちほら病院 リハビリテーション療法科 グループ長 **川島 達宏氏** 4・5
- レポート 全老健認知症実地研修参加報告 横浜市総合保健医療センター 6・7
- 企画1 介護現場でのICT導入と活用状況についてのアンケート・結果報告 8・9
- 専門委員会レポート 事業実績及び事業計画・委員長あいさつ 10・11
- 県内他団体のご紹介 『公益社団法人 茨城県理学療法士会』 12・13
- スタッフからの一言 [きねぶち][ナーシングホームかたくり] 14
- **特別寄稿 シンガーソングライター 中西 圭三さんからのメッセージ** 15
- 企画2 第32回研究発表会レポート実績・開催後のアンケート結果報告 16・17
- 茨老健からのお知らせ・**歌手 城 南海さん**からの『応援メッセージ』 18
- みんなの広場 [おおあらい・さくら日立・ビオラセア・プエブロ稲敷]・編集後記 19
- 会員施設一覧 20

老健いばらき 会長あいさつ

～ケアの価値を高めるために何をすべきか～



一般社団法人
茨城県介護老人保健施設協会
会 長 森田 隆

茨老健の会長に就任して半年がたち、ケア（介護）の価値、介護職員の処遇改善などについて、今まで以上に考えるようになりました。老人介護とは老人をケアする事を意味しますが、人は生まれてから死ぬまでケアを受けています。最初に受けるのは赤ちゃんの時の母親からのケアであり、日常生活においても普段の食事を家族のために作るのも家族に対するケア、家庭で年老いた両親やお爺さんお婆さんの面倒を見るのもケアです。しかし、そういった普段のケアの価値は低く見積もられ無償の愛が前提になっています。無意識のうちに、無償だから美しいというケアを押し付けられてきたように思います。

この押し付けられたケアの倫理がいまだに高齢者介護にも影響しています。まず、介護職の処遇です。政府が介護職の給与基準を議論する時にいつも出してくるのはブルーカラーワーカーの給与との比較です。介護老人保健施設および介護福祉士は日本独自の制度であり、介護職は家族制度が崩壊して、家庭がその役割を担えなくなったことから、プロとして家族の愛情を提供する、プロフェSSIONALです。

介護分野において、政府や多くの経営者は海外からの労働者を期待していますが、この政策は円安（為替）で完全に的を外しているように思われます。施設で外国人労働者を雇うには、教育、研修などの名目で多額の費用や手間が掛かりますが、その分、介護職自体の給与を上げた方が良くようにさえ思えます。また、国はロボットにその役割を担わせようと補助金を出していますが、人に代わってロボットができる業務は非常に限られています。この補助金もその何割かでも介護福祉士の給与の改善にあててほしいと思います。介護職員が誇りをもって働く事が出来るようにする事が求められていると思います。

介護保険が始まって以来増え続けていた介護職（ヘルパーを含む）の数が初めて減りました。介護保険が始まった当初の介護職は59万人、それが徐々に増え2022年には225万人になりましたが、昨年（2024年）

は222万人と約1.1%減少しました。日本の人口減少率を超えて介護職員の数は減っています。更に施設で介護職を募集する場合、人材派遣会社が絡む場合が多い事も、施設の人件費高騰の一つであり、介護職応募を派遣の職種から外し、地方自治体のハローワークなどに限定するような措置も、介護職員の処遇改善につながると思われます。

介護は人と人との繋がり的工作であり、介護保険財政のほとんどは人件費です。介護職の給与を上げるには、保険料を含めた負担分を大きくするか、補助金（処遇改善金など）を入れて給与水準を上げるしかありませんが、それでは民間の給与上昇やインフレには追い付かないことは、これまでの経緯をみれば明らかです。

とすると、次の議論は何処に行くのでしょうか。介護は愛の行為だからというような時代錯誤は止めて、介護士養成については自衛隊の防衛大学のように介護福祉士の教育を無償で行い、ケアの価値自体を高めるように見直していく事が、遠回りであっても、地に着いた策のような気がします。巷で、教育に関しては高等学校無償化が叫ばれていますが、介護福祉士教育の無償化の方がより身近な重要課題であると思われれます。

ケアの価値を高める事こそ我々が目指す道であり、ケアの価値を高める為に、また、介護職員が誇りをもって仕事をする為に、茨老健協会は老健の医師を含めた会員の介護技術の向上に力を注ぎたいと考えています。

ケアの価値を高める事は老健職員が誇りをもって仕事できるかどうかにかかっていると言えます。茨老健協会は会員の皆様と意を同じくして頑張っていきます。これからも宜しくお願い申し上げます。



理事あいさつ



広報委員長 市原 健一

今回茨城県介護老人保健施設協会の副会長に就任することになり、機関紙に挨拶文を載せることになりました。筆不精なのですが折角なので、老人保健施設の成り立ちや介護施設の歴史をちょっと調べてみました。戦後、老人等の入所施設は『養老院』と言われる施設のみでした。当時は『姥捨て山』と言われ特にこれといったケア等は行われておらず、姥捨て山と言われたのでしょうか。その後1963年に老人福祉法が制定され、特別養護老人ホーム、養護老人ホーム、軽費老人ホームが整備されることになりました。しかしその後特に医学的治療目的ではなく、介護を中心の寝たきりに近い患者様、いわゆる老人病院に多数入院する状況が発生し、これが医療財政の大きな負担になりました。そこで国は1985年老人福祉の在り方に関する検討が行われ、在宅復帰を目指す中間施設として老人保健施設が誕生しました。

その後も医療保険の財政負担は増加し、1988年に18兆7555億円であったものが1999年には30兆7000億円に増加しました。この状況を打破する為か国は新たな介護保険制度を制定し、介護を医療から切り離しました。これで

翌2000年に医療保険財政は改善かと思われましたがその後も医療保険の負担は増え続けました。

2019年には40兆円を超し、20年間で10兆円以上の財源が必要となりました。一方介護保険は2000年制定時に3兆6000億円だったものが2020年には11兆6000億円と20年間で3倍に膨れ上がりました。医療と介護を切り離し、医療財政の縮減を計ろうとした結果、新たな負担を背負うことになったわけです。医療行政を考えるとまず財政規模ありきの発想で、その為に制度をどうするか、どの部分を削るかといった発想のもとに診療報酬や介護報酬の見直しが行われている様に思われます。

現在、介護現場では人手不足や物価高騰により大変厳しい状況にあります。これは医療の現場においても同様です。この状況では良好なサービスを提供することは不可能です。もうそろそろ利用者の皆さんに医療や福祉介護には多大な財源がかかっており、将来この制度をこのまま維持することは困難であると発信すべきではないでしょうか。その上で新たな制度改革や医療、介護報酬の見直しをしていただきたいと思います。

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 大嶋 弘章

茨城県介護老人保健施設協会の皆様方には、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協力をいただき、厚くお礼を申し上げます。

さて、我が国では、世界に例のないスピードで少子高齢化が進行しており、総人口の約3割を65歳以上の高齢者が占めるなど、本格的な超高齢社会を迎えています。

本県におきましても、本年4月時点の高齢化率は31%を超え、さらに、2050年には40%に達すると予測されています。

今後も介護を必要とする高齢者が増加していく一方、介護の担い手確保が難しくなる中、高齢者の方々が、尊厳を保ちながら、安心して暮らすことができる社会を実現していくことが、ますます重要になってまいります。

このため県では、2024年度からの3年間を計画期間とする「第9期いばらき高齢者プラン21」を策定し、「健康長寿日本一」の実現に向けた取組を推進していると

ところでございます。

特に喫緊の課題となっております介護職員の処遇改善につきましては、介護報酬における処遇改善加算の取得支援などにより、職員の賃金向上を促進するほか、介護テクノロジーの導入を支援し、働きやすい職場環境の整備促進に取り組んでおります。

また、高齢者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、介護サービスの基盤となる介護老人保健施設や介護老人福祉施設などの計画的な整備に努めております。

このような中、介護老人保健施設は、地域において医療機関と在宅とをつなぐ重要な施設として、利用者のニーズに応じた質の高いケアの提供に取り組んでおられることにつきまして、深く感謝申し上げます。

引き続き、高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を送るための拠点施設として、役割を果たしていただきますようお願いいたします。

結びに、貴協会の益々のご発展と、会員の皆様のご健勝を祈念いたしまして、挨拶いたします。

特集

専門家によるレポート『高齢者への筋力トレーニング』

いちほら病院 リハビリテーション療法科 グループ長 川島 達宏 氏

●はじめに

我が国の総人口は、令和5年10月1日現在、1億2,435万人で、65歳以上人口は3,623万人となり、過去最高の高齢化率29.1%の超高齢社会となった。総人口が減少する中で65歳以上の者が増加することにより令和19年には33.3%となり、国民の3人に1人が65歳以上の者となると見込まれている¹⁾。高齢化に伴い、医療費や介護費も年々増加傾向にあり、令和4年度の国民医療費は46兆6,967億円、介護費は11兆1,912億円となり、医療・介護分野における財政の持続可能性の確保が課題となっている²⁾³⁾。

高齢者の多くが抱える問題の一つとして、フレイルやサルコペニアがあり、これらは転倒や骨折、入院や施設入所と関連し、医療費、介護費の増大にも繋がっている。筋量の減少による筋力低下は活動性の低下にもつながり、健康寿命の延伸のためにも筋力維持・強化は重要である。介護老人保健施設で提供されているリハビリテーションにおいても筋力トレーニングは最も行われるプログラム⁴⁾であるが課題もあり(図1)、今回は高齢者に対する筋力トレーニングについて報告する。

●これまでの筋力トレーニングの負荷設定と課題

高齢者に対する筋力トレーニングの効果については1990年頃より報告がされている⁵⁾。Fiataroneら⁵⁾は、施設入居者100名(年齢 87.1 ± 0.6 歳)を対象に、10週間の高負荷(1回最大挙上重量の80%負荷)トレーニングの有効性を検証した。その結果、トレーニングにより筋力は $113 \pm 8\%$ 増加し、大腿部筋断面積は $2.7 \pm 1.8\%$ 向上を認め、歩行速度や階段昇降能力も改善したことを報告している。1回最大挙上重量の80%負荷とは、8回しか回復して挙上できない重量のことであり、高齢者にとってはかなりの高負荷に感じるが、この報告以降、高齢者に対する筋力トレーニングに関する研究では、高負荷低頻度のトレーニングにおいて骨格筋量増加や筋力向上の効果を認めた報告が多数されてきた。様々な報告の結果、筋力トレーニングの負荷設定として、強度は10～15 Repetition Maximum(10～15回回復して挙上できる重量)、回数は1セットにつき8～10回、頻度は週2日以上、期間は3か月以上が推奨されてきた⁶⁾⁷⁾。特にトレーニングマシンの活用は座位で運動するものが多く、転倒の危険がなく、筋力向上が視覚的にも分かり、非常に利点が多かった。

しかし高齢者、特に介護老人保健施設に入所および通所される高齢者においては、関節疾患を中心とした疼痛を伴う運動器疾患、呼吸器・循環器疾患、認知症などを併存していることが多く、疼痛・血圧・運動への理解力などへの配慮が必要で安全面を踏まえると高負荷低頻度の負荷設定を用いることは容易ではない。そのため、「無理なく、安全に」という理由で低負荷が各施設で採用されているのが現実となっているが、低負荷低頻度の筋力トレーニングでは筋肥大にはつながらない。トレーニング開始初期は筋活動に参加する運動単位数や発火頻度の増加など神経的要因によって筋力は一時的には改善されるが、長期的に継続してもサルコペニアの改善に至ることはない。

●負荷設定の工夫

この一長一短の課題に対する解決策として、低負荷高頻度の筋力トレーニングであれば高負荷低頻度のトレーニングと同等の効果が得られることが近年の報告から分かってきた⁸⁾⁹⁾。効果を得るためには総負荷量を高める必要があり、低負荷であっても反復回数(1セット当たりの回数×セット数)を多くすることで実現可能となる。安全に挙上可能な重量を反復挙上する際に、一定リズムを保てなくなるくらいまでの回数を行うことが目安となる。これにより疼痛誘発も少なく、血圧にも配慮され、



川島 達宏
(かわしま たつひろ)

【学歴】

2002年3月

茨城県立医療大学保健医療学部理学療法学科 卒業

2023年3月

茨城県立医療大学大学院保健医療科学研究科

博士前期課程 卒業

【主な資格と学位】

専門理学療法士(運動器理学療法・スポーツ理学療法)

認定理学療法士(スポーツ理学療法)

修士(理学療法学)

安全面を踏まえながら筋肥大を求めることが可能となった。

以上から運動の導入としては、まず安全面への配慮と運動の習慣化のために低負荷低頻度の筋力トレーニングから開始し、徐々に低負荷高頻度へ変更し、筋力だけでなく筋肥大を求める。一部の報告では、低負荷高頻度は高負荷低頻度ほど効果がないことが報告されているため、疼痛なく安全にできる方には高負荷低頻度へ移行するのが良いと考える。

その他、介護老人保健施設の利用者には、在宅復帰を目標とする方以外に、長期入所や看取りの方もおり、日常生活にて一定の活動量がある方に対しては上記の負荷で効果を認めるが、車椅子が移動手段である方ないしベッド上生活が主体の方では同じ効果とならないことは容易に想像できるであろう。市橋ら¹⁰⁾は1日1万歩に相当する筋活動量の代替え運動での反復回数を報告しており、SLRでは1000回以上、椅子からの立ち上がりでは650回が必要であり、いかに日常生活での活動が大切であるかが分かる。筋力トレーニングを行う前に可及的にご自身で行えることはご自身で行う習慣をつけ、筋力トレーニング以外にもご自身ができる活動を増やすことが大切であることは言うまでもない。

さらにデイトレーニングの影響を考慮し継続的に行うことが必要である。Kalapotharakosら¹¹⁾は、80歳以上の男性22名を対象に、8週間の筋力トレーニング後に、6週間のデイトレーニングの影響を検証した。筋力、6分間歩行距離、椅子立ち上がり時間、Timed-Up and Goテストをベースライン時、8週目、14週目に評価した。結果、8週間の運動後、筋力、機能的パフォーマンステストで有意な改善がみられたが、6週間のデイトレーニングによりそれらは有意に低下したことを報告している。また介護老人保健施設入所者は入所中、心身機能が改善するが、退所後は悪化することも報告されており¹²⁾、身体機能を維持・改善するためには長期的な運動習慣が必要である。当法人の介護老人保健施設においても入所および通所サービスを提供している。理学療法士7名、作業療法士3名、言語聴覚士1名により、筋力トレーニングを含め、複合的な介入をしているが、ご自身が意欲的かつ継続的に運動を続けられるように入所では多職種協働し、生活リハに取り組み、通所リハでは3つのコースを用意し、選択していただいている(図2)。今後も対象者の特性や状態に応じた柔軟な負荷設定と継続的な運動支援を通じて、介護予防および生活機能の維持・向上を図るとともに、介護老人保健施設の果たす役割をより一層高めていく必要がある。



図1 介護老人保健施設で提供されるリハビリプログラム（文献4より引用）



図2 当法人の介護老人保健施設の通所リハ 3コース

参考文献

- 1) 内閣府：令和6年版高齢社会白書（全体版）https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2024/zenbun/pdf/1s1s_01.pdf
- 2) 厚生労働省：令和4（2022）年度 国民医療費の概況。<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-iryohi/22/dl/kekka.pdf>
- 3) 厚生労働省：令和4年度 介護給付費等実態統計の概況<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/kaigo/kyufu/22/dl/11.pdf>
- 4) 公益社団法人全国老人保健施設協会：介護老人保健施設等におけるリハビリテーションの在り方に関する調査研究事業 報告書。平成27年度老人保健健康増進等事業（老人保健事業推進費等補助金）平成28年3月
- 5) Fiatarone MA, et al.: High-intensity strength training in nonagenarians. Effects on skeletal muscle. JAMA. 263(22): 3029-34, 1990.
- 6) Nelson ME, et al.: Physical activity and public health in older adults: recommendation from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. Med Sci Sports Exerc. 39(8): 1435-45, 2007.
- 7) Pollock ML, et al.: AHA Science Advisory. Resistance exercise in individuals with and without cardiovascular disease: benefits, rationale, safety, and prescription: An advisory from the Committee on Exercise, Rehabilitation, and Prevention, Council on Clinical Cardiology, American Heart Association; Position paper endorsed by the American College of Sports Medicine. Circulation. 101(7): 828-33, 2000.
- 8) Schoenfeld BJ, et al.: Strength and Hypertrophy Adaptations Between Low- vs. High-Load Resistance Training: A Systematic Review and Meta-analysis. J Strength Cond Res. 31(12): 3508-3523, 2017.
- 9) Carvalho L, et al.: Muscle hypertrophy and strength gains after resistance training with different volume-matched loads: a systematic review and meta-analysis. Appl Physiol Nutr Metab. 47(4): 357-368, 2022.
- 10) 市橋則明：理学療法における筋力増強訓練再考。理学療法京都（26）：13-23, 1997.
- 11) Kalapotharakos V, et al.: Effects of resistance training and detraining on muscle strength and functional performance of older adults aged 80 to 88 years. Aging Clin Exp Res. 22(2): 134-40, 2010.
- 12) 大河内二郎：老人医学の展望 これからの介護老人保健施設に期待される役割。日老年医学会誌 58(4): 533-539, 2021.

特集

全国老人保健施設協会 実地研修参加報告〔認知症〕

介護老人保健施設かすみがうら 看護師 古川 正枝 氏
 介護福祉士 村上 雄大 氏
 理学療法士 土谷 隆伸 氏

1. はじめに

認知症基本法（共生社会の実現を推進するための認知症基本法）が2024年1月に施行されました。当施設は認知症専門棟40床、一般棟41床、デイケア登録者数も100名以上と行方市だけでなく他市町村からの利用者も増えてきている現状です。厚生労働省の報告によると2022年時点で認知症高齢者数は約443万人と推計されています。これは、65歳以上の高齢者の8人に1人が認知症の割合に相当します。また、軽度認知障害（MCI）の高齢者数も約559万人と推計されており、認知症とMCIを合わせると、高齢者の約3.6人に1人が認知症または予備軍となっています。

そのような背景も踏まえて当施設として初めての取り組みで、全国老人保健施設協会専門実技習得コース（認知症）を受講する機会を頂きました。他施設の取り組みを参考にして、自施設に還元するのを目的とし研修受講した内容の一部を簡単に報告させていただきます。

2. 研修施設紹介

研修先は横浜市総合保健医療センターしらさぎ苑で2025年6月10日から12日までの3日間の研修でした。横浜市総合保健医療センターは、①在宅生活を目指している、介護の必要な高齢者、認知症の方、精神障害のある方などに対し、専門的な支援を行うこと、②地域における保健医療の向上を図ることを目的とした施設として平成4年にオープンした施設です。複合施設という特徴を活かしセンター内では医療、介護、就労、精神の要素があり利用者の生活を総合的に支援している施設でした。認知症看護認定看護師も複数人配置されており、認知症への取り組みに力を入れているのを感じました。また若年性認知症コーディネーターも配置されており若年から高齢まで幅広く支援されていました。今回の研修テーマとは違いますが、精神分野のデイケアや宿泊型自立訓練施設や就労移行支援事業所などもあり、多岐にわたる支援施設でした。



3. 研修内容

1日目：研修先施設職員との挨拶後、センター内の見学から始まりました。見学後は意見交換として研修参加の目的を個別に発表し、研修者と受け入れ施設双方の意識の共有を図る時間もありました。午後からは認知症専門棟での現場実習で施設の概要から業務内容まで細かく説明して頂きました。若年性認知症コーディネーターの方から取り組みや支援について講義を受け、その後「S カフェ」若年性認知症当事者の方が参加してのカフェに参加する機会がありました。当事者の方が通える場所や空間作りが必要なのを肌で感じるいい機会になりました。その後は、翌日に予定されている認知症外来研修前のオリエンテーションでは外来担当看護師より医療領域の説明があり、1日目から充実した研修内容でした。センター側も実地研修受け入れが10年ぶりのことで、とても力を入れて指導して頂き、3日間の研修カリキュラムを作成、各部署の業務調整など入念に事前準備してくれているのが、すぐにわかる1日目でした。

2日目：認知症外来の診察の見学でした。認知症鑑別診断を年間約120件実施しており、初診と結果説明は別の医師で対応する体制を整えていました。外来診察の現場に医師、患者、患者家族の了承の下、入らせて頂き、3症例：若年性認知症診断（初診）、高齢者認知症診断（初診）、高齢者認知症診断（結果説明）に受講者が分かれて見学をさせて頂きました。1症例、1時間近くかけてMMSEと長谷川式のハイブリット検査、脳神経検査、被動性検査、歩行検査、本人・家族からの生活状況の聞き取り等実施していました。診察室内でしか感じる事の出来ない空気感、患者の困惑している気持ち、ご家族様のどうかしたいという気持ちを感じることができました。診察以外にもレカネマブ（点滴）の見学が看護師はあり、実際に当事者、ご家族様と話す機会がありました。本人が納得せず、病院受診するまでに1年以上経過し認知症の診断までに時間がかかってしまうと、話されており、同様のケースが都市部や地方関係なくあるのを認識することができました。午後の現場研修では職種別で情報交換をする時間もあり、自施設の状況や取り組みの説明なども行い、センター側も研修者から吸収しようとする高いモチベーションを感じることができました。その他、認知症初期集中支援チーム委員会にも参加する機会があり、センター職員（医師・看護師・相談員・リハビリ専門職、ケアスタッフ等）、包括支援センター職員、相談員等、他職種で支援内容を検討しており、チームでの取り組みを強く感じることができました。



3日目：デイケア管理職というのを考慮して頂き、急遽センター内のデイケアを見学する時間を作って頂きました。リハビリの様子やデイケアの利用状況、職員の動き方など業務の間に説明して頂きました。トレーナーの方が集団で運動指導しており、午後からはADL場面（入浴や更衣動作）に沿った運動プログラムをリハビリ専門職が作成し、トレーナーの方へ説明・指導し実施されていました。介護福祉士・看護師はIoT機器の説明（センサーベッド、眠りSCAN）を受け、転倒予防や夜間帯の定期巡回、定時オムツ交換による覚醒を防ぐ取り組みを見学することができました。午後からは認知症認定看護師による「BPSDと生活支援について」の講義を受け、認知症の分類、中核症状やBPSD（行動・心理状態）、重症度による対応の具体例など学ぶことができました。センター入所者様のサービス担当者会議にも参加させて頂き、医師を含んだ多職種で入所者様の状況や方向性の共有を、スムーズに行っているのを体感することができました。最後の意見交換の場でも、受講しての感想、意見交換の場があり研修受講するだけでなく、自施設の状況や取り組みを伝え、双方に有意義な3日間になったと思います。



4. おわりに

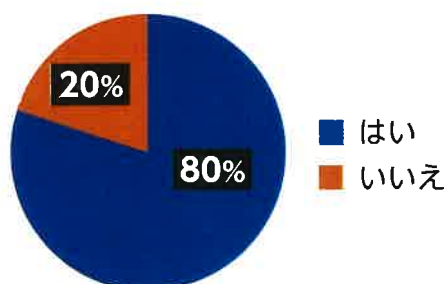
多職種で3日間の研修に参加するのは当施設では初めての試みで、受講前は私達自身も不安と緊張が多かったです。研修が始まればセンター職員の対応も親切かつ気遣いを感じる事が多々あり、受講前の不安は一瞬で無くなり、あっという間に3日間が終わっていました。1日終わる毎に当日の復習、翌日の予習を宿泊先でしていました。約370万人の横浜市と自施設のある行方市では人口の違いがありますが、どのような支援をしているのか今まで気づけなかった所に注意が向くようになりました。地域という視点では、自施設での取り組みも逆に評価して頂くこともあり、自信を持てるようにもなりました。実地研修に参加し、他施設職員の方と情報交換することは、自施設の事をお互いに見つめなおす良い機会になったと思います。このような機会を作って頂き感謝申し上げます。

企画 1

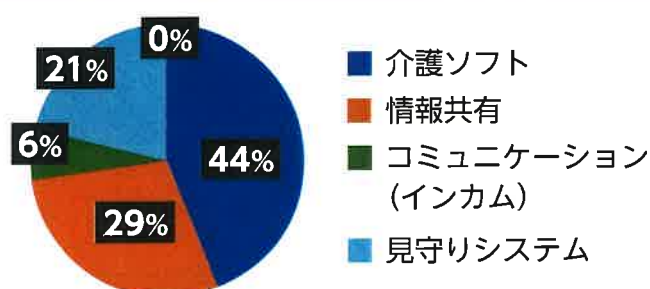
「介護現場での ICT 導入と活用状況についてのアンケート」結果報告

アンケート回収数 41 施設

Q 1 介護現場での ICT を導入していますか？



Q 2 導入ツールの種別を教えてください。



Q 3 導入した目的や効果・デメリットを教えてください。

【導入した目的・効果】

- 夜間見回りの際の補助、利用者のケア向上、職員の身体的、精神的な負担の軽減
- 転倒転落を未然に防ぐ効果と業務効率を考え受けました。
- 情報共有、リアルタイムでの情報共有、記録時間の短縮
- 離床センサー類を導入し、利用者の安全、業務負担軽減を目的に設置した。
- 電子カルテの導入で、一元管理することで記録等の即時性・伝達・転記ミスの回避・紙とスペースの削減。情報の共有による連携強化などがスムーズ。
- インカムの導入により、情報の共有が速やかになり無駄な動きが少なくなった。
- センサーベッドの導入により転倒・転落を未然に防ぐことが出来るようになってきた。
- 時短、作業の効率化を図り、その分現場でのケアに人手・時間を使うことが出来ることがメリット。
- インカム、見守りシステムを導入し、スタッフの負担軽減を図る必要がある。
- 情報量の蓄積と活用が容易である。
- 各事業所で連携ツールがあり、業務連絡がスムーズ、情報共有においても目を通す人が確実に増えている。
- 管理面でも時間や人に関わる時間の削減は出来ている。
- 見守りシステムについては、リスク回避の観点からサービスの質の向上にも繋がっていると思う。
- インカムはどこにいても情報共有でき、スタッフの負担軽減となった。利用者への対応がスムーズになった。
- タブレット等のデジタル機器を活用し、データ連携をデジタル化する事により、日々の事務作業及び LIFE 入力を軽減し、介護業務の各業務の効率化を図る。
- 心拍や呼吸数、睡眠状況が分かる見守りシステムを看取り期の方に導入したことにより、異常の早期発見が可能となった。
- 見守りシステムにおけるセンサーマットは利用者様の ADL を把握する上で役に立っています。
- 介護ソフト導入前はバイタルなどの記録はステーションに戻り、紙に手書きしていた。導入後はタブレット等

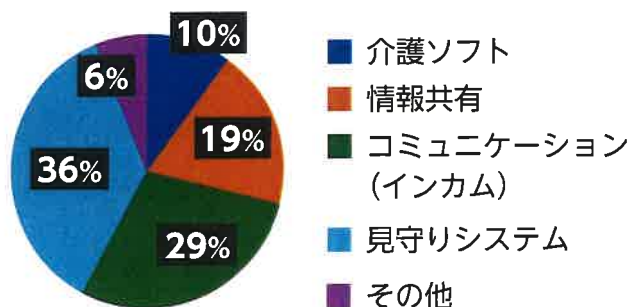
を使用し居室など、その場ですぐに入力、情報を他部署と共有できて保存場所も取らない。慣れれば手書きよりも早く、より多くの記録を詳細に残すようになり、必要な時に必要なデータをすぐ呼び出せるため、家族へ説明する時など、状況把握に役立っている。

- インカム導入前は、内線電話や直接出向いて話をしていたが、導入後はその場ですぐに必要な職員へ連絡を取ったり、関係者に呼び掛けたりすることができるので、移動の手間が無くなった。利用者様の情報をリアルタイムに共有できるため、その方に必要なサービスを適切に提供できるようになった。

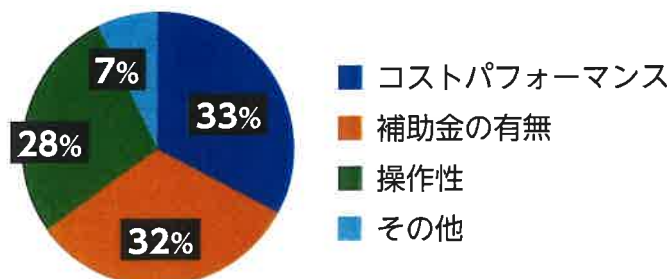
【デメリット】

- イニシャルコストと故障や破損時の修理費はかかるのでデメリットはありますがコスパはあると思います。
- パソコンが苦手な方は機器を使いこなせず、より時間がかかってしまう。新しい方法について行けない。
- 紙から電子になる抵抗感、移行作業など施設全体で計画的に取り組んでいく必要がある。
- 停電等インフラ停止に弱い
- 介護ソフトやタブレットの導入だけでは生産性の向上は難しい。
- 費用面は補助金ありきであり、申請や資金面で苦慮する。
- 導入コスト、ランニングコスト、更新作業
- 当施設での課題が、PCにつなげるツール（インカム）等の設置不足があり、効果は50%程度と考える。
- 見守りシステムはWi-Fiの整備が整わず反応が悪い為使用しなくなっています。
- 申し送りの効率化を図りたいが、口頭での伝達が継続されているので十分な効果を得るまで時間がかかりそう。
- 思い描く機能がない場合がある。
- 情報共有等の目的で導入しました。しかし機能を十分に使えていない。「したか」「しないか」等のチェックのみの記録になり詳細が記録されていない等、問題があります。
- 介護ソフトのマスターレベルが職員によって違うため入力時間に差がある。覚えるのに時間がかかる人もいる。
- 不慣れな職員にとってはICT化への抵抗や負担に感じている様子。
- 介護ソフト・タブレットによる情報共有を行うことにより書類の削減はできていますが、完全にペーパーレスにはできておらず、日々介護ソフトと向き合い試行錯誤しています。
- 見守りシステムは通信エラー、機器の不具合などで十分に活用できていない。

Q 4 今後導入をお考えのツールを教えてください。



Q 5 Q 4 の導入検討にあたっての判断材料を教えてください。



紙面の都合上、掲載とならなかったご意見もございますがご了承下さい。ご協力ありがとうございました。

専門委員会レポート

令和7年度 専門委員会活動計画

委員会	実施日	事業内容（研修会）
看介護	令和7年8月19日（火） （第1回）	【講師】 高橋いくこ（ivy care project 代表） 【内容】 接遇（家族とのかかわり方等）
看介護	令和7年10月16日（木） （第2回）	【講師】 1部 村上啓雄 2部 残間由美子 【内容】 高齢者施設のクラスター対策や 発生時の対応について
看介護	令和7年11月 （第3回）	【講師】 選定中 【内容】 カスハラへの対応、不適切ケア、 エンゼルメイク他
支援 相談員	令和7年7月8日（火） （第1回）	【内容】 グループワーク 情報交換 【参加者】 33施設 51名
支援 相談員	令和7年11月26日（水） （第2回）	【講師】 喜山志津香 【内容】 カスタマーハラスメントとクレームの 線引について
栄養	令和7年6月19日（木） （第1回）	【講師】 ㈱フードケア 【参加者】 33施設 50名 【内容】 学会分類2021の解説 摂食嚥下と、とろみ調整食品の 正しい使い方
栄養	令和7年11月14日（金） （第2回）	【講師】 麻植有希子 【内容】 高齢者の検査値の見方 ・グループワーク
事務	令和7年9月 （第1回）	【講師】 未定 【内容】 新人、中堅職員が楽しく学べる コンプライアンス
事務	令和7年11月～12月 （第2回）	【講師】 未定 【内容】 BCP計画策定後の活用と修正 座談会（顧問弁護士を交えた情報交換）
リハビリ	令和7年6月24日（火） （第1回）	【講師】 松下太（森ノ宮医療大学作業療法士科） 【参加者】 43名 【内容】 その人らしさを尊重した認知症ケア
リハビリ	令和7年10月中旬 （第2回）	【講師】 未定 【内容】 未定
リハビリ	令和8年2月下旬（第3回）	【講師】 未定 【内容】 未定



看介護専門委員会 委員長 西山 綾香

今年度の看護介護専門委員会の委員長を務めさせて頂く、介護老人保健施設鹿野苑の西山綾香です。不慣れで至らない点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ひます。

新型コロナウイルスの影響のため、一昨年よりZOOMを使用した研修を開催しており、多くの方にご参加を頂きました。今年度も8月に接遇に関するZOOM研修を開催する予定となっています。研修で学んだことを日々の業務に活かして頂きたいと思ひますので、お忙しい中とは思ひますが皆様のご参加をお待ちしています。



支援相談員専門委員会 委員長 飯島 正之

昨年度に引き続き、支援相談員専門委員会の委員長を務めさせて頂くことになりました、介護老人保健施設すみれの飯島と申します。コロナの影響も、5類になったとはいへ入所されているご利用者の面会制限等、いまだ少なからず影響を及ぼしている現状です。ご家族様への対応に苦慮されている方も大勢いらっしゃるのではないのでしょうか。

本年度も2度、支援相談員研修を実施する予定をしていますが、研修を経て日頃抱えている悩みを解消する糸口を、参加された皆様につかんでいただけることを願っています。



栄養専門委員会 委員長 木村 靖子

昨年に引き続き栄養専門委員会の委員長を務めさせていただきます、介護老人保健施設平成園の木村靖子

です。昨年リモートと参集の両方で開催し、リモートでのグループワークでは話し合いがうまく出来なかったのですが、現地では有意義な意見交換ができました。直接顔を合わせて意見交換をした方が話はずみです、11月14日(金)の研修会はお忙しいと思ひますが、是非、ご都合をつけて現地での多数のご参加をお待ちしています。



事務専門委員会 委員長 荒井 綾子

事務専門委員会の委員長を務めさせて頂きます、涼風苑の荒井綾子です。微力ではございますが、委員長としての役割を果たせるよう尽力して参ります。当委員会では、例年同様、2回の研修会を予定しております。1回目はグループワーク情報交換会です。昨年は、情報交換会が感染症の関係で急遽行えませんでしたので、今年度はぜひ皆様と顔をあわせての情報交換が行えればと思っております。2回目は労務規則への対応を予定しております。日時等は別でお知らせいたしますので多くの方のご参加をお待ちしております。どうぞよろしくお願いいたします。



リハビリテーション専門委員会 委員長 中野 雄司

リハビリテーション専門委員会では、今年度も3回の研修会を予定しております。リハ専門職に向けた内容だけでなく、多職種も含めた内容も随時検討していきます。

出来るだけ多く方が参加いただけるよう、臨床の現場で役立つテーマ、興味の持っていたけるテーマでの研修会を企画して参りますので、是非参加ください。

県内他団体のご紹介



公益社団法人

茨城県理学療法士会

Ibaraki Physical Therapy Association

本会は、日本理学療法士協会（現、公益社団法人日本理学療法士協会）が創立された1966年に遅れること5年、1971年5月に茨城県理学療法士会（日本理学療法士協会茨城県士会）として9名の理学療法士で設立いたしました。1993年に社団法人化、2013年には公益社団法人茨城県理学療法士会として認可を受け、県民の皆さまの医療・保健・福祉の発展に寄与することを目的として事業を実践してきました。今年で設立54年を迎えた本会の会員数は2000名を超え、学生会員とともに公益に資する活動を展開して参ります。

沿革

- 1971年 茨城県理学療法士会 設立（9名）
- 1993年 社団法人茨城県理学療法士会認可
- 2013年 公益社団法人茨城県理学療法士会認可
- 北茨城地域自立支援センター設立
- 茨城県在宅医療・介護連携推進拠点事業開始
- 2021年 設立50周年記念式典・講演会開催



事業案内（抜粋）

障害者（児）支援に関する理学療法士派遣
 高齢者の福祉増進に関する事業への協力・理学療法士派遣
 市町村支援
 地域自立支援センター事業
 茨城県訪問リハビリテーション実務者研修会

介護予防キャラバン
 介護予防フェスティバル
 スポーツ支援事業
 理学療法における学術及び科学技術の振興を目的とする事業
 理学療法・作業療法・言語聴覚療法見学会

事業紹介（抜粋）

県民の皆さまの医療・保健・福祉の発展に寄与することを目的として北茨城地域自立支援センターの運営、介護予防キャラバン、市民公開講座等の事業を実践しております。

北茨城地域自立支援センターは、茨城県からの補助金の交付を受け、平成24年度に開設されました。平成28年からは、北茨城市から地域支援事業「地域リハビリテーション活動支援事業」の受託を受け、現在は北茨城市コミュニティケア総合センター「元気ステーション」の一角に事務所を構え、常勤の理学療法士1名が20名あまりのプロボノの療法士とともに、住民に対する介護予防・自立支援の実践、保健・医療・福祉専門職との協働の拠点として、活動をしております。

地域リハビリテーション活動支援事業には、訪問、通所等に定期的に関与することで、介護職員等へ助言等実施することにより自立支援になるような支援をすること、通いの場等に定期的に関与することで要介護状態

になっても参加し続けられる場を地域に展開できるようにすること、地域ケア会議で自立支援のプロセスを参加者全員で共有し、個々人の介護予防マネジメント力の向上につなげることなど、様々な事業があります。

専従の理学療法士が、様々な相談支援をワンストップでできる体制は全国的にも少なく、このことが当センターの大きな強みです。

障害の予防や改善、生活の再構築、そして地域社会における自立生活の安定化、QOLの維持・向上を目指すと共に、社会参加を支援することで、「どのように年老いても、障害があっても住み慣れたところで、その人らしく暮らし、自立した社会的存在であること」：この理念を心に留め、すべてのライフステージの方への様々な思いに寄り添えるように、今後も活動していきたいと思えます。



「北茨城地域自立支援センター」



「紹介動画」

https://youtu.be/_k6dgOYwTbk

社会局スポーツ支援事業部では、年に3回「運動導入教室」を開催しています。障がいのあるなしに関わらず、身体を動かして運動してみたい方を対象に、個々の状態に応じた運動支援、さまざまな運動遊び、障がい者スポーツ体験を行っています。

毎年3回実施の教室のうち夏の1回は、カヌー体験を行っています。茨城県障害者カヌー協会、茨城バラスポーツ協会様のご協力を得て、ヒューナックアクアパーク水郷（土浦市）を貸切つてのカヌー体験では、毎年多くの参加者とスタッフの笑顔があふれる素晴らしい教室となっています。



「運動導入教室」

会長挨拶



リハビリテーションとはたくさんの"ひと"が連携しながら行うものです。私たち茨城県理学療法士会はたくさんの"ひと"の声に耳を傾け、関係する諸団体のみなさまと連携を図りながら、リハビリテーションに貢献したいと考えておりますので、今後ともご支援ご協力いただきますようお願い申し上げます

問合せ先

公益社団法人 茨城県理学療法士会

〒310-0034 茨城県水戸市緑町 3-5-35 茨城県保健衛生会館内

TEL：029-353-8474 FAX：029-353-8475



介護老人保健施設 きねぶち 通所リハビリテーション

介護福祉士 青木裕美

介護老人保健施設きねぶちは、白鳥の飛来地で有名な菅生沼と緑豊かな自然に囲まれた坂東市に2005年5月に開設され、同法人の木根淵外科胃腸科病院と医療連携を図り、地域に根差した介護施設として、今年で20周年を迎えました。

デイケアでは、祝祭日の営業に加え、リハビリに特化した半日デイケアを開始するなど、ご利用者様のニーズにお応えするため、より一層の施設サービスの充実を目指しております。季節ごとのイベントはもちろんのこと、脳トレ・集団体操・音楽療法など、職員全員で企画運営を行い、運動会行事には、職員も一緒に参加楽しむことで、ご利用者様



も意欲的に活動することができています。恒例行事の納涼祭は、近年の暑さ対策により、きねぶち祭りとして秋季開催とし、地域の方々との交流も兼ねて、フラダンスや八木節・ギターアンサンブルなど、ボランティアの皆様にも来て頂き、祭りを大いに盛り上げていただいております。

今後もご利用者様一人一人の自立した在宅生活が継続できるよう、リハビリ部との連携により介護予防に努め、地域の皆様との繋がりも大切にしながら、安心安全に笑顔で通えるデイケアを目指してまいります。



介護老人保健施設 ナーシングホームかたくり

理学療法士 山崎大輝

「ナーシングホームかたくり」は水戸市河和田町に平成5年6月1日に創設し、今年で32年目を迎えます。入所施設80名に加え、通所リハビリテーション、訪問リハビリテーションを併設し、同敷地内には訪問介護、通所介護、短期入所生活介護、認知症対応型共同生活介護を設置し、共同して利用者様の在宅支援に力を入れ運営を行っております。

当施設では5名の作業療法士と2名の理学療法士、非常勤複数名でリハビリを提供しています。私達は入所されている利用者様のリハビリだけでなく、訪問リハビリや通所リハビリの事業所もあるためセラピストとしての関わり方は多岐にわたります。



す。その中で在宅復帰に向けて利用者様1人1人の目標に合わせた生活支援・自立支援をしていく事が大切だと思います。それは身体機能や能力に合わせた個別療法だけでなく、利用者様の生活背景を把握しながらご自宅の環境設定を行い、必要であれば福祉用具の提案をするなど利用者様のより良い生活の為に様々な目線から考える必要があります。また多職種と連携してご家族様の希望や思いを確認する事も在宅復帰の実現の為にとても大切です。今後もしリハビリを通じて利用者様、ご家族様に寄り添った支援が出来るよう日々励んでいきたいと思っています。

◆ 中西 圭三・プロフィール

1991年ダンスユニットZOOに提供したシングル
「Choo Choo TRAIN」はミリオンヒット。
翌92年自らの楽曲「Woman」もヒット。
同曲で日本レコード大賞作曲賞を受賞、
並びに第31回紅白歌合戦へ出場。
98年にはブラックビスケッツに提供した「タイミング」が
ミリオンヒット(2022年Klang Rulerによりカバーされた同曲
はTikTokにおいて総再生回数は20億回を突破)。
2005年以降はNHK「おかあさんといっしょ」の体操曲
「ばわわ体操」の歌唱や
2006年 好評を博した「ぼよん行進曲」など、
制作など活動の幅も広がっている。
2020年リモートで歴代お兄さんお姉さんが大集合して歌われ
「ぼよん行進曲」はYouTubeチャンネルで公開され現在までで
3000万回を超える再生数を数えている。
2020年秋、自主レーベル「TAO LIFE RECORDS」を設立、
その第一弾シングルとして「流れ星/愛することを信じて～
Amazing Grace For You～」がリリースされた。
現在CS旅チャンネルにおいて「中西圭三の朝ぶら散歩」出演中。



茨老健の皆さまへ

2011年の東日本大震災があった年に都内の湾岸エリアに引越しました。周りの知り合いからはなぜそのタイミングで湾岸エリアなのかと不思議がられましたし、僕自身も特にその辺りを探してた訳でも無かったのですが出会いとはそんなものなのかもしれません、導かれるように住み始めました。震災後の不安な状況もあったのかも知れませんが、単純に年齢によるところであったのかも知れませんが、朝早く…いいえ、まだ朝と呼べないくらい暗いうちに目が覚めるようになり、



せっかく湾岸エリアに住んだのだからと少し明るくなり始めた時間に近くの埠頭まで出かけるのが日課となりました。日の出時刻の30分ほど前から空の色は刻々と変わり始めます。その息をのむような美しさに魅了されているとついに朝日が顔を出します。初日の出は見に行ったことはありましたが、この感動的な夜明けのエンターテインメントは元旦だけで無く、こうして毎日開催されているのだと改めて感じ入り、ワクワクしながら朝日が昇ってくるのを見に出かけました。大都会東京も朝のひとときは特別な時間。人もまばらで騒がしくもなく、風の音や草花そして水鳥たちの自然



の営みを眺めているといつのまにか気持ちもリラックスします。燃えるように昇る朝日はここに在ることを祝福するかのように生命力に満ち溢れ、見てみると何だか感謝の気持ちが湧いてきます。ミュージシャンだからという訳でもありませんが『調和』という言葉に惹かれます。人も自然の摂理の中で美しく調べを和する生き物でありたいですね。

中西 圭三

企画 2

第 32 回研究発表会 開催レポート R7.2.13 (木) 開催

本大会も多くの関係者の皆さまのご支援によりまして、盛大に開催することができました。誌面をおかりしまして改めて御礼を申し上げます。

本大会のプログラムでは、特別講演講師に全老健理事・老健はまなす施設長であり、シンガーソングライターでもある福田六花先生をお迎えしました。先生のアクティブな生き方や仕事への情熱も加わり、将来の施設運営や職員の方の仕事への向き合い方に大変有意義な時間をいただきました。昼の部、ランチョンセミナーは、3 企業様（モルテン様、ユニ・チャーム エンリッケ様、キングラン メディケア様の提供で明日からでも役立つ実践的なセミナーを提供していただきました。続いて、現地セミナーでは、小野寺鏡子先生に口腔内チェックの仕方とポイントをご教授いただきました。研究発表では、全 47 演題がエントリーされ、発表された皆さまの日頃からの仕事に対する情熱を研究発表という形で届けていただいたものです。プログラム最終は例年通り、福祉イベントで秋川雅史さんにご自身の半生をもとに夢の持ち方と夢の負い方を熱く語っていただいています。次回の第 33 回（R8 年 2 月 12 日開催）でも引き続きのご支援ご協力を賜り、関係する全ての方々にとりまして大切な 1 日となりますよう運営をしていく所存です。何卒よろしくお願い申し上げます。

* 参加した方からのアンケートをいただいておりますので一部をご紹介します。

当日プログラム

午 前 の 部

あいさつ	会長 / 森田 隆 学術委員長 / 池田 八郎 茨城県長寿福祉課課長 / 大嶋 弘章
職員表彰式	茨城県介護老人保健施設事業功労賞表彰 功労者表彰 永年勤続者表彰
特別講演	講師 福田六花氏 テーマ「温かくアクティブな老人介護」

昼 の 部 ※提供企業様の展示ブースは 2 階ロビーにて設営

ランチョンセミナー（3 会場）	
・モルテン	「身体にかかる圧の影響と対策」
・ユニ・チャーム エンリッケ	「今日からのケアを変えるスウェーデンのケアエッセンス」
・キングラン メディケア	「アシストスーツの介助サポートと腰痛予防」

午 後 の 部

研究発表会	全 47 演題【第 1 ～第 4 会場】
現地セミナー	
講師	小野寺鏡子氏 「歯科と介護の寄り添い」
福祉イベント	
講師	テノール歌手 秋川雅史さん テーマ「夢のある人生」



開催後のアンケート回答を一部ご紹介いたします。

① 特別講演「福田六花氏～温かくアクティブな老人介護」はいかがでしたか？

- ・ 講演と聞いて刺激を受けることがあったように思う。福田先生の当初感じていた施設のイメージから熱い思いに変わっていく様子、そして熱い思いが衰えない今の取り組みについて触れることができ私自身も熱をもった行動が出来るよう行動したいと思う。
- ・ 仕事もプライベートも全力で行っている姿に、とても感動した。これからの介護業界は、需要が高まる中、個々のニーズの多様性にも答えていかなくてはならないので、福田先生の固定概念にとらわれない介護を参考にしていきたいと思った。

② 現地セミナー「小野寺鏡子先生～口腔ないチェックの仕方やポイント～」はいかがでしたか？

- ・ 口腔ケアの大切さを改めて確認することができた。ケアをきちんと行うことで、食事も安全にとることができ、身体の病気の予防にもつながることも学んだ。

③ 研究発表はいかがでしたか？

- ・ 職種によって、同じテーマを掲げてみてもみる観点が違うため、理解を深めることができた。取り組み方法も参考になった。
- ・ 研究発表を体験することで自分が行ってきたことを振り返り、深く考えることができた。
- ・ 多くの施設の研究発表を聞き、より良くするための多くの関わり方や、その成果を知ることができた。特に口腔ケアの家族の大切さを改めて知る機会となった。
- ・ 他施設の具体的な取り組みが聞けるので自分の施設でも取り入れられること、真似できることとならないかなど、考えながら聞くことができ、新たな視点で自分の施設を見直すキッカケとなった。

④ 福祉イベント「秋川雅史さん講演会～夢のある人生～」はいかがでしたか？

- ・ あらゆることを達成している方なので、夢の考え方は非常に興味を引いた。挫折なく登りつめることはなく、挫折あっても夢を持ち続けること、そして失敗しても夢への行動を止めないことが夢の実現化へつながっているように感じた。歌はさすがに圧巻で今でもなお上を目指している姿、歌を通して家族との関わりなど心を打たれた。
- ・ とても良かった。講演の間に歌も歌っていただき、感動して涙が出てしまった。
- ・ 夢を持つことは正直、子供から大人になる間だけだと思っていた。秋川さんの講演を聞き、夢を持つことは決して恥ずかしいことではない。いくつになっても持ち続けていいのだと。自分の人生を豊かにすることができ、達成した時の喜びを実感した時、まだまだ頑張ろうと元気をもらった気がする。
- ・ 素晴らしい歌声が聞けて、とても感動した。秋川さんの「夢は何歳になっても見れる」との言葉が心に遺り、これから先、私も一つ一つ夢に向かって頑張っていきたいと思う。

お知らせ



『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～ アルバム／ツアー情報

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

2009年1月「アイツムギ」でデビュー

♡【配信】7/16「息吹」配信リリース 作曲Ryu・作詞 城南海&Ryu共作

♡【アルバム】デビュー15周年記念アルバム『爛漫』絶賛発売中

♡【ツアー情報】城南海ウタアシビ2025夏

8/2東京 8/11福岡 8/13大阪

8/17名古屋 8/23札幌 8/24仙台

*8/16名古屋(2025春)

♡【ツアー情報】大阪・大正沖縄フェスティバル2025

～沖縄からの風～10/12

♡【イベント情報】「真夏の沖縄音楽フェスティバル2025」8/10



お知らせ 1

★令和7年度 第33回研究発表会開催のお知らせ★

今年度、第33回研究発表会（老健大会）を令和8年2月12日（木）に開催することになりました。

昨年に引き続き現地会場は、ザ・ヒロサワ・シティ会館（水戸市）になります。

研究発表につきましても、例年のとおり演題募集を10月中をめどに開始します。ぜひ、日頃の研究の成果をお貸しいただきますと幸いです。今年度の福祉イベント（コンサート）のゲストは歌手の藤田恵美さん（元ルクブル）ならびに、歌手の木山裕策さん（代表曲「ホーム」）を予定しております。

お知らせ 2

★顧問弁護士による『無料』電話相談窓口の運用★

顧問弁護士による『無料』電話相談窓口の運用につきまして、ご理解とご支援をいただきまして誠にありがとうございます。まだ、登録がお済みでない施設様は事務局にて登録手続きを行っておりますので、ご連絡をいただきますようお願い申し上げます。なお、登録ならびに登録後の相談料は無料です。お困りごとやご相談、作成書類の法的なチェック（リーガルチェック）などにご活用いただければ幸いです。

お知らせ 3

★大衆演劇 劇団いばらき 慰問公演のご依頼を受付しております★

「劇団いばらき」は、県内の施設を中心に慰問公演の活動を続けています。演目は水戸黄門で、笑いあり涙ありの楽しい時間間を提供していただいています。各施設で公演をご希望の際は、下記連絡先までお電話にてお問い合わせいただければ幸いです。お問い合わせ時に「老健いばらきを見ました」をお伝えいただければと存じます。

お問い合わせ先 代表 加藤 090-1555-9867



●2025年4月デイケアがリニューアル

当施設は海の見える介護老人保健施設です。デイケアの内装を新しくし、なごの海として再出発いたしました。午前と午後3時間コースを増やし、リハビリマシンや酸素ボックスを設置しました。言語聴覚士も加え、ディフューザーによるアロマ空間も好評です。これからもご利用者様・ご家族様の想いを尊重し「あなたらしい暮らし」をサポートいたします。



●「紫陽花とカエル」

廊下には、季節に合わせた壁画を利用者様と一緒に作成しています。

今月は、紫陽花とカエル。

紫陽花の形にこだわる方やカエルの表情を丁寧に描く方など、皆さんの真剣な姿から新たな一面が発見出来ます。来月は何を作りましょう。

みんなの広場



●季節の壁画(紫陽花)

通所リハビリの利用者様と一緒に立体的に仕上げるため、折り紙とおはながみを使いながら皆で協力し合い「手のリハビリになるね。」などと会話が弾みながら取り組みました。

完成した作品を飾ると「わ～綺麗」と拍手がおこり、笑顔の花が咲き誇っていました。

今日も手作り壁画が利用者様をお出迎えしています。



●文化祭

当施設の通所リハビリでは、毎年稲敷市の文化祭に向けて日々のリハビリも兼ねて利用者様とスタッフで、季節ごとの作品の作成を行います。作品が完成すると「きれいだね」「出来上がって良かった」と感動し、みんな笑顔になります。

文化祭の展示に、お越しいただいた方々にも楽しんで頂いております。

今年も、文化祭に向けて新たな作品作りに挑戦していきます。

一 編集後記

○今回の表紙を飾るのは神栖市、鹿島市に位置するY字型掘込が特徴の鹿島港を中心とした県内最大の産業集積地である鹿島臨海工業地帯です。そこは、鉄鋼、石油化学等のコンビナートが連なり、物流、運送の拠点にもなっており、カーボンニュートラルの取り組みも行われています。昼と夜、見る場所によって違う世界を感じることができます。

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／プロスペクトガーデンひたちなか 森田 隆



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

編集人／つくばリハビリテーションセンター

編集／鹿野苑

ひだまり倶楽部

ウイケア

事務局／老健かすみがうら

印刷／(株)横山印刷

市 原 健 一

橋 本 有

瀧 慶 治

岩 瀬 剛

茨城県介護老人保健施設協会会員一覧

番号	施設名	所在地	電話番号	番号	施設名	所在地	電話番号
皇北地区	1 おはよう館	北茨城市磯原町磯原字前大沢1919-4	0293-44-0088	巨勢地区	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	坂東市岩掛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 あんしん	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 生いき倶楽部	結城市大字結城9143-1	0296-20-8666
	11 ひたちの森ハビネス	日立市十王町伊師725-1	0294-20-6699		11 マカベシルパートピア	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 境町メディカルクリニック	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 田尻ヶ丘ヘルシーケア	日立市田尻町2-8-11	0294-43-6343		14 さくらがわ	桜川市東飯田659	0296-20-6071
県央地区	1 サンライズ湊	ひたちなか市阿字ヶ浦町字原1406-1	029-265-8711	南部地区	15 まくらがの郷	古河市東本町4-2-2	0280-33-1234
	2 勝 田	ひたちなか市中根5125-2	029-276-3111		16 きねぶち	坂東市長谷989-5	0297-47-3333
	3 みなと苑	ひたちなか市幸町16-1	029-263-0655		17 けやきの舎	古河市仁連601	0280-77-3333
	4 いちご苑	ひたちなか市笹野町1-3-20	029-271-1750		18 すばる	結城市大字結城10780	0296-21-2088
	5 フェニックス那珂	那珂市飯田1733-1	029-298-8787		19 夢彩の舎	猿島郡境町大字若林2269-1	0280-33-7300
	6 ライブリーライフ「那珂」	那珂市菅谷605-2	029-295-6835		20 プレミエール元気館筑西	筑西市古郡554-3	0296-57-7000
	7 きんもくせい	東茨城郡城里町石塚1223-1	029-288-7221		1 シルバーケア土浦	土浦市木田余4606	029-826-7021
	8 はあもにか	水戸市石川4丁目4039-26	029-254-5777		2 ひかり	土浦市右羽1113-1	029-843-3321
	9 ごすもびあ	水戸市石川4-4027	029-252-4777		3 アリエッタ	つくば市北条1174	029-867-1182
	10 くるみ館	水戸市河和田町3335-1	029-255-4774		4 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 ナーシングホームかたくり	水戸市河和田町4516-1	029-255-5222		5 そよかぜ	つくば市上横場2573-1	029-836-0517
	12 みがわ	水戸市見川町2131-105	029-305-6868		6 「豊 浦」	つくば市大字神郡2013-1	029-850-7111
	13 つねづみ	水戸市大塚町字小山2-14	029-247-6250		7 つくばケアセンター	つくば市要76	029-877-1313
	14 つまさと	水戸市有賀町2228	029-259-7677		8 なでしこ	つくば市水守2228-2	029-864-6565
	15 エバーグリーン	東茨城郡茨城町若宮字向ヒ393-1	029-293-9460		9 ゴーエン美浦	稲敷郡美浦村宮地678	029-885-5522
	16 レイクヒルひぬま	東茨城郡茨城町下石崎2324	029-240-8120		10 ケアセンター阿見	稲敷郡阿見町若栗2957-4	029-889-1180
	17 おおあらい	東茨城郡大洗町大貫町1212-11	029-267-1331		11 スーペリア360	稲敷郡阿見町荒川本郷2033-508	029-830-5300
	18 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		12 セントラルゆうあい	牛久市柏田町1590-3	029-872-8833
	19 ラプラス津田	ひたちなか市津田3728	029-222-4186		13 涼 風 苑	龍ヶ崎市長原塚63689	0297-63-0008
	20 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		14 サンライフ宗仁会	取手市岡1471	0297-85-8743
	21 シルバービレッジ	笠間市南小泉977-1	0296-78-2211		15 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 笠間シルバーケアセンター・パル	笠間市来栖255-1	0296-70-1185		16 はあとびあ	取手市井野253	0297-74-3335
	23 あたごナーシングビル	笠間市土師1080-1	0299-37-6511		17 けんちの苑水海道	常総市豊岡町丙3264	0297-24-5511
	24 すみれ	笠間市石井2045	0296-70-0035		18 春 秋 園	牛久市猪子町891-2	029-870-3100
	25 はなみずき	水戸市東原3丁目2-8	029-303-3501		19 けやきの郷	龍ヶ崎市若柴町字沖餅1741-1	0297-61-5133
	26 桜の郷敬愛の杜	東茨城郡茨城町桜の郷1000-2	029-353-6581		20 プレミエール元気館	つくば市谷田部6107-1	029-838-1919
南関東地区	1 鹿 野 苑	鹿嶋市宮津台188-17	0299-83-7311		21 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
	2 ばんなん白光園	神栖市賀2148	0299-93-1162		22 いなしきの郷	稲敷市佐原組新田1378-1	0299-79-3811
	3 シオン	神栖市土合本町2-9809-126	0479-48-1888		23 プエプロ稲敷	稲敷市狸ヶ11	0297-87-7511
	4 フロントピア鉾田春の場所	鉾田市柏原985-1	0291-32-5408		24 もえぎ野	北相馬郡利根町もえぎ野台1丁目1-8	0297-84-6081
	5 リヒトハウス北浦	行方市繁昌1712-1	0291-35-0471		25 ネオテラス宗仁会	取手市岡1493	0297-85-8341
	6 みのり苑	小美玉市橋場美21	0299-48-3556		26 ひまわり	つくば市高崎1008	029-871-5749
	7 八郷プロバンス	石岡市瓦谷766-28	0299-44-3213		27 アイケア	守谷市小山318-5	0297-38-6767
	8 サングリーンやさと	石岡市小倉443-1	0299-43-3120		28 セントラル土浦	土浦市真鍋新町12-10	029-893-6100
	9 コミュニティケアセンター桜山	鉾田市桜山497	0291-37-3850		29 ビオラセア	龍ヶ崎市宇野原1360-1	0297-85-5111
	10 あいあい	石岡市東石岡4丁目1-38	0299-28-3838		30 セントラルわかたけ阿見	稲敷郡阿見町阿見5050-12	029-875-3340
	11 サン・テレーズ	小美玉市栗又四ヶ1752-1	0299-37-1115				
	12 かすみがうら	行方市若海793-5	0299-55-0122				
	13 ウィケア	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				

