

社会福祉法人 パール

地域の方々と豊かな暮らしを創造する

社会福祉法人パール

〒150-0035東京都渋谷区鉢山町3-27

電話 03-5458-4811

<http://www.shibuya-pearl.or.jp>

発行日 令和6年9月1日

発行人 新谷弘子 制作編集 入江祐介

パールだより

9月号

パールが大切にしている基本三理念 一人間の尊厳 一人個人の尊重 一人共に生きる社会づくり



巨大台風9号が過ぎ去ったお盆の土曜日、「パール福祉総合プラザ」では「納涼祭2024」を開催いたしました。

午前中は、パール名物の「お神輿」が館内巡り。突然のパフォーマンスに特養・デイのご利用の皆さんは目を輝かせて手拍子をとったり、団扇を振っていらっしゃいました。

お昼はパール厨房の自信作「スペシャル・メニュー」を用意。また目の前では「焼きそば」の調理パフォーマンスも大好評。「持って帰りたい〜」という声も沢山いただきました。



午後のメインイベントは特養・デイのご利用の皆さんが1Fロビーに集まり、櫓を囲んでの「大盆踊り」大会。全部署の職員や実習生と共に、「東京音頭」「渋谷音頭」「炭坑節」などなどを踊って、大いに盛り上がりました。

コロナ後、特養とデイが合同でイベントを行うのは初めてのことでしたが、かつての経験をいかし、また新しい発想も盛り込み、大変良い1日を送ることができました。

これからもシン・パールが企画するイベントにご期待ください。

次のページ→



Happy time





特別養護老人ホーム パール代官山

介護のしごと 魅力発信事業

厚生労働省の、令和6年度介護のしごと魅力発信事業 情報発信事業(WEBを活用した広報事業)において、楽天グループの取材を受けました！

今回は、他業種から介護業界へ転職して活躍する人材紹介という事で、特別養護老人ホームパール代官山から



介護福祉士の**渡部 紀子**さんが選抜されました！



舞台は特別養護老人ホームパール代官山 主演:渡部紀子ケアワーカーです。本格的な機材が導入され、ヘアメイクさん同席のもと撮影が行われました。通常勤務の様子とインタビュー形式の撮影でしたが、緊張からか取り直しを何テイクか行いました(笑)

渡部ケアワーカーが、介護への思いや、この仕事のプライド、魅力を存分に語ってくれている動画は、11月以降に楽天のサブスクやYouTubeで配信予定です。

お笑い芸人のみやぞんさんが紹介してくれるようです！



Coming soon…

当たり前の事を、当たり前に行える事業所であるために その26

デイサービス・パール鉢山の 新しい試みと成果

デイサービスセンター・パール鉢山

看護師 内島 一代

パール鉢山では、

- ① 職員の業務負担を少しでも軽減すること
 - ② コストの軽減をモットーに、なるべく1円でも安い方法で取り入れること
- を念頭に新しい機器を業務に導入しています。その取り組みと成果をご紹介します。

1. 介護ICTシステム「レコセラ」

ここ数年、介護業界では「記録業務の簡素化」「必須書類・帳票の円滑化」等を目的に、ICT化が推進されています。しかし、多くの高齢者が慣れないICT機器を使うことに苦手意識を抱いていること、また多くの人が今までの慣れ親しんだ業務手順の変化に抵抗を覚え、新しいことにトライしたがること」を原因に、なかなか進捗できていないのが現実です。

パール鉢山では「レコセラ」という記録システムを導入しました。私たちの「努力過程」については、『パールだより11月号』に新井センター長（当時）が当コーナーで寄稿したので、皆さんも記憶に新しいところでしょう。

私たちはその後も、今まで慣れ親しんだ業務手順を「捨てる勇気」を持って、変わることができる「チャレンジ力」を大切にしながら、新しいやり方の取り組みに励みました。

その結果、ご利用者の最新の情報を、いちいち「個人ファイル」を取りに行き読んで読まなくても、近くにあるパソコンやスマホ、タブレットなどの機器を開いて知ることができるようになりました。また、記録も1度打ち込めば自動的に各機器に飛ぶので、これまで重複して記載していた手間も省くこともでき、業務の負担は明らかに削減できました。記録業務が軽減されることは、各スタッフがご利用者に係る時間が増えることにつながります。「レコセラ」を活用した最大の目的は、記録業務を削減することで、スタッフがご利用者に寄り添える時間を増やしていくことで、それは結果、虐待防止にもつながります。

今後の課題は、まだまだそれら機器を使いこなす、読みこなす作業を100%習慣化することです。月々15,400円の使用料を活かすも殺すも、それは私たち次第です。今はできないことでも、毎日1秒、一瞬でも良いので、変化をし続ける努力を続けていきたいと思います。

2. 「健康王国DX」

デイサービスは法令で、配置人数に限りがあります。よって、ルーム対応する職員の数は、時間帯によって増減します。本来ならば目の前で、ハンドメイドなレクリエーションを提供し、ご利用者に有意義な時間を過ごしていただくことが理想ですが、実際には困難です。

デイサービスの研修で、カラオケ・タブレットの進化情報を得てきた新井センター長（当時）の決断で、昨年度から「健康王国DX」という通信カラオケ機器を使用し始めました。

操作する機器は小さなタブレット1セットです。時間帯でB1と4Fに手軽に持ち運びして使用しています。タブレットには7万曲以上の楽曲で構成された「カラオケ」をはじめ1,000種類以上の動画で構成された「観る／癒す（ニュース映像・世界の風景・動物・落語など）」、「遊ぶ（脳活クイズ）」、「個別機能訓練」、「口腔機能訓練」など多彩なプログラムが格納されています。特に「個別機能訓練」「口腔機能訓練」は利用者ごとに実施した訓練結果をクラウド上に自動保存ができ、介護保険加算算定におけるエビデンスとしても活用ができ、昨年暮れの「渋谷区実施調査」でも渋谷区職員の方からも、その活用に高い評価と関心をいただきました。カラオケに行ったことがある人ならだれでも使える、素晴らしい機械です。



ある従軍看護師だったご利用者は、「露営の歌」という曲をいつも口ずさんでいます。クラシック音楽が好きな方、演歌が好きな方、英語の歌が好きな方…ご利用者の好みは千差万別です。8,000曲以上が格納された「健康王国」は職員とご利用者をつなぐ大きな機器です。私は職員の1人だと私は思っています。

3. お掃除ロボット「ルンバ」

広い4Fデイルームでは、これまで清掃を専門業者に外注していましたが、経費削減の為、昨年暮れよりお掃除ロボット・ルンバをレンタル導入させていただきました。レンタル代は65,760円。なんと年間1,734,240円が削減されました。



使い方は丸いボタン押すだけです。ルンバ君は床掃除を黙々と、文句も一言も言わず床掃除をしてくれます。彼はとても勉強熱心で、自分のカメラでゴミの位置を正確に把握して、部屋の中の状況も学習します。砂金と同じサイズの物も掃除してくれるので、場所を指示しないときれいになるまで同じ所をぐるぐる回って掃除してしまう事は短所でもあり長所でもあります。動けるところにはどこまでも行ってしまうため、水回りや障害物がある所は閉じておかないといけません。ルンバ君は自分の充電が少なくなると「充電して下さい」なども教えてくれます。電源が切れる時には「チャンチャン♪」と音楽が流れます。

以上、愛すべきお掃除ロボット、ルンバ君の紹介でした。

パール鉢山ではこれらの他にも、2019年厚生労働省「感染対策マニュアル」にて提示された「タオル・おしぼりの共用使用は避け、使い捨てを使用すること」という指針に基づき、「使い捨ておしぼりマシン：DREAM」も導入しました。

新しい機器の導入には、不得手な職員もおり、ホイ来たホイと進みません。人は「覚えられない」「私にはできない」と思ったら前に進むことはできません。人は一日、1つのことを学べば、1年で365個も学ぶことができ、進歩できるはずです。生き抜いていく為にも、努力して、前に進んでいきましょう。

公益財団法人 すこやか食生活協会を思い出す



社会福祉法人 パール 理事長
社会福祉活動教育研究所 会長
新谷 弘子

この6月で「すこやか食生活協会」の活動が創立40周年をお迎えになったとのお知らせをいただきました。創立者の堤恒雄氏を思い出しました。青山の表参道の近くでボランティア活動をしていた私たちの事務所「社会福祉活動教育研究所（社活研）」を堤さんは、奥様と一緒に訪ねて来られました。

お話を伺うと、農林省で管理職として活動しておられましたが、視力に障害を持ち、不自由になられた気持ちを伝えて下さいました。奥様が常に同行してサポートをされて居られました。

視力に障害を持つと食生活に楽しみを持たなくなる事例をよく説明して下さいました。知っている料理しか注文できない。視力に障害がある方々に、色々な食事を楽しむ情報を伝えてあげる必要を感じていること、堤さんが考えておられることを懇々と話されました。なるほど。堤さんのおっしゃることがよく分かりました。

私の母校である日本女子大の裏側に位置する目白台に、筑波大学附属・盲学校がごぞいます。その学校の先生方は、熱心に教育をされて居り、その先生の教育のお手伝いを私はしておりました。そこの先生のご指導で、本の対面朗読・文章を朗読してテープ録音をして居りました。やがて先生は、視覚障害の学生に、日本の字を伝えたい。その為には拡大の字で書いていただきたい、と言われ納得。1センチ四方の下書き表スジを作って文章を書きあげました。結果何人かが大学入試に合格されました。東京女子大・早稲田・立教・芸術大学等などだったと思います。ボランティアは、自分が合格したかのように涙を流して喜びました。



視覚障害者宛ての手紙・文章は郵便局から無料で発送されます。専門家の女子栄養大学の先生が書かれた文章をお預かりして、NHKのアナウンサーの方に読み方の練習をしていただき、録音します。それを機械で必要分をコピーします。それを郵便局に持参して、全国に発送します。それを毎月増産して郵便局に持参し、全国に発送する作業のお手伝いをすることになりました。その作業を40年も続けてきたのです。

当時の作業場となる事務所は、麻布にありました。近所にアメリカ大使館や郵便局がありました。そこに毎月通って作業のお手伝いをいたしました。東京都赤十字奉仕団から参加するボランティアの交通費などの支援を頂いてきました。お送りする対象者は毎月、1,000人位になっていると聞いてます。喜んでいただける良い活動と考えております。

パールライフ こどもテーブル ひいばあちゃんずコーラス隊

社会福祉法人パール
社会福祉活動教育研究所
パールライフスタッフ一同

パールこどもテーブル

パールこどもテーブルは毎月第3水曜日に開催しています。6月から食事とこどもの遊びを中心に活動を再開しました。周知の不足から6月、7月と1組の参加でしたが、無事に再開することが出来ました。ご参加いただいたこどもさんと保護者の方に感謝です。

こどもの居場所として保護者の方から以下のようなお言葉をいただきました。

「自宅に帰ったら思う存分遊んだので直ぐに爆睡しました」と嬉しい報せをいただき安堵したものです。

8月は5人のこどもさんたちが参加してくれました。こどもの居場所事業として少しずつ歩み始めます。

5人のこどもたちは大学生のお兄さんと一緒にボードゲームをしたり、しりとり絵などをして楽しみました。

保護者からは「頼る親戚も殆どいないため、地域の人と触れ合う機会が出来感謝しております。」と連絡をいただきました。

9月以降もイベントを企画するなどこどもさんたちが楽しめるこどもテーブルにしていきます。



パールひいばあちゃんずコーラス隊



パールひいばあちゃんずコーラス隊が8月に誕生しました。デビューは8月19日（月）の代官山子育て支援センターでした。講師の先生と元気なひいばあちゃん9人（最高年齢94歳）が13時に訪問し、40分間演奏と交流をしました。

会場では4組の親子が待っていてくれて「海」など6曲の演奏がされアンコールのお声もかかり双方が楽しみました。

ひいばあちゃんずのメンバーから「次も待たれているからもっと長生きしなきゃ」「楽しめた」「元気を貰った」「こどもたちが子守りうたで寝てくれた」といった嬉しい声が聞こえてきました。

食事から睡眠の質を高めよう



栄養・調理センター
栄養士 江守 由衣

50代以降は睡眠の質が低下

若い頃よりも疲れが取れない、そのように感じることはありますでしょうか。

実はその原因の一つは睡眠の質にあります。

深い睡眠をノンレム睡眠と言いますが、30代以降はこのノンレム睡眠の時間が大幅に少なくなるというデータがあります。

睡眠の質を上げる栄養素トリプトファンとは

トリプトファンは、体内で合成することが出来ない必須アミノ酸の一つで、睡眠ホルモンと呼ばれる「メラトニン」の合成に必要となる栄養素です。トリプトファンは豆腐や納豆などの大豆製品、ヨーグルトやチーズなどの乳製品、魚介類などに含まれています。体内で合成することが出来ず、必ず食事から摂取しなくてはならないため、毎日効率良く取り入れていきましょう。

また、夕食は就寝の3時間前までに済ませることで、胃の中の食べ物を消化・吸収させる時間を確保しておきましょう。

パールレシピ

秋刀魚のマヨチーズ焼き

秋が旬の秋刀魚を使ったレシピです。

缶詰で作れて簡単、手間いらず！

材料（1人分）

- ・秋刀魚の缶詰・・・1/2本
- ・塩、胡椒・・・少々
- ・玉ねぎ・・・100g
- ・ピザ用チーズ・・・20g
- ・しめじ・・・50g
- ・マヨネーズ・・・15g
- ・万能ねぎ・・・3g



- ① 玉ねぎは半分にスライス、しめじは小房に分けて塩、胡椒で炒める。
- ② 耐熱容器に①の具材と秋刀魚の缶詰の、具と汁を半量入れる。
- ③ ②の上にマヨネーズ、ピザ用チーズを乗せる。
- ④ 250℃に余熱したオーブンで10分焼く。足りない場合は5分追加する。
- ⑤ 万能ねぎをちらして完成。

事例紹介 認知症高齢者の 水分摂取量確保への取り組み



特別養護老人ホーム・パール代官山
ケアワーカー 門原 尚登

1、事例紹介

対象は水分摂取が悪い、認知症のご利用者全般

認知症高齢者の3大不足に、栄養・水分・刺激があります。栄養は栄養士のもとバランスに配慮して提供され刺激も生活支援の中で取り組んでいるので、今回は水分。とかく進みの悪いご利用者にスポットをあてました。

2、事例に関する問題点・課題

水分の進みの悪いご利用者が、どのようにしたらすすんで飲んでいただけるかの取り組みです。こまめに声掛けをするのではなく、ごく自然に摂取していただけることを工夫しました。

3、対応の経過・工夫した点

個人の嗜好、提供時の温度、甘味、認知症の程度を勘案し、ご利用者の個々に合わせて、進みのよい飲み物を提供。水、お茶、白湯、ココア、コーヒー、スポーツドリンク、カルピス、野菜ジュース等々、多種の飲み物を用意し、個々に合わせた飲み物をご提供した。

例:甘い物が好きな人、糖尿病の方には甘い飲み物は禁止、コップかストローか、トロミの程度、摂取が良い時間帯の把握等々、これらの情報共有を行った。

4、対応の結果および考察

施設においては温めの提供（やけど予防）を推奨されるが、アルツハイマー型認知症においては身体で覚えた習慣は保持されることが多い為、**熱め（70℃前後）の水分**で提供をすると、自身で息を吐きゆっくりすすむ様子が伺え、摂取状況もぬるめと比較すると概ね摂取が進んだ方もおられた。また、**甘味の強いものも、温かめより熱めが良好**であった。コーヒーは、砂糖少な目、クリーム多めで提供すると（苦みが抑えられたため）飲み干す割合が多くなった。冷たい飲み物もお茶よりもジュース（カルピス、スポーツドリンク）が進みよく、特にストローで飲むパックジュースは普段コップでは進みの悪いご利用者でも進んで摂取された。

5 事例に対する感想や学んだこと

在宅では症状には目を向けやすいが水分摂取量を把握しているご家庭は少なく、経験上認知症状が一気に進んだケースでは“脱水”が疑われるケースが見られていました。施設では1日1000CCを目安に管理を行っているため、極端な脱水は見られないが進んで摂取していただける工夫をすることで認知症予防や職員の負担軽減にも繋がればと思います。

地域貢献事業

特別養護老人ホーム・パール代官山
施設長 入江 祐介

鉢山町会主催『お祭り』の季節となりました。我がパールも鉢山町会員として、お祭りの準備～当日運営～後片付けまで、一貫して協力をさせていただいております。

今年も9月14日（土）・15日（日）のお祭り開催に向け、既に祭礼実行委員会を立ち上げ、7月1日から準備を開始。8月31日（土）には、掲示板設営の準備作業を実施しました。当日は台風10号の影響で大雨が懸念される中、当日は意外にも雨が止み作業決行。パールも男手が集まり、朝からお手伝い。曇り空ながら気温・湿度は高く、汗だくの中、町会の方々と協力し合い作業を実施。設営準備終了後は、鉢山施設にてお弁当を食べながら交流を深めることが出来ました。



令和6年度 鉢山町会

鉢山町会お祭り

<日程>

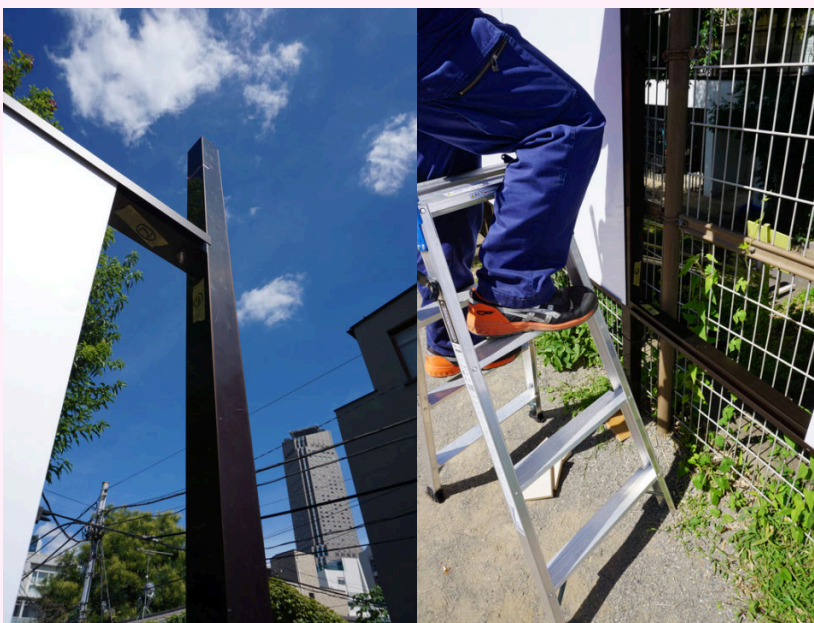
①令和6年9月14日（土）
13:00～ 子ども神輿&山車 渡御
※はじめから最後まで参加した子どもには、お菓子をプレゼント！
18:00～ 提灯アート・バルーンアート作り
※先着100名！
19:00～ 提灯アート点灯、アイスクリーム配布

②令和6年9月15日（日）
13:30～ 子ども神輿&山車 渡御
※はじめから最後まで参加した子どもには、お菓子をプレゼント！

<場所> 鉢山公園 ※ベットの同伴はご遠慮下さい。

鉢山町祭礼実行委員会

9月7日（土）には、鉢山公園内の提灯設営。9月13日（金）には、子ども神輿&山車、テントの設営を予定。9月14日（土）には、お祭り当日の子ども神輿・山車の巡行付添、夜（18～20時）からのイベント手伝い&打ち上げパーティーが待っています。昨年は、コロナ明け4年ぶりの開催となりましたが、大勢の親御さん・お子さん方が参加して下さり、会場は大賑わい。今年は近隣の飲食店にもお声かけをさせていただき、出店も検討中。昨年に続き、都立第一商業高等学校・国際ボランティア部の学生さんにもお声かけをしております、ご参加いただける予定。地域の方々と楽しい時間を過ごせることを、今から心待ちにしているところです。



もお声かけをしております、ご参加いただける予定。地域の方々と楽しい時間を過ごせることを、今から心待ちにしているところです。





パール



秋のイベントのご案内！

しぶやふるさとフェスティバル くみんの広場

11月2日(土)・3日(日)

於) 代々木公園



今年もパールが参加します！
「バザーブース」でお待ちしております！

パールよろず博 2024

11月29日(金)・30日(土)

於) 社会福祉法人パール 福祉総合プラザ

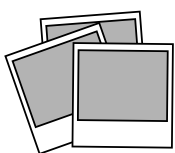


楽しい催し物を用意して今年も開催いたします。
どうぞ、遊びにおこしてください！



 2024年8月		
1	木	ヘアカット<クローバー>(デイ)・オレンジカフェ<虹の会>(居宅)
2	金	消防設備点検
4	日	特養おやつバイキング(厨房)
5	月	主任会議(特養)
6	火	経営会議・品質会議・新人採用会議・ケアマネ会議(居宅) カンファ(訪看)(用具)
7	水	東京都介護支援専門員実務研修実習生受入(居宅)
8	木	東京都介護支援専門員実務研修実習生受入(居宅) 実習生オリエンテーション<東京医療保健大学>(厨房)
11	日	山の日・特養おやつバイキング(厨房)
13	火	経営会議・ケアカンファ・中途採用会議 ヘアカット<マロン>(特養)・サ責会議(パケ) ケアマネ会議(居宅)・カンファ(訪看)(用具)
14	水	特養会議・訪問看護連絡協議会
15	木	オレンジカフェ<虹の会>(居宅)
17	土	納涼祭
18	日	特養おやつバイキング(厨房)
20	火	経営会議・ケアカンファ・経営戦略会議・教育担当会議 ケアマネ会議(居宅)・カンファ(訪看)(用具)
22	木	サービス担当者会議(特養)・在宅カンファ(パケ)
25	日	特養おやつバイキング(厨房)
27	火	経営会議・ケアカンファ・広報担当会議・ケアマネ会議(居宅) カンファ(訪看)(用具)

8月業務実績報告		
施設介護 稼働率	特養	97.6%
	短期入所	111.6%
通所介護 稼働率	一般クラス	86.4%
	認知クラス	46.5%
訪問介護 1日平均利用件数	本部	45件
	原宿	15件
訪問看護	1日平均利用件数	13件
居宅介護支援実 績件数	本部	94件
	恵比寿	104件
	原宿	80件
福祉用具	貸与者数	151件
配食サービス	1日平均利用食数	103食

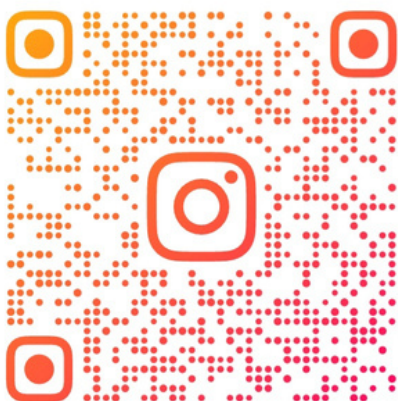


Information



特養

Instagram



@PEARL_TOKUYOSHIBUYA

パール

公式ホームページ



www.shibuya-pearl.or.jp/