

社会福祉法人 パール

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

〒150-0035東京都渋谷区鉢山町3-27

# パールだより

電話 03-5458-4811

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

## 5月号

発行日 令和7年5月1日

発行人 新谷弘子 制作編集 入江祐介

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

### 特別養護老人ホーム パール代官山

#### 外出レク♪

# ふれあい植物センターへ



渋谷区ふれあい植物センターへ外出してきました！  
渋谷区東に植物園があることをご存じでしょうか？  
以前はパールの外出レク行き先、ベスト1位だった  
のですが、約4年ぶりに行ってきました！



2023年にリニューアルオープンした植物園は、まさに『渋谷』という感じの、シャレオツな造りになっておりました。建物内にはお洒落なカフェがあり、植物を眺めながらカフェモカや渋谷農園で創られた果汁100%のオレンジジュース等を飲みながら楽しんで参りました。



デイサービスセンター・パール鉢山

社会福祉法人パール

令和7年4月1日（火）

# 創立26周年記念式典

社会福祉法人パールは、新谷弘子理事長が1977年に設立した「社会福祉活動教育研究所～パールライフ協会」における福祉・介護活動を土台として、1998年11月に東京都の認可を受け、1999年4月より渋谷区鉢山町にて福祉サービスを開始。

特別養護老人ホーム、デイサービス、ショートステイ、訪問介護、訪問看護、福祉用具、居宅介護支援事業所などの介護保険事業に加え、配食サービス、介護予防事業パールライフ、こどもテーブル、相談事業等の公益事業実施。これまで携わった事業数50を越え、「福祉総合プラザおしての役割を担って要りました。

去る4月1日、『創立26周年記念式典』を開催。デイサービスの皆様と共にお祝いの時間を設けることができました。

様々な思いで彩られた26年でしたが、これもひとえに、地域住民、厚生労働省や東京都、渋谷区等行政、関係業者の皆様のご指導・ご協力の賜物と思い、心より感謝申し上げます。

今後共、地域の皆様の子カラと慣れるよう、職員一同邁進してまいります。ありがとうございました。



# 素晴らしい地域のお仲間で パールのサポート活動はお見事



社会福祉法人 パール  
理事長 新谷 弘子

パールライフ活動は、月・水・金の地域交流スペースでの、筋トレ活動から始まります。皆さんとの昼食の後、自分の選んだクラブでの活動が始まります。皆さんとても喜んで、選んだクラブで楽しんで居られます。

興味のある方は、ご連絡下さい。

一方での玄関での受付サポーターの皆様は、月曜日から金曜日。

午前 9:00~13:00 午後 13:00~17:00 で交代。

このほか、本人の好みのパールライフのクラブ活動に、サポートとして参加。

お手伝いして下さる内容は、コロナ後の活動であり、清潔を維持。事務所が玄関から奥にある為、心遣いをして下さっています。

- ① お客様・面会者の案内。荷物の受け取り。
- ② 特養の面会者に、面会の受付表をお渡し、記入して頂き、担当者に知らせる。
- ③ スリッパに履き替えていただく。帰宅時にはそのまま置いていただき、消毒。
- ④ エレベーターの消毒を午前と午後にする。消毒液の交換。
- ⑤ 玄関の右側の地域の地域交流スペースを、午前と午後にテーブルを消毒。清潔を保つ。
- ⑥ パールライフ活動や、子どもテーブルについてのサポートに参加。
- ⑦ 食事の準備や後片付けの手伝い。
- ⑧ 帰えられる方の、名札の返却確認。
- ⑨ パールの裏の、鉢山町会の会館利用の手続きをする。
- ⑩ 夏の時期は、外出訪問して介護事業に参加して帰所した職員の為の、おしぼりタオルを作成し準備して置く。

# パールライフ ～音楽編～

パールライフ  
小川 文司



パールライフ音楽の時間では合唱やミュージックベル、リズム体操など様々な内容で音楽を楽しんで頂いております。1時間活動された後の皆様の表情はいつも大変晴れやかです。唱歌、童謡、歌謡曲、演歌、フォークソング、シャンソン、カンツォーネ、世界の民謡から選曲し、参加者様からのリクエストを歌うこともあります。

「歌い始めて1年経つ頃には声がよく出るようになりました」「食事の嚥下や、体の調子に良い変化が見られるようになりました」など、皆様からお話を伺うことがあり、改めて歌うことは健康になるように伺えます。



←また、地域の音楽祭（代官山フェットドラミュージック）や保育園などへ赴き、歌やミュージックベル演奏を披露することもあります。

春夏秋冬を感じる選曲することで四季を味わい時折、講師のピアノ演奏も聴いて頂き喜んで頂いています。



音楽盛りだくさんのパールライフ音楽の時間に皆さんいらっしゃいませんか？たくさんの出会いや楽しみを味わえるのではないのでしょうか。心よりお待ちしております。

# 季節の変わり目も 健康に過ごそう！

栄養・調理センター  
栄養士 江守 由衣

## 季節の変わり目に体調を崩しやすいのはなぜか？

大きな要因としては、気圧の変化や昼と夜の寒暖差、日照時間の差が大きくなることによる「自律神経の乱れ」が関係しています。また、生活環境の変化による精神的ストレスも「自律神経の乱れ」を引き起こします。

## 「自律神経」とは？

私たちの体内には無数の神経があり、そのなかで体温や発汗の調整などを通じて体の器官を調節するものを「自律神経」と言います。

自律神経には、「交感神経」と「副交感神経」の2種類があり、この2つの神経がバランスを取り合い、24時間働き続けています。しかし、季節の変わり目は気圧や寒暖差が大きく、2つの神経のバランスを保つことが難しくなってきます。よって、大きな寒暖差や環境の変化などのストレスがあると、その環境に頑張っただけで適応しようとするあまり「交感神経」が「副交感神経」より優位に働くことで、疲れ・眠気・肩こり・めまいなど様々な不調を起こしやすくなります。



## 「自律神経の乱れ」を予防しよう！

- ① 栄養バランスの良い食事を、1日3食しっかりと摂りましょう！

肉や魚、大豆などに含まれるビタミンB群は神経の働きを正常に保つ働きを担うため、積極的な摂取を心がけましょう。

朝食を適切に摂取することは、就寝中に下がった体温を上げることができるため健康で元気な一日を過ごす為に重要です。

- ② 適切な睡眠時間を確保しましょう！

日中の活動時に作用した交感神経とのバランスを保つために、夜間の睡眠時に作用する副交感神経を十分に働かせる必要があります。

38℃～40℃のお風呂に10分以上浸かることで、体温の上昇を促しさらに質の良い睡眠をとることが期待できます。



これから天気や気温が安定しない時期になりますが、以上のポイントを踏まえしっかりと対策を行い健康で元気な1日を過ごしましょう

# 高齢者虐待防止(養護者)& 身体拘束廃止への組織的な取り組み



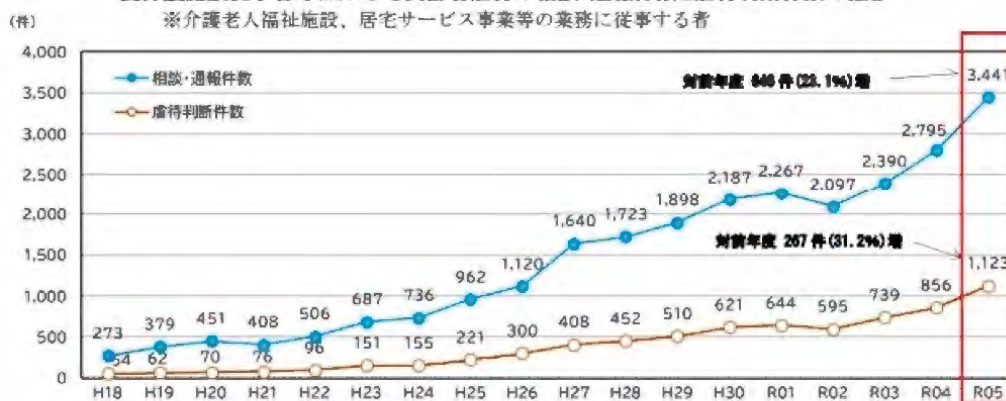
特別養護老人ホーム・パール代官山  
施設長 入江 祐介

「高齢者虐待防止法」に基づき、高齢者虐待の対応状況等を把握するため、厚生労働省が毎年調査を実施しています。調査データを基に最近の高齢者虐待、特に我々介護事業者による虐待発生状況及び防止に対する取り組みについて検討したいと思います。

## ■令和5年度 高齢者虐待判断件数

	養介護施設従事者等によるもの		養護者によるもの	
	虐待判断件数	相談・通報件数	虐待判断件数	相談・通報件数
令和5年度	1,123件	3,441件	17,100件	40,386件
令和4年度	856件	2,795件	16,669件	38,291件
令和3年度	739件	2,390件	16,426件	36,378件
令和2年度	595件	2,097件	17,281件	35,774件
令和元年度	644件	2,267件	16,928件	34,057件
平成30年度	621件	2,187件	17,249件	32,231件
平成29年度	510件	1,898件	17,078件	30,040件
平成28年度	452件	1,723件	16,384件	27,940件
平成27年度	408件	1,640件	15,976件	26,688件
平成26年度	300件	1,120件	15,739件	25,791件
平成25年度	221件	962件	15,731件	25,310件
平成24年度	155件	736件	15,202件	23,843件
対前年 増減率	267件 31.2%	646件 23.1%	431件 2.6%	2,095件 5.5%

養介護施設従事者等(※)による高齢者虐待の相談・通報件数と虐待判断件数の推移



養護者(※)による高齢者虐待の相談・通報件数と虐待判断件数の推移



養護者による虐待通報件数は過去最多で11年連続増加中。虐待判断件数は横ばいの状況。虐待による死亡事例は、27件(27人)であった。

## ■養護者による高齢者虐待

### ①通報者

警察34.3%、介護支援専門員24.8%、家族・親族7.5%、介護保険事業所職員5.9%、被虐待者本人5.4%、行政職員5.1%、医療機関従事者4.1%・・・。

### ②虐待の種別

1位(65.1%) = 「身体的虐待」 2位(38.3%) = 「心理的虐待」 3位(19.4%) = 「介護等放棄」4位(15.9%) = 「経済的虐待」 5位(0.4%) = 「性的虐待」

### ③虐待の深刻度

軽度40.1%⇒中度37.6%⇒重度16.1%⇒最重度6.2%の順。

### ④虐待者の続柄

息子38.7%、夫22.8%、娘18.9%の順。また、被虐待者と虐待者の2人暮らしが最も多い53.1%

### ④被虐待高齢者の状況

性別比 = 女性75.6%・男性24.4%

要介護度別 = 1位 = 要介護1 : 25.3%、2位 = 要介護2 : 21.6%、3位 = 要介護3 : 18.4%、

4位 = 要介護4 : 12.9%、5位 = 要支援2、6位 = 要介護5 : 7.3%、7位 = 要支援1 : 6.5%

日常生活自立度 = A : 41.7%、B : 20.8%、J : 20.5%、C : 7.3%、自立 : 4.3%

認知症自立度 = II : 36.7%、III : 24.4%、I : 16.4%、正常 : 8.0%、IV : 7.1%、M : 1.6%

### ④虐待の発生要因 ※複数回答

	件数	割合(%)
介護疲れ・介護ストレス	9,376	54.8
理解力の不足や低下	8,162	47.7
知識や情報の不足	7,960	46.5
精神状態が安定していない	7,855	45.9
虐待者の介護力の低下や不足	7,836	45.8
被虐待者との虐待発生までの人間関係	7,762	45.4
孤立・補助介護者の不在等	6,136	35.9
他者との関係のとりづらさ・資源への繋がりがづらさ	5,881	34.4
障害・疾病	5,101	29.8
障害疑い・疾病疑い	4,304	25.2
虐待者の外部サービス利用への抵抗感	4,079	23.9
家族環境(生育歴・虐待の連鎖)	3,357	19.6
「介護は家族がすべき」といった周囲の声、世間体に対するストレスやプレッシャー	1,887	11.0
ひきこもり	1,614	9.4
飲酒の影響	1,569	9.2
依存(アルコール、ギャンブル、関係性等)	1,353	7.9
その他	1,308	7.6

※上記の結果からも、介護サービス未利用、自立型・中等度の認知症の方が多い傾向。介護者が介護で孤立し結果的に虐待に至っているケースが多いことが分かる。

## ■養護者による虐待防止への対応と取り組み

養護者による虐待については、介護疲れや他に頼る方がいない、逆に介護熱心が故のストレスなどが見られる。言い換えれば、虐待をしたくてしているのではなく、結果として虐待をしてしまっているケースも多く、被虐待者と同様に、虐待者も被害者であるとも言える。高齢者虐待防止防の正式名が、「高齢者に対する虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律(平成18年4月より施行)」であるように、虐待している人を発見し、罰を与える・世帯分離をするのが目的ではなく、養護者(虐待者)も同時に支援することを目的としています。

虐待の深刻度も軽度での通報が最も多いことから、早期発見のネットワーク作りや適切な介護サービスへの繋ぎ、被虐待者と虐待者が一緒に暮らしていける環境を整備することが最も重要です。

※参考データ 厚生労働省ホームページ

令和5年度「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」に基づく対応状況等に関する調査結果  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_48003.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_48003.html)

4月行事予定	
1 火	パール創立26周年記念式典・経営会議・品質会議 ケアマネ会議(居宅)・カンファ(用具) 記念お祝い御膳(厨房)
3 木	オレンジカフェ<虹の会>(居宅)
6 日	特養おやつバイキング(厨房)
7 月	主任会議(特養)
8 火	経営会議・ケアカンファ・カットボラ<マロン>(特養) ケアマネ会議(居宅)・カンファ(訪看)(用具)
9 水	訪問看護連絡協議会会議(訪看)
10 木	カットボラ<クローバー>(デイ)
13 日	特養おやつバイキング(厨房)
14 月	給食会議(厨房)
15 火	経営会議・品質会議・経営戦略会議 ケアマネ会議(居宅)・カンファ(用具)
16 水	特養会議(特養)
17 木	オレンジカフェ<虹の会>(居宅)
20 日	誕生日会(特養)
22 火	経営会議・ケアカンファ・ケアマネ会議(居宅) カンファ(訪看)(用具)
23 水	経口維持会議(特養)
25 金	サービス担当者会議(特養)・在宅カンファ(パケ)

4月業務実績報告		
施設介護稼働率	特養	96.4%
	短期入所	94.3%
通所介護稼働率	一般クラス	81%
	認知クラス	59.3%
訪問介護 1日平均利用件数	本部	43件
	原宿	14件
訪問看護 1日平均利用件数		9件
居宅介護支援 実績件数	本部	104件
	恵比寿	93件
	原宿	74件
福祉用具 貸与者数		133件
配食サービス 1日平均利用食数		96食
キッチンパール		4食

27 日 特養おやつバイキング(厨房)

30 火 昭和の日・福祉会計来所(決算)・ケアマネ会議(居宅)  
カンファ(用具)

# ～ご寄付のお願い～

社会福祉法人パールは、特別養護老人ホームをはじめ、ショートステイ、デイサービス、訪問介護、訪問看護、居宅介護支援、福祉用具などの介護保険事業だけでなく、地域福祉の推進を目的に、社会貢献事業（パールライフや子どもテーブル、ボランティア活動など）にも積極的に取り組んでおります。

社会貢献事業を実施するにあたり、皆様からの寄付を受け付けております。皆様から頂いた貴重なご寄付は、地域社会を豊かにするための法人事業に活用させて頂きます。是非、皆様のお力添えをお願い致します。

尚、社会福祉法人パールは寄付金控除の対象法人となっており、当法人に寄付をいただいた場合、所得税控除制度を受けることができます。（要：確定申告）詳しくは、お近くの税務署や税理士、お住まいの自治体にお尋ね下さい。



社会福祉法人パール  
03-5458-4811 (代)