



ケアリンピック武蔵野

2023

プログラム・抄録集

日程：令和5年12月2日(土)

会場：武蔵野スイングホール

参加者アンケートにご協力をお願いします。

回答フォームはこちら



目次

ご挨拶	P.4
開催概要	P.6
主催者概要	P.7
協力・協賛企業、事業者一覧	P.8
会場のご案内	P.9
プログラム	
タイムスケジュール	P.11
永年従事者表彰式	P.13
基調講演	P.15
演台発表	
『お墓参り、家族旅行に行ける』 ～望みは実現できる～/ライブ武蔵野御殿山	P.19
『ご入居者様の笑顔を守るために』 ～私たち全職員の”想い”ラポール構築で成しえたQOL維持の取り組み～/シルバーシティむさしの櫛館	P.20
『通いの場・集いの場からフレイル脱出プロジェクト ノルディックウォークで足腰げんき』 ～武蔵野市いきいきサロン活動事例～/スマートヘルスプロジェクト健康ウォークサロン八幡町	P.21
『心疾患がある認知症独居の超高齢者へのサポート』 ～一人暮らしは独りじゃない!～/セコム吉祥寺訪問看護ステーション	P.22
『みんなで考えよう! 没後のこと』 ～成年後見人から見た「本人意思が尊重される没後の備え方」～/公共財団法人武蔵野市福祉公社権利擁護課権利擁護センター	P.23
『共助力の促進を目指した多世代交流イベントの取り組み』 ～災害時に期待される高齢者の役割について～/むちゅーいきいきサロン	P.24
『多様性を認めあう介護』 ～区別して、差別せずに、選択する～/一般社団法人GIFT協会	P.25
出展・展示コーナー	
フロアマップ	P.28
さわってためせる：福祉用具展示・相談会	P.29
たべてためせる：介護食コーナー	P.30
聞こえのセカイ：補聴器展示会・講座	P.31
あなたの血管は何歳？健康チェック	P.32
“利用者と家族”、“施設と地域のつながり”介護施設利用者作品展	P.33
武蔵野市×杏林大学 vol.3 ～まちで支える介護のいま～	P.34
気象予報士によるミニ講演会～介護施設における防災対策～	P.35
ひとごとではない 高齢者の消費者被害/あなたの手を市民の支えに 介護・福祉職へのメッセージ	P.36
導入はお済みですか？ケアプランデータ連携システム体験	P.37
体軸健康体験	P.38
武蔵野市事業者連絡会紹介	
武蔵野市居宅介護支援事業者連絡協議会	P.40
武蔵野市訪問介護事業者連絡会議	P.41
武蔵野市訪問看護・訪問リハビリテーション事業者連絡会議	P.42
武蔵野市通所介護・通所リハビリテーション事業者連絡会議	P.43
武蔵野市介護老人福祉施設長会	P.44
武蔵野市PT・OT・ST協議会	P.45
武蔵野市福祉用具事業者連絡会議	P.46
ケアリンピック武蔵野のあゆみ	P.47



武蔵野市からのご挨拶



武蔵野市長職務代理者 武蔵野市副市長
伊藤 英穂

日頃より、武蔵野市の高齢者福祉施策ならびに介護保険施策にご理解とご協力をいただき、心から御礼申し上げます。

本年5月より5類に移行した新型コロナウイルス感染症は、私たちの仕事・生活などさまざまなところに影響を及ぼしました。この間、感染すると重症化のリスクが高い高齢者と接する皆さまにおかれましては、感染対策の徹底や、さまざまな制限を求められる環境が続いたことと存じます。ケアの現場を支える皆さま一人ひとりの日々の努力によって守られてきた暮らしや笑顔がたくさんあります。改めて、これまでの取組みに深く敬意を表します。

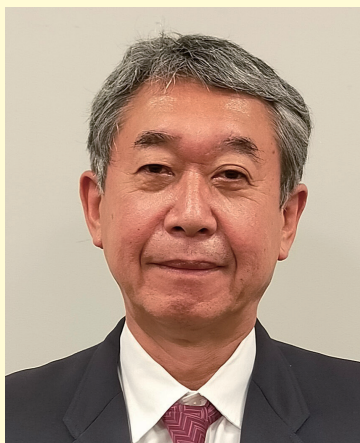
福祉・介護に携わる皆さまは、ケアの現場を守るため、プライベートにおいても人との接触を避けざるを得ない状況があったと思います。現在、新型コロナウイルス感染症をきっかけに、デジタルツールを活用して研修や会議などを非対面で行うことが可能になり、様々な現場で定着しつつあります。このような取り組みは、ケアの現場を感染症から守るためにも、大変有意義なものであると考えます。

また、デジタルツールの活用は、労働生産性の向上においても有効です。介護・看護の現場においても、こうしたデジタルツールを活用することによって、記録作成や情報伝達など、皆さまの業務負担を軽減し、結果として働きやすい職場づくりの一助となることを期待しています。本日のケアリピック武蔵野2023において、そのような「働きやすい職場環境」＝「魅力のある職場」の整備につながる発見があれば幸いです。

本年9月の「健康長寿のまち武蔵野推進月間」では、高齢者の皆さま自身の行動変容のきっかけとなるようさまざまな認知症とフレイル（虚弱）予防に関する事業を実施しました。これに引き続く本日の「ケアリピック武蔵野」では、高齢者の皆さま自身はもちろん、福祉・介護に携わる皆さまにとっても気づきや発見の機会となるよう努めてまいりました。

開催に向け、ご多忙な中、準備を進めていただいた実行委員会の皆さまや、協力・協賛いただいた関係各機関、事業者等の皆さまに心から感謝申し上げますとともに、この『ケアリピック武蔵野2023』が、本市における「まちぐるみの支え合いの仕組みづくり」推進の一助となることを、大いに期待しております。

ケアリンピック武蔵野2023 開催に当たって



ケアリンピック武蔵野2023実行委員会 委員長
栗原 有

新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行してから初めて行われるケアリンピック武蔵野、今年で8回目となります。

昨年までは感染症真ただ中での開催であり、関係者の皆様には相当なご苦労があったものと思います。そういった環境の中、継続してこのケアリンピック武蔵野を開催されてきた武蔵野市、介護福祉（ケアリンピック武蔵野）に関わるすべての法人、個人、また市民の皆様には心から敬意を表します。

ケアリンピック武蔵野2023を開催するにあたり、今年5月より実行委員会を計7回開催してまいりました。実行委員会は市内で介護福祉に関わる各方面の専門の法人・個人によって構成され、武蔵野市役所高齢者支援課を事務局として運営されています。また、武蔵野市と包括連携協定を締結している杏林大学にもご協力をいただいています。

実行委員の方々も最初の顔合わせの時は少なからず緊張もございましたが、会を重ねるごとに活発にご意見をいただき、幅のある弾力性に富んだ委員会とすることが出来ました。

介護福祉に関わると感じるのですが、“老い”が周囲にあまりない環境下で生活をしている方は、高齢化社会の現実を知ること、理解することがなかなかできません。私も若い時には、老いという現実を避けて生きようとしていた時期があったのも事実です。

ケアリンピック武蔵野2023実行委員会で議論を重ねていく過程において、会議で取り上げる題材は、そういった意味からも我々にとって多くの重要なテーマを含んでいることがわかります。

今回、実行委員長としてケアリンピック武蔵野2023を通して是非やりたいこととして、市民の方々のご参加を広く促していきたいと考えております。市民の皆様方に介護福祉の現状を知っていただき、理解していただくことで、社会全体として将来の介護福祉のビジョンをどのように描いていくかをイメージする必要性があると思うからです。

『介護福祉は行政がやるもの』という考えから脱却し、我々自身が介護を身近にとらえ、その範囲を家族から町内へ、市へと確実に広げてゆく作業を粘り強く行っていかなくてはならない、そう思います。

そのような中で、ケアリンピック武蔵野は毎年広く市民及び近隣市町村ひいては日本国民の皆様へ、高齢化社会における問題点を立体的に示し、また興味を持ってもらうため、様々な角度から問題提起しており、このことは高く評価されるべきものであると思います。

介護福祉は一部の当事者間だけの問題ではなく、広く社会に対し問題提起できるよう活動を続けていく必要があります。これからも尽力していきたいと思うところです。



開催概要

- 名称：ケアリピック武蔵野2023
- 目的：永年介護現場で市民生活を支え続けた介護職員等が、武蔵野市の地域としての目標に沿った先進的な取組みを紹介し、互いに研鑽し、称賛する場としてケアリピック武蔵野2023を開催します。武蔵野市版地域包括ケアシステム“まちぐるみの支え合いの仕組みづくり”に向けて、介護や看護に従事する方たちが誇りとやりがいをもって働きつづけられることや、人材確保の推進に寄与することを目的とします。
- 日時：令和5年12月2日（土）
午前10時から午後2時まで
- 会場：武蔵野スイングホール（〒180-0022 東京都武蔵野市境2-14-1）
2階スイングホール
11階レインボーサロン
武蔵野市動画チャンネル（YouTube）でオンライン配信を行います。



- 参加対象：介護及び看護事業者、介護・看護に従事する方、福祉の仕事に興味・関心のある方、市民、学生、その他どなたでも参加可能
- 参加費：無料
- プログラム概要
 - 永年従事者表彰
 - 講演会
 - 演題発表／審査表彰を実施
 - ブース出展 ・武蔵野市×杏林大学 vol.3～まちで支える介護のいま～

- ・福祉用具展示・相談会
- ・介護食コーナー
- ・補聴器展示会・講座
- ・健康チェック
- ・体軸健康体験
- ・介護施設利用者作品展
- ・気象予報士によるミニ講演会
- ・高齢者の消費者被害
- ・ケアプランデータ連携システム体験
- ・介護・福祉職へのメッセージ

- 主催：ケアリピック武蔵野2023実行委員会
- 共催：武蔵野市
- 後援：一般社団法人武蔵野市医師会、公益社団法人東京都武蔵野市歯科医師会、一般社団法人武蔵野市薬剤師会、武蔵野市柔道整復師会、武蔵野赤十字病院、公益財団法人武蔵野市福祉公社、公益社団法人武蔵野市シルバー人材センター、社会福祉法人武蔵野市民社会福祉協議会、公益財団法人武蔵野健康づくり事業団、社会福祉法人武蔵野
- 協力：厚生労働省、公益社団法人国民健康保険中央会、国際医療福祉大学、杏林大学、一般社団法人日本補聴器販売店協会、武蔵野市居宅介護支援事業者連絡協議会、武蔵野市訪問介護事業者連絡会議、武蔵野市訪問看護・訪問リハビリテーション事業者連絡会議、武蔵野市通所介護・通所リハビリテーション事業者連絡会議、武蔵野市介護老人福祉施設長会、一般社団法人武蔵野介護予防研究会、武蔵野市福祉用具事業者連絡会議、武蔵野市PT・OT・ST協議会、介護保険事業者
この他、本抄録集P.6に掲載

主催者概要

■実行委員長

栗原 有（介護老人福祉施設長会）

■実行委員

< 2階スイングホール担当 >

上埜 達哉（通所介護・通所リハビリテーション事業者連絡会議） < 副実行委員長・講演会担当 >
猪野 牧子（訪問介護事業者連絡会議） < 永年従事者表彰担当 >
川西 理乃（居宅介護支援事業者連絡協議会） < 講演会担当 >
檜崎 真由美（訪問看護・訪問リハビリテーション事業者連絡会議） < 演題発表担当 >

< 11階レインボーサロン担当 >

小泉 英一

（株式会社あしすとあしすと福祉用具事業所）

< 副実行委員長・11階企画担当 >

小嶋 敏之

（株式会社太平洋シルバーサービス）

< 武蔵野市×杏林大学 vol.3担当 >

山本 真史

（合同会社SHIIP 訪問介護ステーションえ〜とす）

< 11階企画担当 >

野上 辰男

（株式会社アライブメディケア アライブ武蔵野御殿山）

< 11階企画担当 >



■事務局

山田 剛（健康福祉部長）

小久保 渉（健康福祉部高齢者支援課長）

長坂 朋子（健康福祉部高齢者支援課相談支援担当課長）

増田 美照（健康福祉部高齢者支援課介護保険係介護サービス担当係長）

小谷 勇樹（健康福祉部高齢者支援課介護保険係介護サービス担当主任）

増淵 有紀（健康福祉部高齢者支援課介護保険係介護サービス担当主事）

菊池 智大（健康福祉部高齢者支援課介護保険係介護サービス担当主事）

金丸 絵里（健康福祉部地域支援課在宅医療・介護連携担当係長）





協力・協賛企業・事業者一覧

【協力団体・事業者】

社会福祉法人親の家 特別養護老人ホーム親の家
医療法人社団陽和会 介護老人保健施設ハウスグリーンパーク
株式会社あしすと あしすと福祉用具事業所
NPO 法人グレースケア機構 NPO グレースケア
医療法人社団東仁会 居宅介護支援事業所東京サポートセンター
株式会社三祐産業 稲垣薬局リハビリ訪問看護ステーション
株式会社太平洋シルバーサービス シルバーシティむさしの櫛館
株式会社太平洋シルバーサービス シルバーシティ武蔵境
株式会社太平洋シルバーサービス シルバーシティ武蔵野
合同会社SHIIP 訪問介護ステーションえ〜とす
株式会社アライブメディケア アライブ武蔵野御殿山
一般社団法人スマートヘルスプロプロジェクト
武蔵野市中央地区商店連合会
一般社団法人GIFT 協会
日建リース工業株式会社 パナソニックエイジフリーショップ武蔵野三鷹
株式会社フロンティア 西東京営業所
フォワード98 株式会社 スマイルケア西東京
株式会社ヤマシタ 調布営業所
株式会社 Re Re・Try
株式会社伊藤園
ピジョンタヒラ株式会社
株式会社明治
イーエヌ大塚製薬株式会社
学校法人二葉総合学園 吉祥寺二葉製薬専門職学校
明治安田生命保険相互会社 武蔵野支社
NDソフトウェア株式会社



会場のご案内





会場のご案内

●会場

武蔵野スイングホール

JR武蔵境駅 北口 徒歩1分

〒180-0022 東京都武蔵野市境2-14-1



2階 スイングホール

- ・開会式
- ・永年従事者表彰式
- ・講演会
- ・演題発表

11階 レインボーサロン

- ・出展、展示、講座
- ・演題発表表彰式
- ・閉会式



プログラム





タイムスケジュール

タイムスケジュール

日時：令和5年12月2日（土） 午前9時30分開場 10時から午後2時まで

場所：武蔵野スイングホール／2階スイングホール／11階レインボーサロン

2F スイングホール

9時30分	開場
10時00分	開会式
10時15分	永年事業者表彰式 武蔵野市民を対象に15年以上働く、介護・看護職員の皆さんを武蔵野市長職務代理者から表彰します。
11時00分	講演会 講師：秋山仁氏
12時00分	演題発表 介護現場の先進的な取り組みなどを発表し、表彰します。 ※表彰は11Fレインボーサロンで行います
13時00分	閉場

11F レインボーサロン

10時00分	開場 ※各展示や企画は、午前10時～午後2時まで継続して実施されます。
11時00分	補聴器講座（1回目） 高齢者の消費者被害（1回目）
12時00分	補聴器講座（2回目） 高齢者の消費者被害（2回目） ※1回目と同じ内容
13時00分	気象予報士によるミニ講演会
13時40分	演題発表表彰式
13時55分	閉会式
14時00分	閉場



永年従事者表彰式





介護・看護職員永年従事者表彰

会場：2階スイングホール

時間：午前10時15分から11時

内容：介護保険サービスを提供する事業者から推薦された、武蔵野市民を対象に15年以上働く、介護・看護職の皆さんを表彰します。

介護・看護永年従事者表彰・受賞者一覧(敬称略)

事業所名	氏名
有限会社 愛心介護サービス	鴨志田 恵子
	立木 香苗
	永瀬 純子
	江川 律子
株式会社三祐産業 稲垣薬局 介護サービス	岩佐 厚子
	牧田 恭子
	小山 節子
株式会社三祐産業 稲垣薬局 介護サービスケアセンター コトニア吉祥寺	水木 美沙
	鈴木 律子
	水木 洋輔
	根本 ヨシノ
社会福祉法人親の家 親の家	神山 節子
	菊地 広美
	茂田 順由
	笠原 秀実
社会福祉法人至誠学舎東京 吉祥寺ナーシングホーム	竹内 千恵子
	北村 初美
	藤久保 悦子
社会福祉法人至誠学舎東京 吉祥寺ホームヘルプセンター	小嶋 敏晴
	石澤 理香
	平田 健
医療法人社団陽和会 介護老人保健施設ハウスグリーンパーク	松田 秀洋
	上埜 達哉
	佐々木 美和子
	高山 由紀子
	木暮 佳恵子
	塩田 勝
社会福祉法人徳心会 特別養護老人ホームさくらえん	齊藤 大介
	佐藤 直樹
株式会社太平洋シルバーサービス シルバーシティむさしの樺館	北岡 仁美
株式会社太平洋シルバーサービス シルバーシティ武蔵野	山本 陽子
有限会社多摩たんぼ介護サービスセンター	千葉 信子
	高橋 ひとみ
社会福祉法人とらいふ 特別養護老人ホームとらいふ武蔵野	安海 賢司

事業所名	氏名
株式会社日本介護センター吉祥寺支店	鈴木 恵美子
	梶間 裕子
	吉本 伊佐武
	矢部 伸治
公益財団法人武蔵野市福祉公社 ホームヘルプセンター武蔵野	田中 奈保美
	寺川 智香子
医療法人社団ゆうの会 むさしの共立診療所	金子 恵理
社会福祉法人武蔵野 ゆとりえデイサービスセンター	鈴木 美香
	魚返 恵
	和田 枝里子
社会福祉法人さくらぎ会 特別養護老人ホーム こもればの郷	戸井田 恵子
	岡崎 やよい
	蒲生 晃子
	田中 亮
	青田 拓馬
	増田 礼乃
	谷口 浩美
	清水 彩
	栗野 加代子
	河野 恵
	大久保 泰
大城 昭子	
社会福祉法人清快福祉会 特別養護老人ホーム 新清快園	石井 奈緒子
	林 崇徳
	土澤 友寿
	青田 信子
	室岡 和廣
	奥秋 寿美
	船木 ひとみ
	宮杜 京子
	川久保 志保子
	日高 晃子
榎本 杏	
社会福祉法人至誠学舎東京 緑寿園	村上 理江
	山崎 雅子
	馬籠 亜樹子
	山田 佳世子
	照井 邦代
	合津 えりか
	齊藤 美智子
	上倉 智子
	今井 温子
	工藤 智恵美



基調講演





介護現場の「生産性向上」、 取り組んでいますか？

～介護人材不足を意識した業務負担軽減と効率化～



厚生労働省 老健局 高齢者支援課
介護業務効率化・生産性向上推進室 室長補佐
あきやま ひとし
秋山 仁氏

【経歴】

- 1997年～ 国立障害者リハビリテーションセンター 自立支援局 塩原視力障害センター
- 2013年～ 厚生労働省 社会・援護局 障害保健福祉部 障害福祉専門官
- 2016年～ 同 福祉用具専門官
- 2020年～ 厚生労働省 老健局 認知症施策・地域介護推進課 課長補佐
- 2022年～ 同 高齢者支援課 介護業務効率化・生産性向上推進室 室長補佐

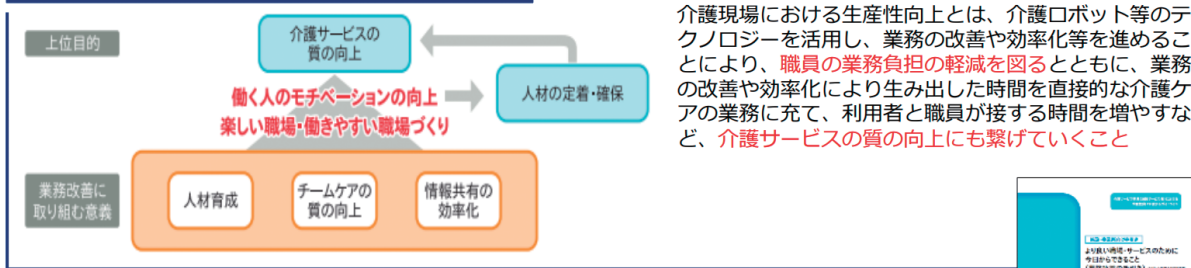
介護現場における生産性向上(業務改善)の捉え方と生産性向上ガイドライン

一般的な生産性向上の捉え方

- 業務のやり方を工夫することで、現在の業務から「ムリ」「ムダ」「ムラ」をなくし、業務をより安全に、正確に、効率的に行い、負担を軽くすることを目的として取り組む活動のこと。
- 生産性 (Output (成果) / Input (単位投入量)) を向上させるには、その間にあるProcess (過程) に着目することが重要



介護サービスにおける生産性向上の捉え方



生産性向上に資するガイドラインの作成

- 事業所が生産性向上(業務改善)に取り組むための指針としてガイドラインを作成。
 - より良い職場・サービスのために今日からできること (自治体向け、施設・事業所向け)
 - 介護の価値向上につながる職場の作り方 (居宅サービス分)
 - 介護サービスの質の向上に向けた業務改善の手引き (医療系サービス分)



<https://www.mhlw.go.jp/stf/kaigo-seisensei.html>

【介護サービス事業における生産性向上に資するガイドライン】



演題発表抄録集





演題発表

■審査委員

国際医療福祉大学生涯学習センター専任教員 齋藤 恭子 氏

日本赤十字武蔵野女子短期大学看護科・専攻科卒業。

国際医療福祉大学大学院医療経営管理分野医療経営戦略コース医療経営学修士。

武蔵野赤十字病院を経て、令和3年より現職。

杏林大学総合政策学部教授 木暮 健太郎 氏

平成20年4月に杏林大学総合政策学部講師として着任。

平成24年4月より准教授、令和2年4月より教授。専門は政治学。

担当する授業の一環として、令和3年からケアリニック武蔵野に学生とともに関わる。

■演題一覧(口演のみ) 正午から～午後1時まで

No.	テーマ	事業者及び団体名	座長
1	お墓参り、家族旅行に行ける ～望みは実現できる～	株式会社アライブメディケア アライブ武蔵野御殿山	木暮氏
2	ご入居者の笑顔を守るために ～私たち全職員の“想い”ラポール構築で成しえたQOL 維持の取り組み～	株式会社太平洋シルバーサービス シルバーシティ武蔵野櫛館	
3	通いの場・集いの場からフレイル脱出プロジェクト 『ノルディックウォークで足腰げんき』 ～武蔵野市いきいきサロン活動事例～	スマートヘルスプロジェクト 健康ウォークサロン八幡町	
4	心疾患がある認知症独居の超高齢者へのサポート ～一人暮らしは独りじゃない！～	セコム医療システム株式会社 セコム吉祥寺訪問看護ステーション	齋藤氏
5	みんなで考えよう！没後のこと ～成年後見人から見た 「本人意思が尊重される没後の備え方」～	公益財団法人武蔵野市福祉公社 権利擁護課権利擁護センター	
6	共助力の促進を目指した多世代交流イベントの取り組み ～災害時に期待される高齢者の役割について～	むチューいきいきサロン	
特別枠			
	多様性を認めあう介護 ～区別して、差別せずに、選択する～	一般社団法人GIFT協会	齋藤氏

■演題発表表彰式 午後1時40分から

11階レインボーサロン

お墓参り、家族旅行に行ける ～望みは実現できる～

特定施設入居者生活介護 アライブ武蔵野御殿山
介護職員 古仲明美、介護職員 横田祐里

【対象者】

今回の事例でご協力いただいたのは、A様 女性 90代 要介護4
障害高齢者の日常生活自立度：B2
認知症高齢者の日常生活自立度：II b
既往歴はスライドをご参照ください。また、入所された当時は認知症高齢者の日常生活自立度はIII A、移動は全て車いす全介助でした。

【背景・目的】

2019年よりアライブメソッドを取り組みはじめA様のADLの変化を見てご家族様より、家族旅行のお話を頂きましたが、2021年はコロナの影響もありご家族様も一時断念しました。今年に入り、コロナの感染者数が一時減少したこと、また、更なるADLの変化を見て、再度、旅行のお話を頂き旅行先での杖歩行を目標にすることで、ADLが向上しできなかったことができる、さらに生活意欲が出ることを目的とし、旅行の実現に向けて取り組みました。

【方法①歩行訓練】

2020年11月よりセーフティーウォーカーを導入し、職員による使用研修を行いました。2021年1月より、A様のセーフティーウォーカー歩行訓練を開始しました。まずは1日1回、廊下15mから始めました。開始当初はサドルに座りながら行いましたが、力が入りすぎたことによる肩の痛みの訴えがありました。2021年1月中旬には、サドルに座らず加重をかけた歩行を開始し、アームの高さを調節したことで、肩の痛みは軽減しました。

2021年2月より、ラビット歩行器に変更しました。この時点では1日1回でしたが、3月からは1日2回行い、5月からは1日3回合計120mの歩行を行うことができました。6月には居室内、トイレ移動なども、歩行器使用を開始しました。面会時にご家族様が、A様が歩行器で歩かれている様子を見て、故郷のお墓参り旅行に行けると判断された瞬間でした。2021年10月より、ラビット歩行器から3点杖の歩行に切り替えました。初めは居室入口からリビング入口まで11mの距離を1日1回行うことから始めました。12月には距離を伸ばし、居室入口からリビングの食席まで往復40mの距離を1日1回行い、2022年1月には居室入口からリビングの食席までの距離を1日3回合計120m杖歩行で行えました。

【方法②食事・水分摂取量の推移】

旅行に出かけられる日程直前まで、ご家族様との面会の回数を増やしていただき、好きなお寿司の出前を取ることで、摂取量アップを目指しました。実際に、出前のお寿司の日はまぐろ10貫のうち8貫召し上がられていました。

【結果】

アライブメソッドの取り組みにより、移動が車いすから杖での歩行が可能となり、食事量・水分量に関しては、体調を崩されるまでは安定し、内服薬に関して変化はみられませんでした。

体調を崩されてからは食事、水分の摂取量低下が続き、歩行する体力も低下し、排便リズムも崩れ座薬を使用することもありました。そこで、多職種で連携し、ご家族様にも協力をいただいたことで摂取量が上向きになりました。以上の取り組みから、お墓参り、家族旅行が実現しましたが、目標の旅行先での杖歩行は出来ず、車椅子での移動となりました。

A様は3泊4日で旅行を楽しまれました。ご本人よりは、「夢のような時間だった」「温泉にたくさん入ってきた」「普段会えない人たちに会えた」などとおっしゃっており、旅行に行ったことを何度もお話して下さいました。

旅行を終えてからも、食事量の低下はみられました。ご家族様にもご協力を得て、出前や面会などは回数が減りましたが継続していただき、主治医である息子様の判断により10月には点滴を行いました。それによって、徐々に水分・食事量が上向きになり、12月から機能リハビリも再開しました。

ご入居者様の笑顔を守るために

～私たち全職員の“想い”

ラポール構築で成しえたQOL維持の取り組み～

特定施設入居者生活介護 シルバーシティむさしの櫛館
ヘルパー主任 伊東 亮太、フロント（コンシェルジュ） 齊藤裕子

【目的】

2020年以降のコロナ禍により、面会制限のみならず、外出や外部講師の入館も制限され、ご入居者様のAOL低下が懸念された。しかし、日頃からラポール（職員同士の信頼関係）構築に努めてきたシルバーシティむさしの櫛館では「私たちにも“できること”はある」と、フロントや事務、営繕など間接部門の職員たちが手を挙げた。持ち前のチーム力を生かし、ミーティングを開催して介護・看護部門とも十分に意思疎通を図ったうえで、自分の得意分野を活かしながら、日々のサークル活動の企画・運営をスタート。これにより波及的にもたらされた様々なメリットについて考察する。

【具体的な取り組み】

外部講師（3名）によるサークル活動と季節のイベント以外は、間接部門が主体となり企画・運営。主なサークルと担当職員は以下の通り。

- ①脳トレ、頭の体操（フロント・事務職員）
- ②マジックショー（フロント主任）
- ③毎朝の体操（フロント・事務職員）
- ④折り紙の部屋（フロント・事務職員）
- ⑤お話の部屋（事務職員）
- ⑥クラフトの部屋（フロント・事務職員）
- ⑦ミニスポーツサークル（フロント職員）
- ⑧フラワーアレンジメント（フロント・事務職員）
- ⑨バンド演奏（営繕職員）

【取組み結果】

当ホームにおける介護に係る職員体制は「2：1」ともともと手厚いが、介護職員の一部業務を間接部門が担うことにより、ケアの時間にゆとりが生まれ、下記の効果が発揮された。

- ・サークル等の際、気になったことはすぐに介護や看護部門へ情報共有することで、生活面や健康面での取りこぼしが少なくなった。
- ・ご家族様の外泊や入院、または転倒等によりご自宅では介護できなくなる場合等、ご家族様の急なお困り事に、より迅速に寄り添えるようになった。
- ・ご入居者様に寄り添う時間が増え、今まで以上に個別対応が可能となった。
- ・介護職に研修を依頼し、間接部門の見守り能力が向上した。
- ・以上により、日勤帯の事故件数を2020年度19件、2021年度14件、2022年度8件と、年々減らすことができた。この要因は、間接部門の職員に係る居室外の事故件数を減らすことができたためと考えられる。（2020年度9件→2021年度3件→2022年度1件）

【考察】

日頃から園長（管理者）、介護職、看護職、その他各部門との間でラポール形成が出来ていたからこそ実現できた取り組みといえる。現在も外部に頼ることなく、フロントや事務職員が創意工夫しながら、日々のサークル活動を企画・運営している。これらの取り組みは当ホームにノウハウとして蓄積され、たとえ平時でない場合も、ご入居者様のメリハリある生活をお支えできる体制が整った。フロントや事務職員もご入居者様に対する“想い”は同じ。これからもラポール形成に取り組み、ご入居者様の笑顔やQOLを守り続けていきたい。

通いの場・集いの場からフレイル脱出プロジェクト 『ノルディックウォークで足腰げんき』 ～武蔵野市いきいきサロン活動事例～

スマートヘルスプロジェクト 健康ウォークサロン八幡町
健康運動指導士 JNWLウォーキングライフマイスター 大方 孝

【目的】

ノルディックウォークを活用して足腰をげんきにすることでフレイルを予防することを目的としたサロンとして令和4年10月より運営開始する。

- ①社会的孤立感の解消 ②心身の健康維持 ③要介護状態の予防
- ④住み慣れた地域での在宅生活の継続支援 ⑤多世代間交流の実施

【具体的な取り組み方法】

- ・対象者…高齢者の健康づくりと介護予防として概ね65歳以上の方を対象とした。
- ・取組みの具体的な手法…健康講話・神経筋協応運動・健康体操・ノルディックポールストレッチング&エクササイズ・ノルディックウォークを含む運動プログラムを実施した。
- ・取組み時間や期間…毎週金曜日午前10時から2時間程度、週1回、年間24回実施した。
- ・取組み手順…①集会所集合 ②自動体温測定と手指の消毒 ③水分補給水、講話資料配布 ④出席確認 欠席者安否確認 ⑤健康講話(テーマ別) ⑥脳トレ体操 ⑦都立武蔵野中央公園へ外出 雨天時、室内プログラム ⑧集会所 モグモグタイム ⑨次回のお知らせ ⑩解散
- ・取組んだ職員数や構成…毎回講師1名、ボランティアスタッフ3名で構成した。
- ・活動の成果を出すポイントになった点…ノルディックポールを使用したストレッチング・筋トレ・ノルディックウォークを実施することで上肢下肢の筋力・歩行力の維持を図る。その結果、姿勢の改善と歩幅の拡大、歩行速度が向上したことでADLを維持してQOLの維持向上に繋がった。
- ・必要とした道具や費用…購入費合計¥151,000
備品等はノルディック用ポール12組、室内用空気加湿清浄機、自動体温測定器付消毒(アルコール噴霧器)ディスペンサー、除菌スプレー、除菌シート、トイレ用除菌スプレー、ポール消毒用スプレー、消毒液。

	実施前		実施後		TTEST
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	p値
握力 右	24.423077	8.09046484	25.875	7.59008399	0.3530382
握力 左	24.538462	8.17703524	25.625	7.54879957	0.3624331
椅子立座り	19.004615	4.17052407	17.385	5.04429319	0.3427959

【取組み結果】



【考察】

ノルディックウォークを活用した健康ウォークサロンに6ヶ月間通った結果、①姿勢②握力③椅子の立ち座りの3項目の測定結果で、スコアの維持、改善が示された。参加者10名の平均年齢は78歳、最高年齢83歳、最低年齢65歳であった。サロン開催数は24回で、全出席1名、22回1名、21回2名と多回数参加があった一方でサロン開設後に途中からの参加者も多く、他方途中で退会する参加者もあり、期中の平均出席参加数は6名であった。運動指導介入の結果、優位性は認められないものの、ノルディックウォークによる体力の維持向上に一定の運動効果があることが示唆された。

心疾患がある認知症独居の 超高齢者へのサポート

～一人暮らしは独りじゃない!～

セコム吉祥寺訪問看護ステーション
訪問看護師 末吉 愛

【目的】

近年、単独世帯及び夫婦のみの世帯の占める割合が増加し続けており、厚生労働省の統計によると2025年には85歳以上の男性の約7%、女性の約14%が独居認知症高齢者になると予測されている。今回独居の認知症高齢者の療養を多職種でサポートする機会を得たのでここに報告する。

【具体的な取組み】

A氏90代後半の女性。元来病院嫌いで殆ど通院歴が無く、自分の事は自分でやるのが当然という信念のもと生活してきた。サービスは買い物支援のヘルパーが週1回のみ。記憶・見当識障害や易怒性があり認知症と考えられる状況だった。浮腫が強く心機能が全身状態の悪化を懸念したケアマネジャーから訪問看護への依頼がありサービスが開始された。

訪問開始後以下の課題が明らかになった。

- ①全身性浮腫・息切れ・不整脈・SpO₂の低下
- ②サービス導入に対する抵抗感が強い
- ③短期記憶が乏しく自立した服薬管理が困難
- ④親戚の直接的なサポートが得られにくい

症状が緩和されないと心不全憎悪のリスクが高く、今後呼吸状態が悪化し一人暮らしの継続が困難になると予測された。そこで医師・ケアマネジャー・ヘルパーと協力し介入を開始した。

病状の変化に対しては心不全の評価を行いながら、主治医と服薬成績、採血データの共有を実施。A氏に対しては、生活歴を振り返りつつA氏の理解と関係づくりに努め、訪問時の看護師の言葉がけを統一した。また拒否のない範囲で訪問回数を増やし、足浴等の安楽なケアを通して信頼関係の構築を図った。服薬管理に関してはヘルパーと保管場所や保管方法を共有しヘルパー訪問時にも服薬介助を依頼。内服薬は普段本人の目につかない場所に保管した。詳細な説明で返って混乱を招き、紛失や過量内服のリスクがあったため、服薬目的と作用などの絞った説明を実施。主治医と相談の上、必要最小限の回数でサービス介入時に服薬して頂いた。

【取組み結果】

介入約3か月で週4回の定期的な利尿剤の服薬が可能となり歩行時の息切れは消失。SpO₂は89%から98%迄回復し心不全のマーカーも介入時の半分まで改善がみられた。少しずつ看護師との信頼関係も構築されサービスに対する受け入れも改善。ヘルパーや訪問看護を必要な回数利用しながら一人暮らしを継続出来た。

【考察】

こだわりや信念から、サービスの導入が難しく感じられる認知症高齢者の事例でも、多職種と連携し支援方法を工夫する事で、少しずつ状況を改善できると考える。課題が潜在化しやすい認知症独居のご利用者に対して、住み慣れた自宅での生活を継続する為にこれからも地域の多職種と連携しながら訪問看護の力を役立てて行きたい。※本発表にあたり個人情報の保護に配慮し、本人、親戚から書面にて同意を得た。

みんなで考えよう！没後のこと

～成年後見人から見た「本人意思が尊重される没後の備え方」～

公益財団法人武蔵野市福祉公社 権利擁護課権利擁護センター

相談員 松本杏奈・本田陽介

【共同発表者】相談員 山保龍太・桑高知代

【目的】

平成13年より法人として成年後見人等を受任し、様々な人生の終い方を見てきた福祉公社が考える、「本人の意思が尊重される没後の備え方」を、一人でも多くの市民・関係者の皆様に知ってもらい、わが事として考える機会にしていただければとの思いから今回のテーマに取り組んだ。

この発表により、市民の皆様が不安なく穏やかな人生の最期を迎える一助にしたい。

【具体的な取り組み方法】

福祉公社が支援した没後の複数の事例を紹介し、その中でも特に没後の手続きや流れに顕著な違いがあった2事例を通して、判断能力があるうちにおきたい没後の準備やこれからの没後支援に必要な公的サービス等について考察する。

今回提示する2事例は、「未婚で近隣に協力してくれる親族がおらず独居生活の方」としたが、実際に福祉公社が成年後見人等として関わった類似する事例数例を組合せ作成し、個人情報保護法に配慮した。

【取組み結果】

成年後見事務（不動産処分や相続事務の手続きから相続人に財産を引き渡すまで）を通して、2事例の違いについて比較した。判断能力が低下する前に、ご本人が自身の人生の終い方や没後のことを見通し、実際に準備したか否かにより、両者の没後には大きな違いが生じた。

「住み慣れたところでいつまでも自分らしく過ごしたい。自分の生き方は自分で決めたい。」そのような思いを叶えるために、必要なことについて明らかにし、これから私達が出来るお手伝いや伝えていかななくてはならないことを再考した。

【考察】

人生の終い方を考えていく大切さについて知ってもらうため、福祉公社では職員による老いじたく講座や弁護士による法律相談を開催するなど普及啓発に更に取り組んでいく。重層的な支援体制を構築していくため、行政機関や地域の福祉相談窓口（各地域の在宅介護・地域包括支援センター）等の関係機関と早期連携に努める。また、資産僅少の方の不安を軽減できる没後支援の仕組みについて、自治体、関係機関とも共に考えていきたい。

共助力の促進を目指した 多世代交流イベントの取組み

～災害時に期待される高齢者の役割について～

むチューいきいきサロン：合原聡美

杏林大学保健学部看護学科 講師：古川美和

秋草学園福祉教育専門学校専任教員：荒井芳紀

【目的】

災害時において人々の生命と健康を守るためには、平時から自助力・共助力を高めることが重要である。なかでも、人手不足になる災害時、共助力は必要不可欠だが、健康な成人世代の人材だけでは不足し、場合によっては子どもや高齢者・障がい者といった要配慮者の人材活用が求められよう。だが、地域社会を取り巻く環境と家族形態の変化にともない地域連帯が希薄化しており、共助力・自助力となる基盤が脆弱である。そこで発表者らは、災害時に備えて共助力と自助力の促進を目的にして、多世代交流型の応急手当の体験会を開催し、地域の顔見知りの関係づくりをめざした。

【具体的な取組み方法】

- ・日時：2023年3月25日土曜日10：30～11：30
- ・場所：武蔵野中央地区商店連合会事務所
「むチューいきいきサロン」
- ・参加者：2歳～90歳代までの地域住民23名
(内訳：高齢者・子育て世代・幼児)
- ・イベントボランティア：20歳代～50歳代の12名
- ・内容：災害時の応急手当と生活物資搬送の演習

【倫理的配慮】

開始時、参加者に口頭で本イベントの趣旨と個人情報保護を説明し参加をもって同意とした。

【結果】

応急手当の演習では、見学していた高齢者から「私もやってみたい」という発言があった。これに連動し、ほかの高齢者も椅子に座ったまま「だれか救急車を呼んで下さい」と大きな声を出し、救援者を演じた。このように高齢者らは救助現場に必要な「応援者を要請する」ことができた。

生活物資の搬送の演習では、参加者全員で風呂敷を用いたリュックサックの作成方法を見学した。風呂敷は子育て世代にとって身近な生活用品ではなく、風呂敷リュックサックに強い関心を示していた。その一方、高齢者は戦時中に風呂敷をリュックサックの代用品として使いこなしていた経験を語っていた。

このほかに、子育て世代の参加者らから「今まで多世代交流できるイベントを知る機会が少なく、地域の高齢者との接点がほとんどなかった。参加してよかった」という声が聞かれた。

【考察】

応急処置の演習で高齢者らは応援者の要請を行っていた。今回のイベントを通して、要支援状態や90歳以上の超高齢者であっても、人の役に立ちたいという意欲をもっていること、応援者を要請できる身体能力があるということがわかった。さらに、物資が不足していた戦時中の高齢者の知識と経験は、災害支援に活かせるものと考えることができた。高齢者の意欲、能力、経験を災害現場で活かすことができれば、要配慮者と言われる者であっても、災害時の救急現場や避難所で、救助者および支援者の要となる人材となり得るだろう。くわえて、多世代交流型でおこなった本イベントは、子育て世代の参加者にとって高齢者の可能性を知る機会になったと考えられた。

【結論】

多世代交流型の本イベントは、顔見知りの関係づくりにとどまらず、「高齢者の救助者・支援者として活躍できる可能性」を知る機会になった。地域の共助力促進の一助に寄与したといえよう。

多様性を認めあう介護

～区別して、差別せずに、選択する～

一般社団法人GIFT協会
代表 伊野 和希

【目的】

介護に携わる人が多様性を理解し、仲間と互いに尊重しえある環境を作れることを目的とした。その為にまず様々な区別がつけられるようになる学びの機会を創出した。

【具体的な取り組み方法】

- ①対象者：介護職員、相談員、看護師、機能訓練指導員、管理者、経営者。
- ②具体的な方法：O-JT及びOff-JTの複合にて知識の習得と実践を繰り返し理解を深める。
- ③取り組み期間：Off-JT合計8時間（2時間×4回）＋ Off-JT3～4週間
- ④取り組み手順：

Step1: チームリーダーや管理者等、チームの中核となるメンバーに概要を説明する。

Step2: チームメンバー全体に研修概要として「区別して、差別せずに、選択する」という概念を伝えていく事を周知する。様々な区別を伝えるが、とりわけ頭蓋骨の位置の違いによって発生する立位モーション2種類は2時間かけて教えていく。

「頭を下げればお尻が上がる」という立位モーションは頭蓋骨の後頭部位置が尾てい骨より数cm前方にある骨格の人間（Frontタイプ）にしか有用ではない事を知る。

また同様に、座位状態で支持基底面積を引き付け、つま先が膝頭と同じ前後位置の状態にする立位準備動作は、頭蓋骨の後頭部位置が尾てい骨と同じ前後位置になる人間（Backタイプ）に対してのみ有効だという事を体験型研修を通して学ぶ。

Step3: モデル利用者を選定し、保有能力発揮の事例を重ねる。

Step4: 再度チームメンバーで集まり、学びをシェアする機会を設け、次の知識を学ぶ。

【取り組み結果】

職員結果：ある介護施設においてこれまでBackタイプの職員が8割だったが、Frontタイプの職員4名を5年以上継続雇用できるようになった。またその間新規腰痛0。

利用者結果：モデル利用者の立位状況安定が見られ、常時車いすの状態からシルバーカーを使用した歩行が可能な状態となった。

【考察】

これまで見えていた身体操作の違い。その要因となっていた骨格の違いに対する区別がつくようになることで、介護職員の技術水準が上がり、離職防止や円滑な自立支援が可能となる。

また、利用者の機能回復に関しては、機能訓練指導員が行っているリハビリの意味を介護職員が把握できるようになった事も要因として大きく、個別機能訓練と日常生活リハが有機的に連動した結果だと考察する。

体験を通して互いが違う人間だと分かる事で、この後に行う思考の違いについても理解度向上効果が得られたと考察する。



出展・展示

(11階レインボーサロン)





レインボーサロン(11階) フロアマップ

◆さわってためせる：福祉用具展示・相談会

今後介護に携わるかたにも役立つ福祉用具の展示と福祉用具専門相談員による相談会を開催します。

- ・パナソニックエイジフリーショップ武蔵野三鷹
- ・介護ショップランドル 西東京本店
- ・フロンティア 西東京営業所
- ・スマイルケア西東京
- ・ヤマシタ調布営業所
- ・Re・Try

歩行者、シニアカー、車いす、介護ベッド、スロープが出展されます！

◆たべてためせる：介護食コーナー

栄養だけじゃない、味もおいしい介護の「食」。

複数の団体・企業が出展予定です！

- ・イーエヌ大塚製菓(株)
- ・(株)伊藤園
- ・吉祥寺二葉製菓専門職学校
- ・キュービー(株)
- ・ピジョンタヒラ(株)
- ・(株)明治

◆聞こえのセカイ：補聴器展示会・講座

耳の聞こえと補聴器に関する講座を行います。補聴器の実物を見たり、質問したりもできます。

- ・(一社)日本補聴器販売店協会

◆あなたの血管は何歳？健康チェック

血管年齢や野菜の摂取量を測定できる機器を使って、健康チェックができます。

- ・明治安田生命保険(相)

◆“利用者と家族”、“施設と地域のつながり”：介護施設利用者作品展

介護施設利用者の作品を展示します。介護施設での生活や施設の取り組みをご覧になれます。

- ・シルバーシティ武蔵野：絵画
- ・シルバーシティ武蔵境：手芸サークルの作品
- ・特別養護老人ホーム 親の家：折り紙作品

◆武蔵野市×杏林大学 vol.3 ～まちで支える介護のいま～

市と包括協定を結ぶ杏林大学の学生が、介護の魅力を伝えるために、介護従事者に取材した動画を上映します。

◆気象予報士によるミニ講演会 ～介護施設における防災対策～

講師：川崎亜有子さん(気象予報士/防災士/むさしのFMパーソナリティー)

◆ひとつとではない 高齢者の消費者被害

高齢者の消費者被害の実態と予防法についての講座と相談

- ・武蔵野市消費生活センター

◆導入はお済みですか？ケアプランデータ連携システム体験

介護業務支援ソフトを用いたケアプランデータ連携システムの使用体験や説明等

- ・NDソフトウェア(株)
- ・(公社)国民健康保険中央会

◆演題発表(ポスターセッション)

演題発表した事例をポスター等で発表・展示します。

◆あなたの老後はどっち？椅子を使って簡単チェック 体軸健康体験

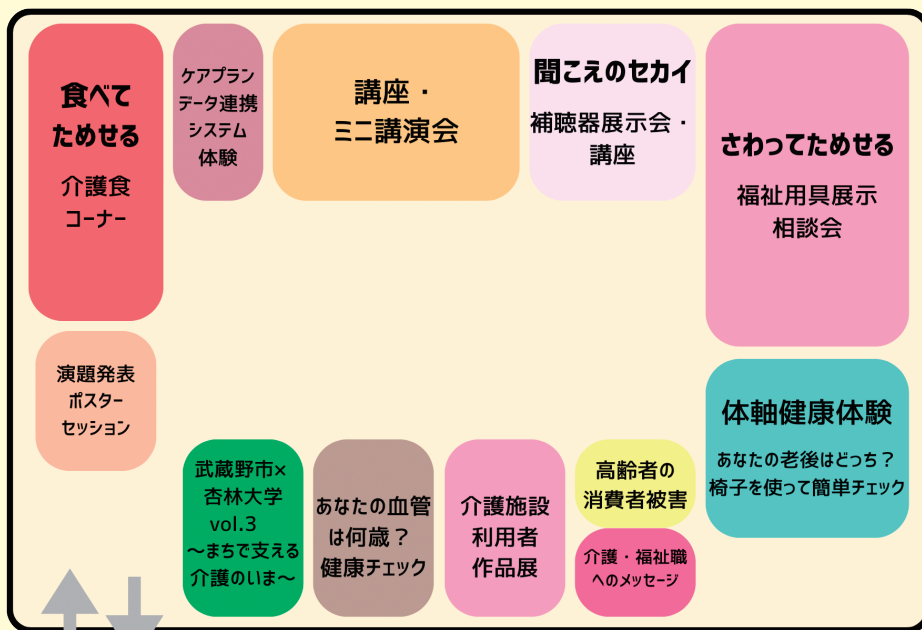
多くの人が、普段の所作で自分の身体に“作りこみ”をかけています。未来の美姿勢を保つ為に、自分の今を知りましょう。自分のタイプにあった日頃から気をつけるワンポイントと、姿勢リセットに効果的な簡単1アクションをお伝えします。

- ・(一社)GIFT協会

◆あなたの手を市民の支えに 介護・福祉職へのメッセージ

介護現場で活躍されている皆さまに向けて書かれたメッセージをパネル展示します。来場された方々も、その場でメッセージを書くことができます。

- ・武蔵野市地域包括ケア人材育成センター



さわってためせる：福祉用具展示・相談会

福祉用具貸与・販売事業者の連絡会である「武蔵野市福祉用具事業者連絡会議」に所属する事業者が、展示会・相談会を開催いたします。一般のかた・これから介護に携わるかた向けに、介護を感じさせないようなバラエティに富んだ福祉用具（歩行器・車いす・介護ベッド・シニアカー・スロープ）を展示します。福祉用具専門相談員による福祉用具の紹介もありますので、お気軽にご参加ください。

- ・パナソニックエイジフリーショップ武蔵野三鷹
- ・介護ショップランダル 西東京本店
- ・フロンティア 西東京営業所
- ・スマイルケア西東京
- ・ヤマシタ調布営業所
- ・Re・Try



たべてためせる：介護食コーナー

介護業界における「食」に力を入れている企業・学校等が介護食コーナーに出展します。高齢者でもおいしく気軽に飲むことのできるころみのついた飲料や、栄養バランスを考慮しつつ高齢者の方が喜ぶ味付けのレトルト商品、健康成分「カカオポリフェノール」を含んだチョコレート、食べやすい手作りお菓子などを試食できます。より良い明日をつくるためのヒントがありますので、皆さまぜひお越しください。

- ・イーエヌ大塚製薬(株)
- ・(株)伊藤園
- ・吉祥寺二葉製菓専門職学校
- ・キューピー(株)
- ・ピジョンタヒラ(株)
- ・(株)明治



聞こえのセカイ：補聴器展示会・講座

日本補聴器販売店協会は、全国の補聴器販売店（現在：904店）で組織された団体です。補聴器の適切な販売のための各種ガイドラインの制定や講習会を実施し、聞こえで困っている方々が補聴器を安全で効果的にお使いいただけるよう活動しています。

生き生きと心豊かに暮らすためにはコミュニケーションは欠かせません。『聞こえ』の改善のためのご相談や補聴器のきめ細やかな調整、上手に使うためのアドバイスまで全力でサポートいたします。ぜひご相談ください。

講座：11時から（1回目）

正午から（2回目） ※内容は同じです

レインボーサロン特設ステージ

・（一社）日本補聴器販売店協会



あなたの血管は何歳？ 健康チェック

健康は大切だけど、ひとりで何かをはじめたり、続けるのは難しいもの。

また、健康増進の取り組み方は人それぞれです。

だから、一人ひとりの健康づくりに寄り添い、いっしょに取り組むことで、地域のみなさまの「健康に向けた前向きな活動」＝「健活」を応援していきます。

血管の丈夫さや日ごろの野菜摂取レベルなどを気軽にチェックできますので、ぜひ足をお運びください。

・ 明治安田生命保険（相）



“利用者と家族”、“施設と地域のつながり” 介護施設利用者作品展

市内介護施設等に入所されているご利用者様の作品を展示します。人生経験豊富なご利用者様の、創意工夫に富んだ作品をご覧ください。

この展示は、ご利用者様の作品を気軽に見られるだけでなく、施設の取り組みを知っていただける貴重な機会です。今後、施設への入所を検討される方やご興味のある方もぜひご参加ください。

- ・シルバーシティ武蔵野：絵画
- ・シルバーシティ武蔵境：手芸サークルの作品
- ・特別養護老人ホーム 親の家：折り紙作品



武蔵野市×杏林大学 vol.3

～まちで支える介護のいま～

武蔵野市は、令和2年1月に杏林大学と包括連携協定を締結しました。令和3・4年度に引き続き、杏林大学の学生が、5つの市内介護サービス事業所を訪問しました。取材を通して感じた介護サービス従事者の思いや介護職の魅力を、動画で発表します。

杏林大学 総合政策学部 木暮健太郎教授より

今回、3度目となるケアリンピック武蔵野への参加となります。学生たちは、取材や撮影はもちろん、動画編集も含めてすべてが初めての経験のなか、チームで力を合わせて課題に取り組みました。このプロジェクトを通じて得られる学生たちの学びには、今後につながる大切なものが秘められていると思います。改めて、みなさまのご協力に感謝いたします。



〔取材先〕

1 合同会社 SHIIP 訪問介護ステーションえ〜とす

●動画タイトル「ストレスフリー！一人ひとりに寄り添う介護～”こうしたい”“今したい”を大切に～」

●取材先からのメッセージ
一言で福祉といっても様々な形態があり、施設と訪問ですら、まったく違う仕事なのではないかと感じるほど内容や雰囲気や技術は全く違ってきます。

え〜とすでは、訪問型の介護・障害・マッサージやリハを中心として展開しており、訪問ケアの時間中は1対1でご利用者様お一人おひとりのニーズに真摯に向き合うことのできる魅力的な志事だと考えております。誰かの“助けて”に応え、感謝と共にお給料をいただけるお仕事は多くはありません。

皆様に少しでもこの魅力が伝わり、いつか共に働く仲間になれることを楽しみにしております。



2 株式会社 アライブメディケア アライブ武蔵野御殿山

●動画タイトル「寄り添う介護～幅広いスタッフの支援で利用者笑顔を～」

●取材先からのメッセージ
介護は物を提供するのではなく、お客様へのお声掛け、お手伝い等の



一つ一つを人が行うからこそ、気持ちを動かすことが出来る仕事だと考えております。そして、お客様からの「ありがとう」「ここに居て良かった」という何物にも代えがたいお言葉が、私達を元気にさせて下さいます。

3 株式会社 三祐産業 稲垣薬局リハビリ訪問看護ステーション

●動画タイトル「利用者へ寄り添う訪問看護～新しい看護の働き方～」

●取材先からのメッセージ
動画を作成いただきありがとうございました。普段は接点の無い大学生の皆様、看護に対する新鮮なリアクションに、私達も驚きました。同時に、知らない事は驚きであると、普段の仕事の基本を改めて教えていただきました。



4 株式会社 太平洋シルバーサービス シルバーシティむさしの櫛館

●動画タイトル「介護業界の未来～働き方の可能性～」

●取材先からのメッセージ
当ホームでは、上質な「設え」、その人らしい「誂え」、チームケアで行う「拵え」を理想として楽しく穏やかにお過ごしいただけるよう、お一人おひとりのお気持ちに寄り添った温もりあるサービスをご提供しております。日々のサークル活動はもとより、季節ごとのイベントも職員が心を込めて企画・運営しています。この動画を通じて、介護のしごとの魅力を知っていただけますと幸いです。



5 社会福祉法人 親の家 特別養護老人ホーム 親の家

●動画タイトル「親の家で過ごす時間～温かい人と安心できる暮らし～」

●取材先からのメッセージ
ご利用者様に対して如何に寄り添って介護を行うか、ワーカーは毎日悩みながら時間を過ごしています。

ご利用者様の笑顔は我々の大切な励みです。

親の家は子供たちが親の家に戻ってきた時に感じられる安心感、満足感を共有出来るような、そんな施設を目指し創設されました。ご利用者様が安心して自分らしく生活できる環境を創っていきたくと思っています。



気象予報士によるミニ講演会

～介護施設における防災対策～

講師：川崎亜有子さん

(気象予報士 / 防災士 / むさしのFM パーソナリティ)



1 気象について知る

- ・2023年の暑さと地球温暖化による影響
- ・今後ますます、気象現象が激しくなる？！

2 短時間強い雨・台風

- ・その時に起きること
- ・備える！あなたにもできる天気予報

3 災害に備える

- ・ハザードマップ・マイタイムラインの活用方法
- ・いざという時の対応

ひとつとではない 高齢者の消費者被害

悪質事業者が狙う高齢者の3つの不安「お金」「健康」「孤独」。悪質事業者はこの不安に付け込み、話し相手になるなど信用をさせて大切な財産を狙っています。

本人は被害にあっていることに気づきにくく、被害が拡大しやすい傾向にあります。地域の見守りと気づきが高齢者の消費者被害を未然に防ぎます。

講座：11時30分から（1回目）

12時30分から（2回目） ※内容は同じです

レインボーサロン特設ステージ

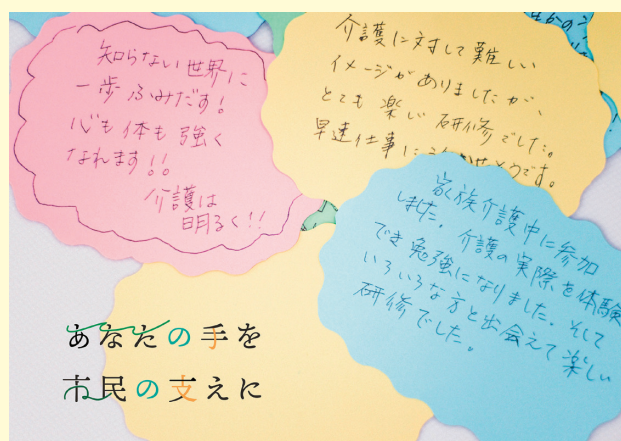
・武蔵野市消費生活センター



あなたの手を市民の支えに 介護・福祉職へのメッセージ

武蔵野市地域包括ケア人材育成センターは、介護・福祉職に関わる研修、相談事業等を行う機関です。現場で活躍されている皆さまに向けて書かれたメッセージをパネル展示します。来場された方々も、その場でメッセージを書くことができます。ぜひご覧ください！

・武蔵野市地域包括ケア人材育成センター



導入はお済みですか？ ケアプランデータ連携システム体験

介護業務支援ソフトを用いたケアプランデータ連携システムの使用体験や、説明などを行います。

ケアプランデータ連携システムは、居宅介護支援事業所と介護サービス事業所にとって、「生産性向上」に役立つ強力なツールです。全国の事業所で導入が着々と進んでいるところですが、皆さまの事業所では、導入はお済みですか？

導入前に、実際にシステムに触れることができる貴重な機会ですので、法人や事業所のご担当者様はぜひお立ち寄りください。

- ・NDソフトウェア（株）
- ・（公社）国民健康保険中央会



体軸健康体験

「あなたの老後はどっち？」椅子からの立ち上がり動作で姿勢の変化をチェック。多くの人が、普段の所作で自分の身体に“作りこみ”をかけています。その結果、次第に姿勢は歪んでいき、若い人はケガのリスクが上がり、高齢者は腰痛や転倒、骨折のリスクが上がります。未来の美姿勢を保つ為に、自分の今を知りましょう。自分のタイプにあった日頃から気を付けるワンポイントと、姿勢リセットに効果的な簡単1アクションをレクチャーします。

・(一社) GIFT協会

無料

GIFT理論体験

Action

Check

「あなたの老後はどっち？」

～椅子からの立ち上がりで簡単チェック～

お尻が後ろに出る
p型姿勢

or

膝が動いて
頭は下がらない

膝が前に突き出た
d型姿勢

良し悪しはありません

「p型」と「d型」に良し悪しはありません。自分がどっちのタイプか“Check”して、普段から気を付けるポイントを知る事が大事なのです。

安心してください

簡単!

1アクションで美姿勢

何歳からでも大丈夫!

誰でもできる簡単な「前習え体操」で歪んだ姿勢をリセットしましょう。

一般社団法人GIFT協会

〒185-0021 東京都国分寺市南町3丁目23-2 MD8ビル3F
(むさし介護アカデミー内)

042-349-6444



武蔵野市事業者連絡会紹介





武蔵野市居宅介護支援事業者 連絡協議会

武蔵野市居宅介護支援事業者連絡協議会は、会員（ケアマネジャー100名以上）が、介護保険制度における事業の円滑な運営や事業者の資質・サービスの向上を図ることを目的として、研修会や情報交換会等を行っています。また、事業者の枠を超えた多職種連携を図る活動として、武蔵野市・医療・介護・福祉関係団体が開催する各委員会へ当会幹事を派遣し、情報共有と連携を行っています。新型コロナウイルス等感染症の蔓延や自然災害の発生により、私たちを取り巻く環境が大きく変わる中、2025年には団塊の世代598万人が75歳に達し、日本の総人口の2割を占める見込みです。私たちは、支援が必要になった方やそのご家族の生活を支える地域づくりにおいて、ケアプランを作成し、武蔵野市が掲げる『誰もが、いつまでもいきいきと健康に、一人暮らしでも認知症になっても、誰もが住み慣れた地域で生活できる。』を信念に地域の皆さまと協力し、支えあいながら介護予防や重度化防止の支援を行っています。地域の皆さま、会員の皆さま、今後ともよろしくお願い申し上げます。



武蔵野市訪問介護事業者連絡会議

武蔵野市訪問介護連絡会議は、介護保険やその他制度の訪問介護に関わる事業者の連絡会です。月に1度の幹事会で各種の提言や情報共有を行っています。最近では、各専門職の連絡会との連携が盛んになり、研修の共催も企画されています。異なる視点からの意見を取り入れ、サービスの向上に生かしていきます。

訪問介護連絡会は、有志でコミュニティーセンターの文化祭や福祉の輪というイベントで介護劇を演じたり、他の催しにも積極的に参加してきました。連絡会のマスコットのヘルパーちゃんも含め、地域貢献を忘れず、市民の方々と身近でフレンドリーな関係を作りたいと思います。



武蔵野市訪問看護・ 訪問リハビリテーション事業者連絡会議

訪問看護師と訪問リハビリテーションの専門職（作業療法士・理学療法士・言語聴覚士）が隔月に会議を開催し、サービス上の問題等についての検討や最新情報の共有を行っています。また武蔵野市との協議と連携、そしてサービスの質向上や課題対応のための研修も実施しています。その他、毎年9月の防災月間には、事業者連絡会で作成した防災チェックシートを使って防災への意識づけや日々の備え等の確認とアドバイスをしています。チェックシートの中では武蔵野市の避難行動支援でもある「災害時要援護者」についての項目も設け紹介しています。地震や自然災害も多くなっている中、高齢世帯や独居の方も安心して生活出来るよう一緒に考える機会は大切と考えます。これは私たちにとっても対策を見直す機会となっています。会議や市との協議、連携、そして防災チェックなどこれらを通して「住み慣れた地域で自分らしく生活できる」を支えていきます。



武蔵野市通所介護・ 通所リハビリテーション事業者連絡会議

武蔵野市通所介護・通所リハビリテーション事業者連絡会は、市内で通所介護サービスや通所リハビリテーションサービスを受けている高齢者等の皆様が、安心して質の高いサービスを受けられるよう、事業者の連携とサービスの向上を目指して活動しています。

地域の事業所が協力し合い、日々のケアの質の確保や従事者の資質向上に取り組むことで、ご利用者である高齢者の皆様が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるよう支援しています。

定期的な会議では、介護現場の課題について意見交換を行い、より良いサービス提供に向けて解決策を模索しています。

誰もが必要な時に適切な介護サービスを受けられる地域社会の実現を目指して、事業者と行政が協力し合い活動している連絡会です。



武蔵野市介護老人福祉施設長会

武蔵野市は介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）が7カ所あります。各施設の施設長が協議事項、報告事項、情報提供など定期的に会議を開催しています。

武蔵野市内介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

施設名	住所	電話番号	施設種類
吉祥寺ナーシングホーム	〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町2-9-2	0422-20-0869	多床室・従来型個室
ゆとりえ	〒180-0003 武蔵野市吉祥寺南町4-25-5	0422-72-0311	多床室・従来型個室
武蔵野館	〒180-0014 武蔵野市関前2-16-5	0422-36-7700	多床室・従来型個室
親の家	〒180-0011 武蔵野市八幡町3-4-18	0422-55-0507	多床室・従来型個室
ケアコート武蔵野	〒180-0023 武蔵野市境南町5-10-7	0422-39-0390	ユニット型個室
さくらえん	〒180-0021 武蔵野市桜堤2-8-31	0422-51-5550	ユニット型個室
とらいふ武蔵野	〒180-0014 武蔵野市関前1-2-20	0422-38-5221	ユニット型個室



武蔵野市PT・OT・ST協議会

武蔵野市PT・OT・ST協議会は、市内の理学療法士、作業療法士、言語聴覚士で組織されたりハビリ専門職の団体です。活動内容は、研修会を開催して、我々の質の向上を図る事。専門知識を生かした市民の皆様や他分野への講習などを行って、お互いの顔の見える関係作りを目指して活動しています。

当協議会も設立より7年が経過しました。地域での活動への参加機会も増え、地域貢献に寄与する組織に成長してきたところでしたが、新型コロナウイルスの流行により著しく活動が制限された状態となりました。

今年度は、対面での活動も再開していく予定ですので、より市民の皆様にとって有益な活動が出来るよう取り組んで参ります。

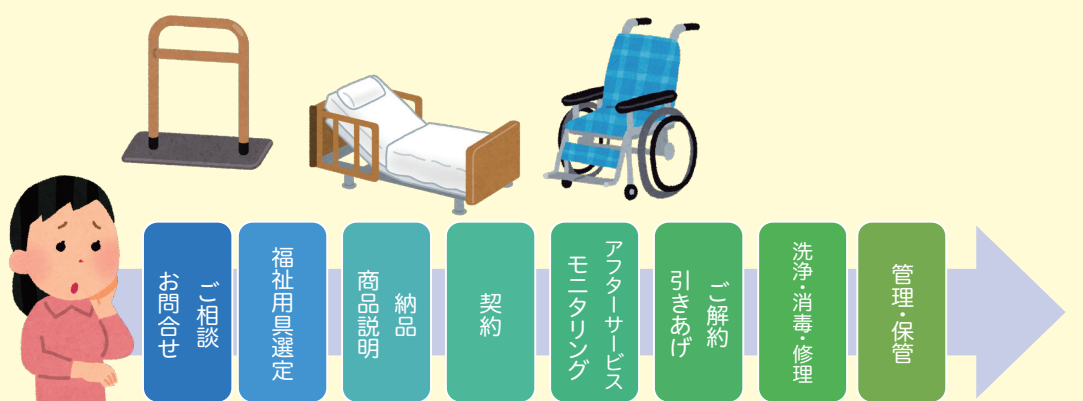
今後とも武蔵野市PT・OT・ST協議会を宜しくお願い致します。



武蔵野市福祉用具事業者連絡会議

介護保険制度の福祉用具貸与・購入に関わる事業者の連絡会です。

現場での問題点などを、各事業者がどう取り組んで改善しているか、それぞれが案を持ち寄り、全体で共有し、最善の解決策を目指し、協議しています。市内の催し物にも積極的に協力しています。



・ご希望の生活は？
・お困りごとは？
・お身体の状況は？
・ご自宅の環境は？
などを踏まえて、適切な福祉用具を選定致します。



各事業者は常に利用される方の立場に立ったサービスの提供に努め、適正な指定福祉用具を提供し、より良い日常生活を送っていただけるよう支援していくことを目的としています。また、それぞれの専門分野を持ち、日々研鑽を積むことでより良いサービス提供ができるよう常に心掛けています。



meiji
 美と健康を考えた、**高カカオポリフェノール**
チョコレート効果

福祉用具貸与・販売事業所・住宅改修

Re・Try
 株式会社Re 東京都小金井市桜町2丁目1-42 TEL 042-316-7671


お困りごとから お楽しみまで

NPOグレースケア

Since1984
Silver City Series
 笑顔と温もりを これまでもこれからも。
 介護付有料老人ホーム
シルバーシティ むさしの櫛館
 管理・運営 株式会社 太平洋シルバーサービス

Since1984
Silver City Series
 これまでの歩みや生活スタイルを大切に。
 介護付有料老人ホーム
シルバーシティ 武蔵境
 管理・運営 株式会社 太平洋シルバーサービス

Since1984
Silver City Series
 暮らしに彩りを、五感に刺激を。
 介護付有料老人ホーム
シルバーシティ 武蔵野
 管理・運営 株式会社 太平洋シルバーサービス


**居宅介護支援事業所
 東京サポートセンター**


mu-chu.com
 武蔵野市中央地区商店連合会

ご見学歓迎！
 詳しくはWEBで

 ひとりを感じる、そのために
 いつも心地よく、ずっと自分らしく
 アライブ武蔵野御殿山




**“ルディック・ウォークでフレイル予防 生涯健脚
 “いつまでも自分の足で行きたい所に行こう!!”**
 心身をげんきにする集いの場 都営八幡町四丁目アパート集会室
 健康ウォークサロン八幡町 ルディックサロンむさしの
 連絡先 090-2416-5484 連絡先 090-8024-4972

パナソニック エイジフリーショップ

CM動画配信中 (レンタル機) (リフォーム機)
 パナソニック エイジフリーショップ武蔵野三鷹
 〒181-0015 東京都三鷹市大沢4-10-19
 TEL 0422-30-3801 FAX0422-30-0270
 日建リース工業㈱


伊藤園
 自然が好きです。

公益社団法人
国民健康保険中央会
 All-Japan Federation of National Health Insurance Organizations


国際医療福祉大学
 INTERNATIONAL UNIVERSITY OF HEALTH AND WELFARE

明治安田生命

 ひとに健康を、まちに元気を。
武蔵野支社
 みんなの健活プロジェクト

一般社団法人
武蔵野介護予防研究会
 武蔵野市緑町1-5-15 0422(36)6123
<https://www.facebook.com/musashinokaigoyobou>

吉祥寺二葉製菓専門職学校



株式会社フロンティア
西東京営業所
TEL:042-451-5771



社会福祉法人
親の家
☎0422-55-0507



一般社団法人 日本補聴器販売店協会



介護老人保健施設
ハウスグリーンパーク



購入・レンタル・修理のご用命
住宅改修のご依頼は
スマイルケア西東京
〒202-0022 東京都西東京市柳沢2-2-3
042-439-5544

LINE
公式アカウント



いつもの生活を最も近い他人として応援・お手伝い

SHIIP.LLC

0422-56-8522



訪問介護ステーションえとす



NDソフトウェア株式会社

住み慣れた街でいつまでも



公益財団法人

武蔵野市福祉公社



福祉用具レンタル・販売・住宅改修
介護ショップラダール 西東京本店



介護用品・機器の総合メーカー
PIGEON
タヒラ株式会社



一般社団法人
GIFT協会

GIFT理論

〒185-0021 東京都国分寺市南町3丁目3-2
戦ビル3F (なまじ介護アカデミー内)

☎042-349-6444

memo



A series of 20 horizontal dotted lines, evenly spaced, providing a template for writing a memo.

ケアリンピック生駒

奈良県生駒市です！

当市でも「医療や介護に関わる専門職の人材確保につながる環境を作ること」を目的に

「ケアリンピック」を開催します！

ホームページ等で情報解禁していきますので、
武蔵野市の皆さんも
ぜひチェックしてみてください！



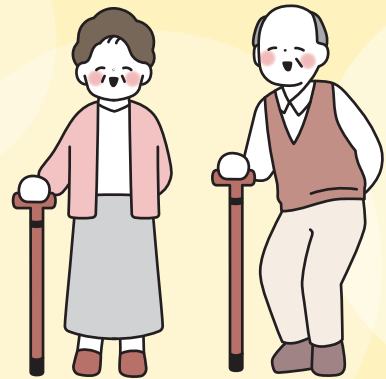
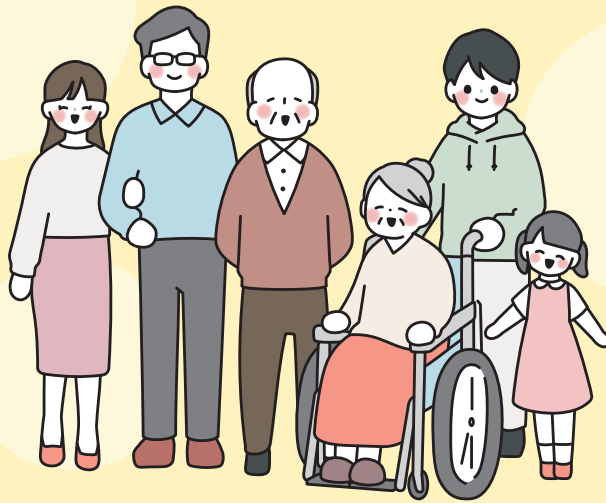
昨年度ケアリンピック生駒の
ホームページはコチラ

MENU

- ▶ 永年従事者表彰
 - ▶ 現役医師による公開健康講座
 - ▶ 老後について考えるACP講座
- その他、人材確保に関するイベントを
企画・検討中！



写真・イラストは、第4回ケアリンピック生駒にてクラウドソーシングで募集し、
採用したものです。



主催：ケアリンピック武蔵野 2023 実行委員会
共催：武蔵野市

