



30分動画、ぬり絵、脳トレなど  
DVDオリジナル素材が満載!

**お役立ちツールDVD**  
12月号対応版



別売  
定価  
880円

※本誌掲載のぬり絵/色見本の印刷には、インターネットへの接続が必要です

こちらも  
チェック

公式アカウント /

DAY 月刊デイHP



X (旧 Twitter)



Instagram



Facebook



YouTube



情報発信しています

CONTENTS

特集1

みんなで盛り上がり!

**年末年始スペシャル** 26

~クラフト・おやつ・季節の遊び~

特集2

知らなかったでは済まされない!

(vol.2)

**指導・監査** ここがチェックされる 50

年末年始保存版

**12月の運営** 56

- 10 今日は何の日?
- 22 飾って楽しい 立体壁画
- 48 Nature Craft
- 66 今月の手しごと
- 70 トレーニンググッズ
- 72 今月の簡単レク
- 76 知りたい、トリクミ 今月の介護の現場
- 80 GO! GO! 通所リハ
- 84 なるほど! 新しい事業のはじめかた
- 88 詩太 | あたたかな詩の時間
- 89 認知症対応型デイ・グループホームの工夫
- 100 介護NEWS
- 102 コツコツ続けて元気に! まいにち体操
- 104 BPSDに寄り添う
- 106 どうする!? リスクマネジメント
- 113 自慢のレク・クラフト大集合
- 123 ぬり絵の色見本
- 127 第8回 あいうえお作文コンテスト結果発表
- 132 お題から思い浮かぶ 一文字大募集!!
- 134 今月の俳句作品
- 136 介護川柳
- 144 12月号のパスワード・編集後記
- 別冊 素材集 | ぬり絵
- 別冊 素材集 | まちがい探し
- 別冊 素材集 | 脳トレ
- 付録 自宅のできるつぼ押し
- 付録 特集1「ドーナツシート」の型紙  
読者アンケート  
アンケートはがき、注文はがき



若戸だいご: 四コマ漫画「そふとそば」を徳島新聞で連載中。

お役立ちツールDVD(別売)に対応しています



# 今日は 何の日?

## 1~5日

**「春夏秋冬」そろいました!**

4巻セットだと  
送料無料でお得です!!

令和版  
今日は何の日?  
**365**

春 夏 秋 冬

4巻セット **13,200円** (税込)  
送料無料!!

秋 10~12月編 1冊 **3,300円** (税込)  
冬 1~3月編

ご注文はこちらから

### 1日 (金)

**誕生日** 藤子・F・不二雄 (昭和8年:漫画家、児童漫画の新時代を築く、『ドラえもん』『オバケのQ太郎』) **ほかの記念日** 手帳の日

## 一万円札発行の日

1958(昭和33)年の今日、日本で初めて一万円札が発行されたことにちなみ、制定されました。このとき一万円札の顔として選ばれた聖徳太子は、百円札(昭和21~31年)、千円札(昭和25~40年)、五千円札(昭和32~61年)にも選ばれています。

### 新紙幣の顔はどんな人?

2024(令和6)年7月発行予定の新紙幣には、新しい人物が選ばれました。

● 新一万円札…<sup>しづさわえいち</sup>渋沢栄一

明治時代に日本経済発展の基礎を築いた実業家。「近代日本経済の父」「日本の資本主義の父」と呼ばれる。日本初の民間銀行・第一国立銀行(現・みずほ銀行)など、さまざまな企業の設立に携わる。

● 新五千円札…<sup>つたうめこ</sup>津田梅子

明治時代に活躍した女子教育の先駆者。幼少期に<sup>いわくらしせつだん</sup>「岩倉使節団」の一員として欧米に渡り、西洋の知識や教養を身に付ける。女性の自立には専門的な知識を身に付けることが必要と考え、女子英学塾(現・津田塾大学)を設立する。

● 新千円札…<sup>きたさとしはさぶろう</sup>北里柴三郎

明治~大正時代の医学者・細菌学者。「近代日本医学の父」と呼ばれる。ドイツに留学した際、<sup>はしょうふう</sup>破傷風の研究を行い、伝染病の予防・治療につながる「<sup>けつせい</sup>血清療法」を開発した。弟子には<sup>おうねつひょう</sup>黄熱病の研究をした野口英世や赤痢菌を発見した志賀潔などがいる。



### 2日 (土)

**誕生日** <sup>たかみねみえこ</sup>高峰三枝子 (大正7年:女優、歌う映画スターの草分け的存在、ワイドショー番組「3時のあなた」司会) **ほかの記念日** 美人証明の日

## 「古都奈良の文化財」が世界遺産に登録された日

1998(平成10)年の今日、奈良県奈良市にある神社仏閣・史跡・天然記念物などの8つの資産が、「古都奈良の文化財」として、ユネスコの世界文化遺産に登録されました。奈良県ではほかに、1993(平成5)年に「法隆寺地域の仏教建造物<sup>\*1</sup>」、2004(平成16)年に「紀伊山地の霊場と参詣道<sup>\*2</sup>」が世界文化遺産に登録されています。

※1 日本初の世界遺産として姫路城(兵庫県姫路市)と同時登録

※2 和歌山県・三重県・奈良県にまたがる

声かけの例

### クイズ!

奈良公園にいる動物は何でしょう?

1. サル 2. ウサギ 3. シカ

**答え** 3

奈良公園を中心に生息する野生のシカは、「神の使い」とされ、「奈良のシカ」として国の天然記念物に指定されています。



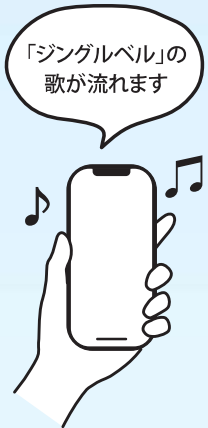
奈良のシカ





# 昭和のクリスマスツリー

ハラハラと雪が舞い散る



「ジングルベル」の歌が流れます



QRコードをコピーして  
壁画に貼りましょう

ハラハラと雪が  
舞い散ります



↑  
実際の様子を  
動画で見よう!





みんなで盛り上がりよう！

# 年末年始

# スペシャル

～クラフト・おやつ・季節の遊び～

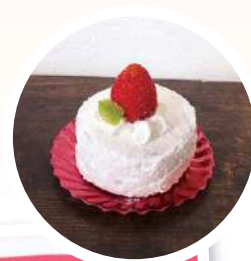
## 簡単クラフト編

- クリスマスツリー
- クリスマスの立体カード
- ペーパーリース
- お正月飾り
- 開運絵馬



## 簡単おやつ編

- ミニアメリカンドッグ
- ビスケットケーキ
- 栗きんとんモンブラン
- 開運焼き
- 白あん饅頭



## 簡単季節の遊び編

- オーナメントでカローリング
- オーナメントに変わるアドベントカレンダー
- 年末エアー宝くじ
- 簡易版 坊主めくり
- フライング福笑い
- おみくじ2種





簡単に作れる！

# お正月飾り

正月飾りは、その年の歳神様を迎えるための目印で、神様に滞在していただくお飾りです。すてきな正月飾りで神様をお迎えしましょう。



### 《用意するもの》

- 厚紙(黒)・・・B4サイズの厚紙を4つに切る
- 折り紙(15cm角・7.5cm角/柄や色は自由)
- 色紙(緑・黄、※それ以外は自由)
- 粘土 ● 造花用ワイヤー
- ラメペン(100円ショップで購入可。お好みで)

材料は100円ショップですべて購入できます！  
リバーシブルペーパーも1枚で複数人分とれます♪  
※2色の色紙を使っても代用可



提供 / koko (HAPPY LIFE CRAFT)



オリジナル作品

作り方を動画でチェック→



## 台紙を作る

【表】



【裏】



リバーシブルペーパー

吊り下げ用のひも

● 厚紙に「くの字」に折ったリバーシブルペーパーを貼り、裏面につり下げ用のひもをテープで付ける。

\ 知らなかったでは済まされない! /

# 指導・監査

## ここがチェックされる

株式会社QOLサービス 代表取締役 妹尾 弘幸



※本中の意見に関する部分は筆者個人の見解です

新型コロナの5類移行に伴い、全国的に指導・監査が急増しています。それに伴い、不正請求の発覚などによる報酬返還や指定取り消しなどの増加も予測されます。今回は、「指導・監査～ここがチェックされる～vol.2」として、前号に引き続き各自治体に行ったアンケート調査の結果とポイントをご説明します。

【アンケートの概要】

実施期間：令和5年5月15日～7月15日

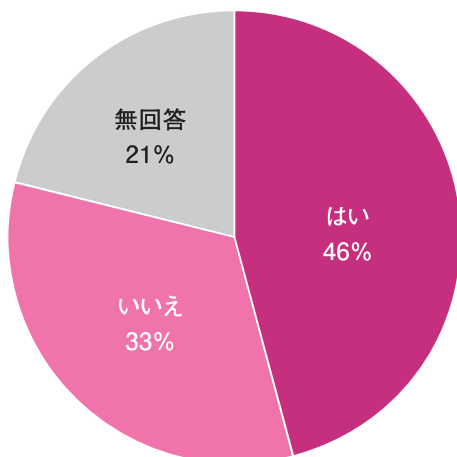
調査対象：各都道府県、政令指定都市、中核都市（介護保険担当課）

回答数：39（回収率13%）

〈各自治体へ行ったアンケート調査の結果〉

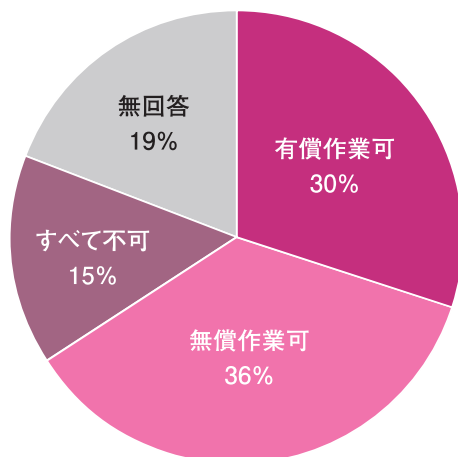
### Q1

デイで提供している  
ドリルやテキスト代などの  
「**自費徴収**」は可能か



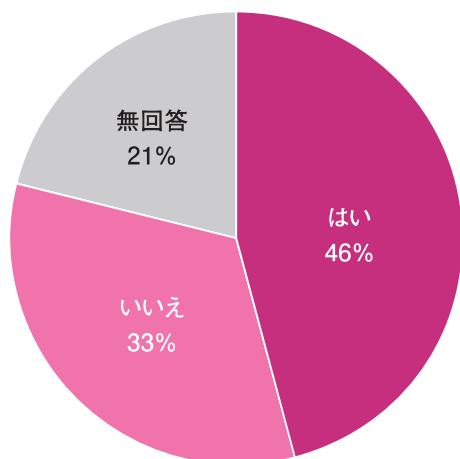
### Q2

デイ利用中に、ご利用者が  
「**有償作業**」、「**無償ボランティア**」  
などの活動を行うことは可能か





## デイで提供している ドリルやテキスト代などの「**自費徴収**」は可能か



結果は…

「はい」46%、「いいえ」33%、「無回答」21%



自治体によって意見が分かれました。「全員一律でなければ徴収可能」、「利用者の希望があれば徴収できる」などの回答も見られましたが…

### ポイント

#### 機能訓練の一環としての活動における材料費などは別途徴収できない！

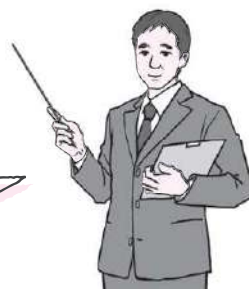
デイは基本方針（基準第92条）で「機能訓練」の実施が求められており、多くのデイでドリルやテキスト、そのコピーを使った活動を機能訓練の一部として実施しています。

今回のアンケートでは、自費の徴収について「利用者の希望によるもの」や「全員一律でなければOK」などの回答もありましたが、厚生労働省は、「『その他の日常生活費』に係るQ&Aについて」（平成12年3月31日）にて、「機能訓練の一環として行われる活動や行事における材料費等は保険給付の対象に含まれることから別途徴収することはできない」と示しています。

したがって、利用者や家族の了解を得ていても、一部の利用者の使用でも、機能訓練の一環として提供している教材（脳トレや回想法など）を用いる場合、利用者の実費を請求することはできません。

### 注意！

デイは日常生活上に必要な世話と機能訓練を提供する場所であり、サービス提供時間すべてに公的な費用が支払われています。  
このことをしっかりと理解しておきましょう。



今月の手しごと

# ショウガ



## ショウガ

昔ながらの知恵と技  
季節を楽しむ活動

### 今月の活動

- ・ ショウガの足湯
- ・ ショウガの皮むき
- ・ ショウガのシロップ
- ・ ショウガのドリンク
- ・ ショウガ糖

## 今月は「ショウガ」



冷凍すればショウガは  
1〜2ヶ月ほど  
保存ができますよ。



カットしたり、  
すりおろして  
冷凍しておけ  
ば使いやすい  
ですね。



### ショウガの効能

- ・ 身体を温める
- ・ 胃の調子を整える
- ・ 免疫力を高める
- ・ 解熱作用がある
- ・ 血行を促進する
- ・ 吐き気を抑える
- ・ 抗菌作用がある
- ・ 鎮痛作用がある

### 水に浸して保存

ショウガを冷蔵庫で保存する場合、水に浸しておくで1ヶ月ほど保存可能です。

- ① 水洗いしたショウガを保存容器に入れ、ショウガが浸るくらいの水を注ぐ。
- ② ふたをして冷蔵庫で保存し、2〜3日おきに水を入れ替える。



知りたい、トリクミ

# 今月の介護の現場

でいほ一む・さかいの家  
広島県福山市



## 地域の声に耳を傾け、困りごとを ご利用者の「役割」として活動するデイ

でいほ一む さかいの家のご利用者スタッフの皆さま

でいほ一む さかいの家（以下、さかいの家）は、「その人らしさを生かし、その人の力を発揮できる場所」を理念として、2020年10月に広島県の郊外に開設しました。畑や林が多く、季節の移ろいが色濃く感じられる場所で、ご利用者一人ひとりに役割を担ってもらうことを大切にしています。



Facebook

要支援1	4名
要支援2	4名
要介護1	19名
要介護2	7名
要介護3	2名
要介護4	0名
要介護5	1名

男性15名/女性22名

### 事業所概要

株式会社永桜会

地域密着型通所介護 **でいほ一む さかいの家**

- 広島県福山市郷分町1595
- 定員/18名
- 一日平均利用者数/約14名
- 営業日/月～土(年末年始、お盆除く)
- 平均介護度/1.5

### 職員配置(兼務あり)

- 管理者…1名
- 生活相談員…3名
- 機能訓練指導員…3名
- 看護師…2名
- 介護職員…9名



目の前に畑が広がるさかいの家



なるほど！

# 新しい事業の はじめかた



## 訪問介護



大阪府  
株式会社山勝ライブラリ  
代表 山下 勝巳

### 訪問介護の基準

#### 〈人員配置〉

- ・サービス提供責任者1名以上(利用者40名を超えるごとに1名)
- ・訪問介護員2.5名以上
- ・管理者1名(訪問介護員と兼務可能)

#### 〈設備〉

- ・事務室(スタッフ3名程度が仕事ができる広さ)
- ・相談室(相談者と面談ができ、プライバシーを守れる空間)
- ・感染症対策に配慮した手洗い場



訪問介護「ライブラリヘルパーステーション」

## 介護との出会いをもっと自然に、訪問介護の展開

商店街にある時計屋に間借りする形で、2013年に居宅介護支援「ライブラリケアプランセンター」を開業しました。介護×時計屋という奇妙な運営の中で、街の人たちが「自分はまだ介護の世話にはなりたくない」と思う反面、漠然とした不安を誰かに聞いてほしいと願っていることに気が付きました。そこで介護の看板を掲げるのではなく、“時計屋に行ったら介護のプロがいた”という状況をつくったのです。もっと地域の方が気軽に立ち寄れる場所をつくろうと、2017年にカフェ、2019年に地域密着型通所介護、2022年にレンタルスペースを併設した訪問介護「ライブラリヘルパーステーション」を立ち上げました。

### 株式会社山勝ライブラリの 事業概要

- ・居宅介護支援(2階)
  - ・時計屋、カフェ(1階)
  - ・訪問介護(2階)
  - ・レンタルスペース(1階)
  - ・地域密着型通所介護(定員15名) など
- 同一建物





認知症ケアの工夫を学ぼう!

## 認知症対応型デイ・グループホームの工夫

テーマ

# 楽しみ活動

デイサービス・グループホーム 聖ヨゼフの園(福岡県北九州市) 総括管理者 逆瀬川 陽祐 氏



## 楽しみ活動の注意点・ポイント

- ・ 転倒しないように環境を整備し、トイレへの導線を確保しておく
- ・ 進行役の声は明るい声で楽しい雰囲気づくりをする
- ・ ご利用者の配席を工夫しその場を盛り上げる
- ・ 大人数での活動が苦手な方には個別対応を行う

# BPSD

監修:川畑智 (株式会社Re学 代表取締役)

## に寄り添う

認知症のケアでは、ご本人に安心してもらうことが重要です。認知症の方の気持ちに寄り添い、ご本人が安心できれば、BPSD が和らぎ、ケアする側の負担を減らすことにもつながります。

第9回

### 収集癖のあるSさん



収集癖のある認知症のSさんは、使用済みのティッシュペーパーをポケットに詰めたり、トイレットペーパーをクルクル巻き取って衣類に詰め込んだりします。デイサービスのテーブルに置いているティッシュ箱を持ち帰ろうとすることもあり、返してもらおうとすると「私のものだ!盗るな!」と怒るため、スタッフは対応に困っています。



教えてくれるのは



川畑智 かわばた さとし

株式会社Re学代表、理学療法士。熊本県を拠点に認知症予防や認知症ケアの実践に取り組むとともに、国内外における地域福祉政策に携わる。近著に『マンガでわかる! 認知症の人が見ている世界』(文響社)など。

なぜ?

を考えて寄り添う

### 自分や家族の安心につながる行動を取っている

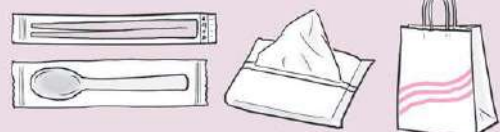
私たちは、過去・現在・未来といった時間の流れを理解した上で思考することができるので「昔(当時)は必要だったが、今は要らない」と総合的に判断し、収集の必要がある場合は、必要最低限量を計算することもできます。

しかし、認知症の人は、日時や時代の認識にズレが出やすかったり、過去の体験に基づいた経験的判断を行いやすくなります。そのため必要・不要の目線ではなく、経験的に自分や家族が安心できそうなものを「備え」として収集する傾向にあります。

「備えあれば憂いなし」という言葉の通りの行動

ですので、「ものを大切にしている」のだと、その行動に理解を示すことが大切です。

皆さんも、つい集めていませんか?



私たちは必要な物を備えているだけなのに、「収集癖だ」と言われると嫌な気持ちになりませんか? 認知症の人と同じ思いです。



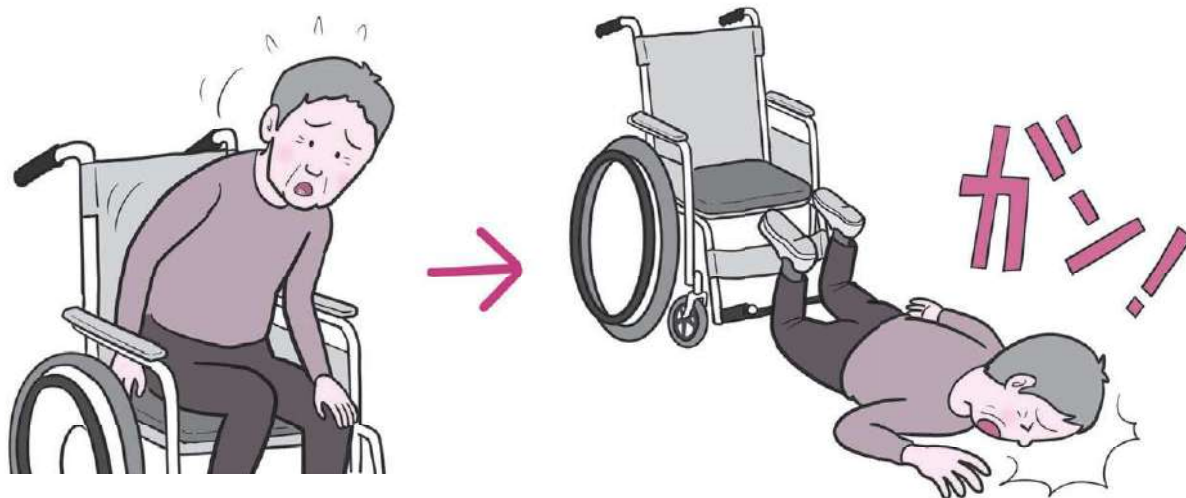
どうする!?

# リスクマネジメント

株式会社安全な介護 代表 山田 滋

## 現場の事故対策 編

### レクリエーションの事故防止対策



#### レク中にずれたクッションを直そうとして車イスから転落!

デイサービス利用者のNさん(78歳・男性)は、脳血管障害による半身麻痺がありますが、車イスで器用に自走することができ、利用日にはレクリエーションに必ず参加して楽しんでいます。

ある日、職員のシゲルさんからレクリエーションに誘われたNさんは、最初は参加を渋っていましたが、「Nさんが参加しないと盛り上がりませんよ!お願いします」と言われてやる気になり、風船バレーに参加しました。レクリエーション中は車イス上でうまく風船を操り、「Nさんは本当に上手だ」とみんなに褒められて上機嫌でした。

ところが、レクリエーション後にNさんが身体をよじったかと思うと、突然前方に転落してしまいました。レクリエーション中にずれた車イスのクッションを直そうとしたのです。Nさんは額を床に打ちつけて出血したため、救急搬送されました。幸い軽傷でしたが、家族に「なんで無理したの?」と問われたNさんが「職員がしつこく誘うから仕方なく参加した」と答えたため、家族からクレームが入りました。ミチコ主任は「無理に誘ってはいけない」とシゲルさんを指導しました。

活動に活かせるヒントが満載

自慢の

# レク・クラフト

## 大集合

全国から寄せられた事業所での取り組みやレク・クラフトを中心に紹介しています！

大好評!!

月刊デイを10~20%割引で購入できます! /

### ご利用者の一生の記念に!

#### この誌面に作品が掲載された事業所・個人様限定特典

「月刊デイ」を定価から **10~20%割引** でお得にご購入いただけます。ご利用者の事業所での活動の記念として、事業所の宣伝ツールとして、まとめてのご購入がおすすめです。

私たちの作品が載ってる!うれしい!



- 1~4冊のご購入 → **10% 割引**
- 5~9冊のご購入 → **15% 割引**
- 10冊以上のご購入 → **20% 割引**

※割引注文には、入賞事業所に副賞と共にお送りする特別注文用紙が必要です

自事業所の作品を「月刊デイ」で発表してケアマネやご家族へのPRに活用してください!



月刊デイオリジナルお祝いポスター (A3サイズ) をプレゼント!



※ポスターはイメージです

今月は、優秀賞の選出はありません

準優秀賞



東京都足立区 介護老人保健施設いずみ様

#### 光り輝くソリ

##### 台車を活用! 電飾が輝くソリ

段ボールに装飾を施した車体やポトルコンテナの座席を台車の上に置き、電飾を付けました。「一年に1度のクリスマスに夢の世界を演出しよう」とみんなでアイデアを出し合っているうちにどんどん派手になり、当日も大いに盛り上がり大好評でした。

暗やみでも光る!!



LED電球がキラキラ輝く!



評

台車と段ボールで作られたとは思えないほど豪華です。優しい笑顔のサンタクロースの飾りもかわいらしいです。皆さまのアイデアが集結した傑作ですね。



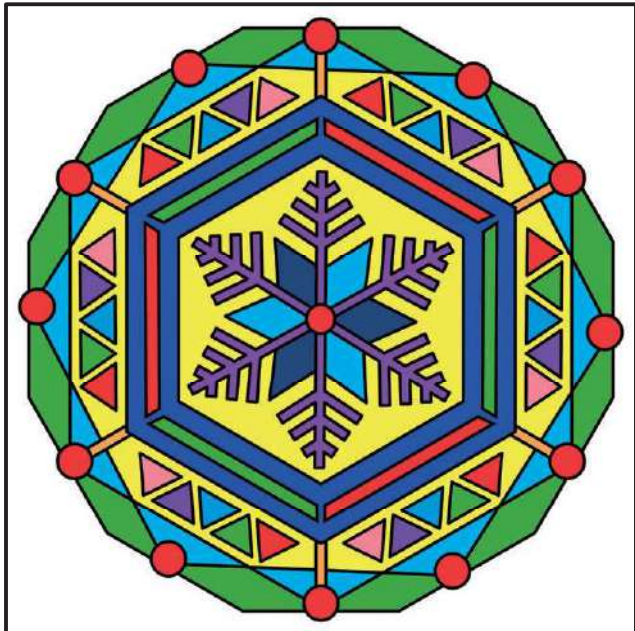
# ぬり絵の色見本

ぬり絵などの手本や参考として  
ご利用ください。

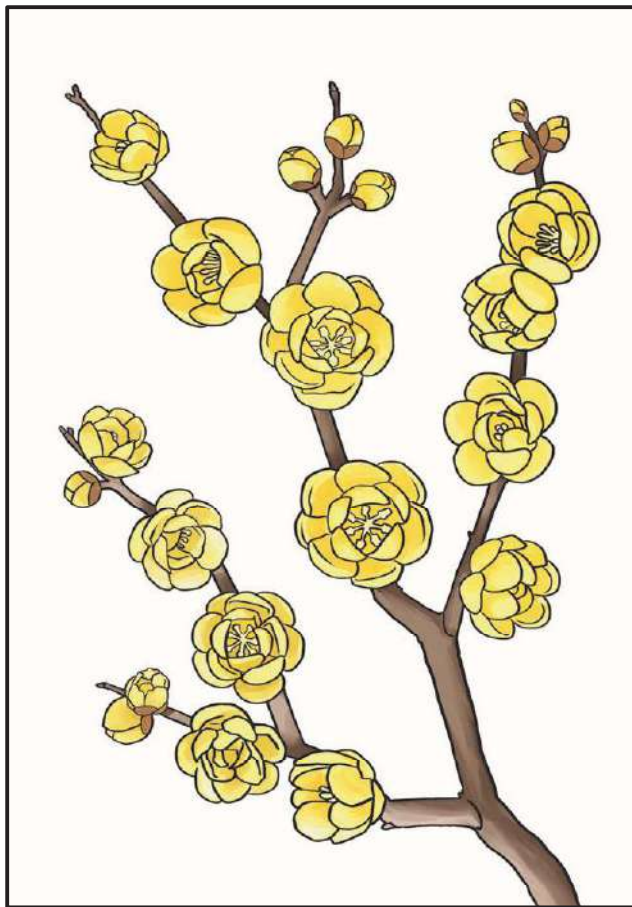
お役立ちツールDVDを  
ご購入の方は色見本を  
ダウンロードできます



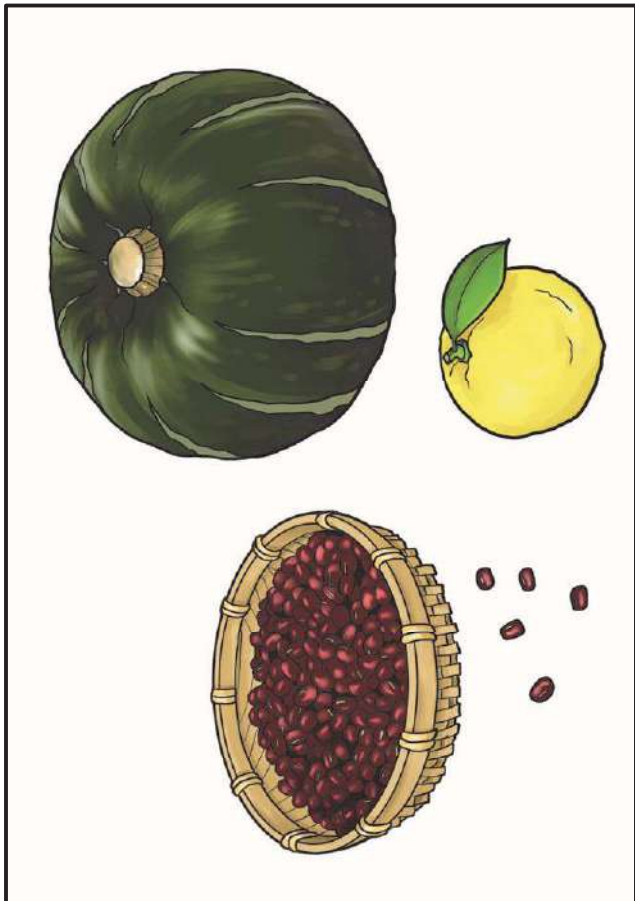
素材集 p.1 「マンダラ」



素材集 p.2 「ロウバイ」



素材集 p.3 「冬至の食べ物(かぼちゃ・ゆず・あずき)」



素材集 p.4 「もちつき」



寒くなると汗をかきにくくなり、いつもより尿の量が増えるよ



頻尿の症状を和らげましょう

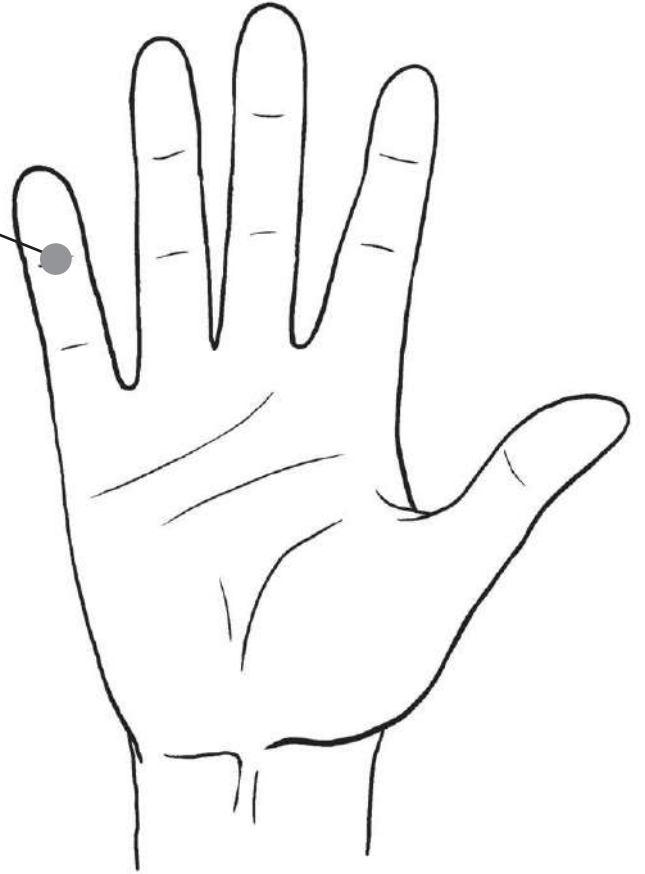
各5回

加齢や冷えなどによる頻回な尿意を緩和し、頻尿やむくみの改善を促します。

夜尿点

小指の第一関節の真ん中。  
息を吐きながら、反対の手の親指で3秒ほど押す（5回）。  
反対の手も同様に行う。

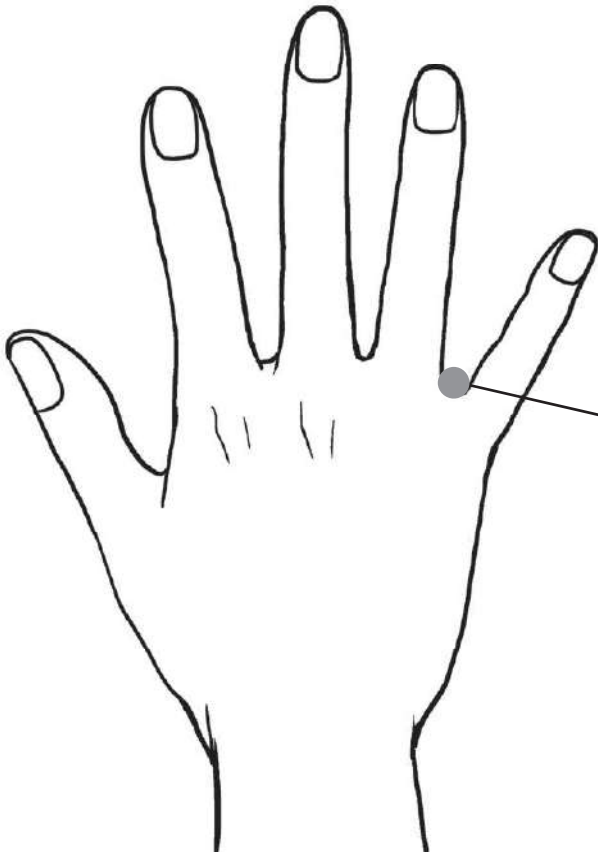
排尿をコントロールし、頻回に起こる尿意の緩和・改善を促す



液門

薬指と小指の付け根の間。  
息を吐きながら、反対の手の親指で3秒ほど押す（5回）。  
反対の手も同様に行う。

頻尿の緩和・改善のほか、むくみやイライラを落ち着かせる効果がある





月刊  
monthly

# DAY

[月刊デイ]

<https://daybook.jp/>

VOL. 288

脳トレ・ぬり絵

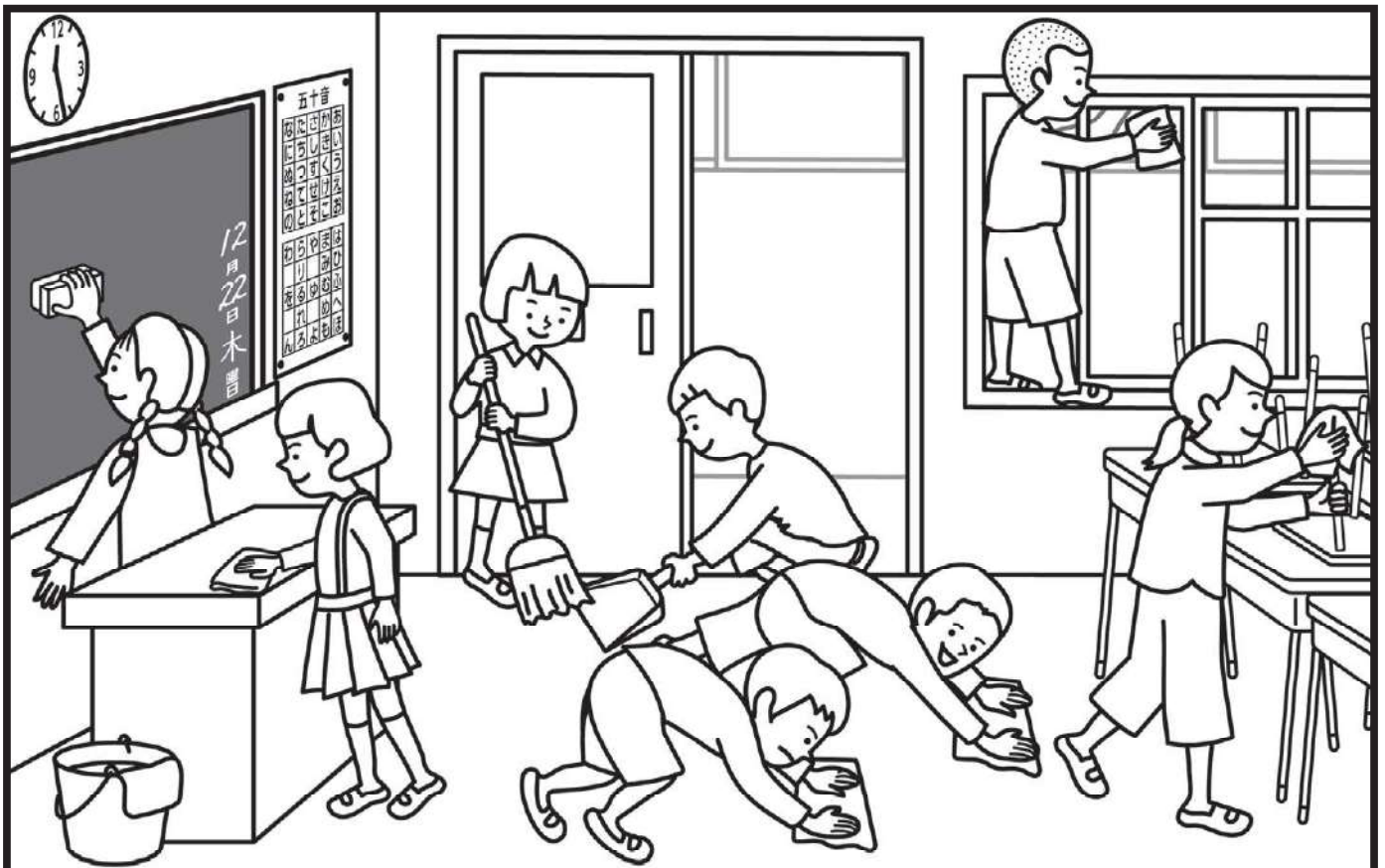
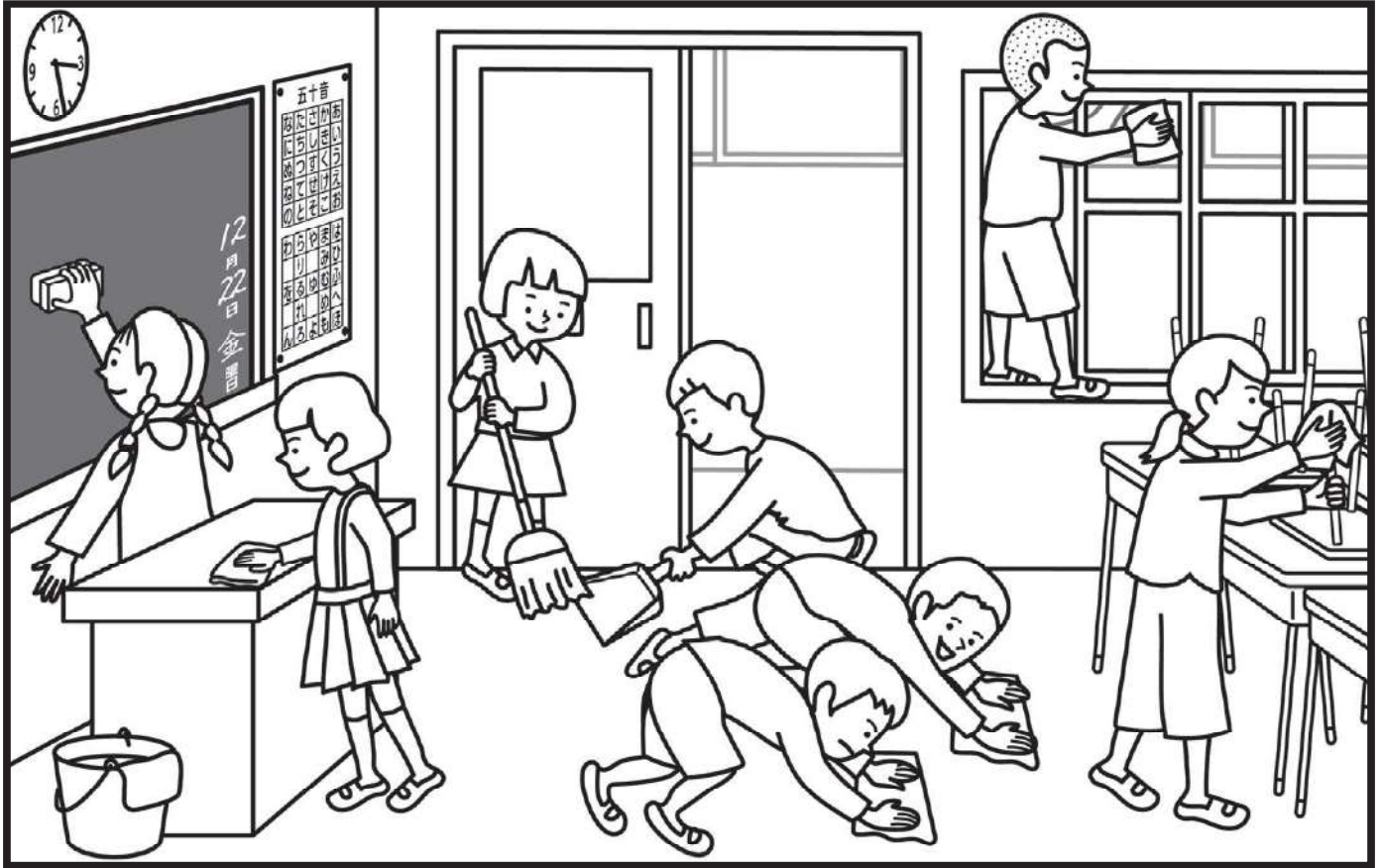
# 素材集12

2023  
月号



# まちがい探し① 学校の大掃除おおそうじ〈5つ〉

実施日： 年 月 日 名前（ ）



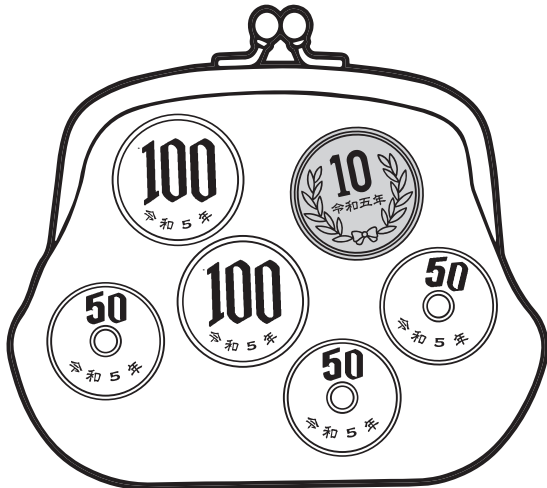


# お金の計算③

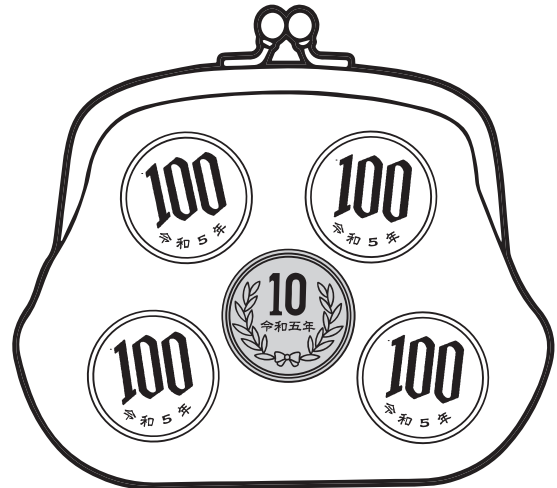
サイフのお金を数えて合計額を書きましょう。  
また、どちらのサイフが、いくら多いか答えましょう。

実施日：        年        月        日        名前（        ）

①



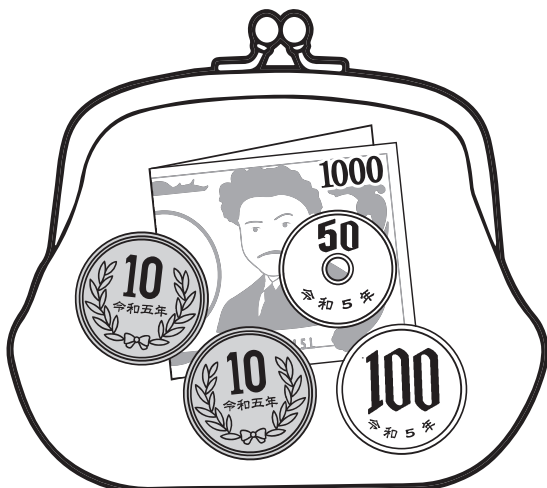
A  円



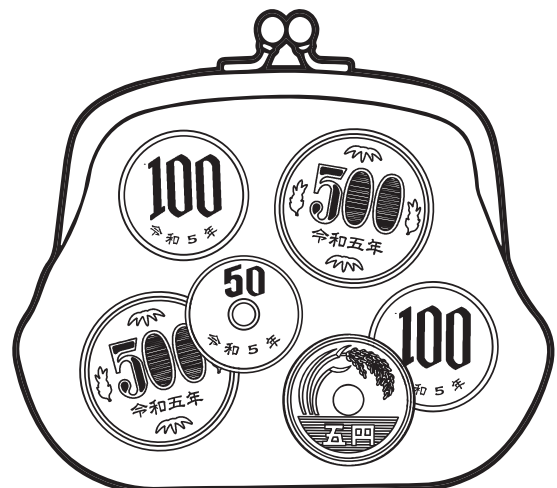
B  円

答え [ A ・ B ] のサイフの方が [        ] 円多い

②



A  円



B  円

答え [ A ・ B ] のサイフの方が [        ] 円多い







# けんこう いくつ知ってる? 健康〇×クイズ

「冬の転倒予防」について、〇か×で答えましょう。

実施日： 年 月 日 名前（ ）

1

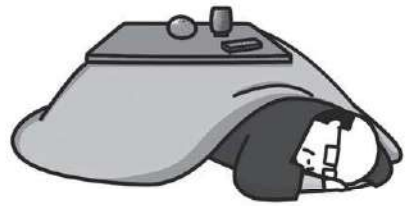
冬になると高齢者の  
転倒事故が増える



〇 • ×

2

転ばないように、冬はなるべく  
家の中でじっとしている方がよい



〇 • ×

3

転倒予防の  
ためには、  
厚手の靴下を  
はくとよい



〇 • ×

4

こたつやカーペットが  
転倒の原因になる



〇 • ×

5

冬の横断歩道は  
転倒の危険が増す



〇 • ×

6

ツルツル滑る道は  
大股で歩くと  
転びにくい



〇 • ×