



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**  
2月号対応版



別売  
定価  
880円

※本誌「素材集」に掲載のぬり絵の  
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**



**f** Facebook



**YouTube**



情報発信しています

## CONTENTS

### 特別企画

新しい政策、介護報酬改定から見る

## 認知症介護に必要なこと 36

### 特集

明日からできる

## デイの経営改善策!! 40

- 2 今、この学校がおもしろい! 学校紹介
- 4 今日は何の日?
- 16 1・2・3 STEP クッキング
- 18 Nature Craft
- 20 簡単クラフト
- 24 飾って楽しい 立体壁画
- 31 詩太 | あたかな詩(うた)の時間
- 32 介護NEWS
- 50 今月の手しごと
- 54 トレーニンググッズ
- 56 今月の簡単レク
- 60 知りたい、トリクミ 今月の介護の現場
- 64 GO! GO! 通所リハ
- 72 第21回 日本通所ケア研究大会報告
- 74 2月の運営
- 78 現場で使えるマニュアルシリーズ
- 84 コツコツ続けて元気に! まいにち体操
- 86 BPSDに寄り添う
- 88 どうする!? リスクマネジメント
- 95 第4回 三行の手紙コンテスト大募集
- 97 第30回 ぬり絵コンクール 結果発表
- 102 第19回 大人のぬり絵芸術大賞 結果発表
- 104 自慢のレク・クラフト大集合
- 114 ぬり絵の色見本
- 118 今月の俳句作品
- 120 介護川柳
- 124 第2回 とんち文字コンテスト大募集
- 132 2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 自宅でできる健康体操
- 付録 今月の簡単レク  
「鬼シート・点数付きおかめシート」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

# Teacher Interview!

＼思いやりのある人材の育成を／

趣味はサイクリングの体育会系

たかはし まさこ  
**高橋 昌子先生**



看護・福祉系列担当の高橋先生・重本先生にお聞きしました！



**Q. 生徒たちに学んでほしいことは何ですか？**

- A.** 相手の立場や気持ちを考えることができる人になってもらいたいですね。  
生徒たちと接していて感じるのは、人の意見をしっかり聞き、ちゃんと自分に取り入れて主体性を持って行動しているということ。生徒たちの吸収力の高さを実感しています。

＼現場経験を伝えたい！／

枯山水とソフトテニスのことならまかせて！



しげもと めぐみ  
**重本 恵先生**

**Q. 授業で特に力を入れていることは何ですか？**

- A.** 高齢者のイメージを持ってない生徒たちに、現場の事例を紹介しながら、声かけの重要性などを伝えています。まだ初任者ということもあり、生徒とのコミュニケーションを大切に、楽しい授業を心掛けています。

教えて！  
高橋先生

**Q. 常に心掛けていることを教えてください**



- A.** 楽しく学べる授業を意識して実践しています。むしろ私たちも楽しむように取り組んでいますね。実習にもワクワク感や生徒たちの興味を取り入れ、その中でアドバイスができるようにしています。また、日常の生徒たちの細かな表情やちょっとした行動の変化に気付けるように、特に心掛けています。



# Student Interview!

かいの りん  
**海野 凜さん**

好きな食べ物：うどん

- A.** 実習はみんなとかかわり、学べるから楽しい！介護の資格を取ることを目標に頑張りたい！

ふしい そうた  
**藤井 颯汰さん**

好きな食べ物：ハンバーガー

- A.** 介護福祉士になって将来お父さんを楽にしたい！

やまむら みう  
**山村 美羽さん**

好きな食べ物：ミートスパゲティ

- A.** 介護の仕事をしているお母さんがすてきだと思うから、私も目指したい。みんなと色々な意見交流ができて楽しい！

もんでん あさか  
**門田 朝香さん**

好きな食べ物：唐揚げ

- A.** いろんな職業の中でも人とかがわられる仕事は介護。私は向いていると思うし、楽しい仕事だと思う。人との交流は自分の学びにもなる。

**Q. 授業の楽しさや難しさ、介護への思いなどを教えてください！**



やまね ひなたさん  
**山根 ひなたさん**

好きな食べ物：お肉

- A.** 事例に対して意見交換するのが楽しい！違う視点の意見が出るからこそ面白い！

しんじょう あやの  
**新庄 彩乃さん**

好きな食べ物：オムライス

- A.** 自分の意見を考えたり、人の気持ちを考えるって難しいと思うけど、そこに学びがある！

ひのうえ りの  
**樋上 璃乃さん**

好きな食べ物：麻婆豆腐

- A.** 座学よりみんなと一緒にできて身につく実習が好き！

ただ ゆい  
**武田 結衣さん**

好きな食べ物：唐揚げ

- A.** お父さんも介護士。同じ道を目指したい。おじいちゃんとおばあちゃんが好き！



たとえ意見が違ってても、受け入れてくれる仲間がいるから頑張れる



実習の授業が一番楽しい！

FEBRUARY

2月



# 今日は 何の日?

1~5日

「朝の会」でのネタ帳!人気です!

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



4巻セット 13,200円(税込)

送料無料!!

冬 1~3月編 1冊 3,300円(税込)

ご注文は  
こちらから



1日  
(木)

誕生日 まさとし 中村雅俊(昭和26年:俳優、『われら青春!』の主演に抜擢されデビュー、妻は女優・五十嵐敦子) はつてき いがらしゆんこ ほかの記念日 重ね正月

## フレイルの日

フレイルとは、加齢によって筋力や心身の活力が低下し、介護が必要になりやすい状態のことです。フレイル予防の大切さを多くの人に知ってもらい、健康長寿社会の実現を図ることを目的として、制定されました。

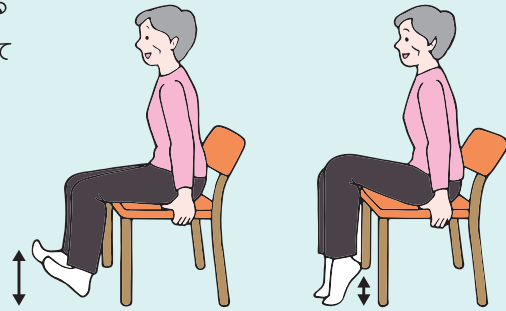
### フレイル予防の3つの柱

- 栄養…… バランスの良い食事を取り、低栄養状態を予防する
- 身体活動… 運動をして、筋力を向上させる
- 社会参加… 余暇活動やボランティア活動などを行い、人と交流する

### フレイル予防体操

- ① 左の太ももをゆっくりと上げ、下ろす。同様に右も行う
- ② 爪先をゆっくりと上げ、下ろす
- ③ 踵かかとをゆっくりと上げ、下ろす
- ④ 足踏みをする

※転落に注意して  
行いましょう



②の体操

③の体操

## ゆでたまごの日

「ゆでたまごで毎日をちょっと幸せに」をテーマに、ゆでたまごの素晴らしさをより多くの人に知ってもらうことを目的として、制定されました。



2日  
(金)

誕生日 ふたば 二葉あき子(大正4年:歌手、生涯にわたり原爆の犠牲者への鎮魂の心を歌い続け希望の灯をともす) しょうがい ちんこん ほかの記念日 夫婦の日

## 日本製ファッションの日

世界に誇れる日本製のファッションを発信し、裁断・縫製・アイロン・編み・紡績などの生産現場を元気にしたいという願いを込めて、制定されました。日本製の衣類の丁寧で正確な縫製は、世界で高く評価されています。

声かけ  
の例

お気に入りの服や小物(帽子、かばん、アクセサリなど)はありますか?



### ぬり絵無料ダウンロード

(2024年2月29日までの期間限定!)

「昭和ファッションぬり絵(線画・色見本)/お役立ちツールDVD 2月号に収録」を月刊デイホームページからダウンロードできます。パスワードは132ページに掲載



昭和ファッション  
ぬり絵の色見本

簡単  
クラフト



折り紙で作れる!

かん つばき すい せん

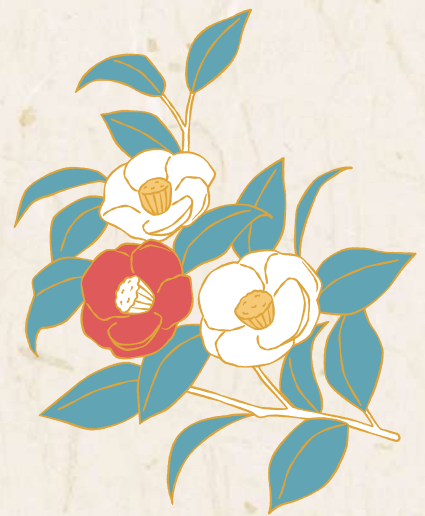
# 寒椿と水仙

材料

- \* 折り紙 (15cm角)  
赤・ピンク・黄・白・緑
- \* 厚紙や色紙 (2色/色は自由)

道具

- \* 鉛筆
- \* のり
- \* 竹串



提供 / Cra-Rec Channel

Cra-Rec Channel (YouTube) では、切る・塗る・貼るなどの簡単な工程で作れる季節のクラフトを多数紹介しています。作る楽しさ、没頭する心地よさ、表現する満足感などを感じられる作品を目指しています。ぜひCra-Rec Channelをご覧ください!



# 介護NEWS



## 11 今月のPick Up情報

### 通所系サービス、他事業所と共同で送迎 ルールの明確化へ

第232回社会保障審議会介護給付費分科会が開催されました。通所系サービスの送迎における取り扱いについて、以下の点が議論されました。

#### CHECK!

##### (対応案)

- 利用者の送迎は、利用者の自宅と事業所間の送迎を原則とするが、運営上支障が無く、利用者の居住実態（例えば、近隣の親戚の家）がある場所に限り、当該場所への送迎を可能とすることを明確化してはどうか。なお、送迎範囲は事業所のサービス提供範囲内とする。
- 令和3年度介護報酬改定に関するQ & Aで示された、他事業所の従業員が自事業所と雇用契約を結び、自事業所の従業員として送迎を行う場合や、委託契約において送迎業務を委託している場合（共同での委託を含む）には、責任の所在などを明確にした上で、他事業所の利用者との同乗を可能とすることを明確化してはどうか。
- 障害福祉サービス事業所が介護事業所と雇用契約や委託契約（共同での委託を含む）を結んだ場合には、責任の所在などを明確にした上で、障害福祉サービス事業所の利用者も同乗することを可能とってはどうか。なお、この場合の障害福祉サービス事業所とは、同一敷地内事業所や併設・隣接事業所など、利用者の利便性を損なわない範囲内の事業所とする。

## 令和6年度の介護報酬改定に向けた無料セミナーを開催

令和5年11月25日(土)、「介護報酬改定」をテーマに厚生労働省老健局老人保健課・高齢者リハビリテーション推進官の上田貴代氏を講師に迎え、医療法人社団生和会「福山リハビリテーション病院」主催の無料セミナーが広島県福山市で開催されました。

介護需要や社会保障給付費の変化の現状のほか、改定に向けて行われている事案について意見を述べられました。



新しい政策 介護報酬改定 から見る /

# 認知症介護に必要なこと



## Topics

- 1 “認知症の人が希望を持って暮らす”ために  
介護事業所で必要な対応
- 2 介護報酬改定で重視される認知症への対応力とは

## 1

### “認知症の人が希望を持って暮らす”ために 介護事業所で必要な対応

#### ● 認知症基本法の成立

令和5年6月14日、「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が可決・成立しました。

#### 【認知症基本法の基本理念と目的】

すべての認知症の人が、自らの意思によって日常生活及び社会生活を営むことができる

国民が認知症に関する正しい知識及び認知症の人に関する正しい理解を深める

認知症の人にとって日常生活または社会生活を営む上で障壁となるものを取り除く

認知症の人の意向を十分に尊重しつつ、良質かつ適切な保健医療サービス及び福祉サービスを切れ目なく提供する

認知症の人だけでなく、その家族などに対しても必要な支援を行う

認知症予防や診断・治療・リハビリなどの研究成果を広く普及・活用・発展させる

教育、地域づくり、雇用、保健、医療、福祉その他の各関連分野における総合的な取り組みとして実施

認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができる社会の実現

明日からできる

特集

# デイの経営 改善策!!

物価高騰や人件費の上昇などにより、デイは厳しい経営状況にさらされています。本稿では収入増やコスト削減など、明日からできる改善策を紹介します。

その手が  
あったか!



利益アップ



コスト  
削減



## すぐに取り組める 経営改善策!!

- 1 デイの経営状態を把握しよう
- 2 改善目標を設定しよう
- 3 すぐに着手できる改善策
- 4 “期限”を決めて取り組む改善策

## すぐにできる コスト削減法

今月の手しごと

# かんきつ類



昔ながらの知恵と技  
季節を楽しむ活動

## かんきつ類

### 今月の活動

- ・ミカン風呂
- ・ミカンジャム
- ・ミカンのヨーグルト
- ・ミカンのチーズケーキ
- ・キンカンのシロップ煮

## 今月は「ミカン・キンカン」



かんきつ類は風邪予防、  
疲労回復に効果がありますよ。



ジャムにすれば  
1ヶ月ほど保存が  
できますよ。



### 「かんきつ類」といえば…？

- |       |           |
|-------|-----------|
| ・ミカン  | ・グレープフルーツ |
| ・キンカン | ・ハッサク     |
| ・レモン  | ・デコポン     |
| ・ユズ   | ・ブンタン     |
| ・カボス  | ・イヨカン など  |

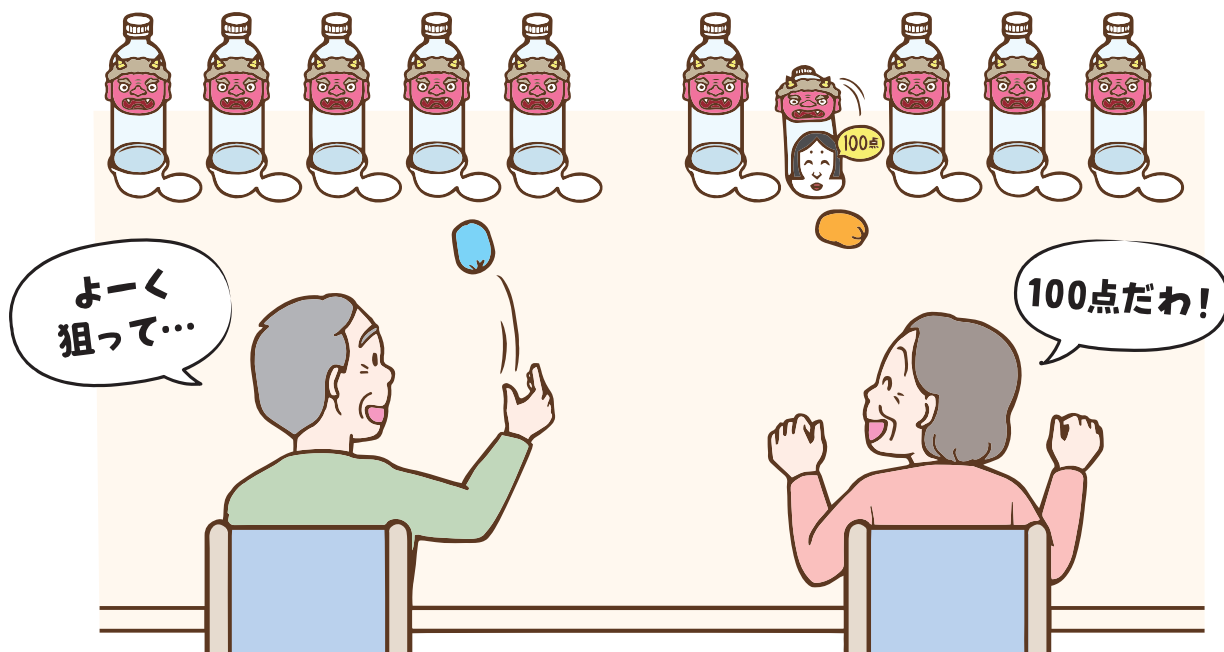
### すっぱいミカンが甘くなる！？

ミカンを手でよくもむと甘みが増すといわれていますが、やってみたことはありますか？  
ほかにも、「トースターなどで焼く」「電子レンジで30秒ほど温める」ことで、酸味を和らげることができるそうです。



上半身を鍛えるレク

# 鬼を倒して福を出せ！ 豆まきゲーム



## 準備

机に「鬼」を並べ、テープで貼って固定する。参加者は正面のイスに座り、お手玉を持つ。



## やり方

### お手玉を投げて「鬼」を倒す

参加者は、豆に見立てたお手玉を「鬼」に向かって投げて倒す。5回繰り返し、合計点が高い人の勝ち。

## アレンジ

- 「鬼」のペットボトルに水を入れると難易度アップ（量は自由。200mlほどがおすすめ）
- チーム戦にして全員の合計点を競う

## 目的・効果

上肢可動域の維持・向上

## 準備物（1人分）

- 鬼…5本  
（500mlのペットボトルの側面に「鬼シート\*」、底面に「点数付きおかめシート\*」を貼る）  
※「鬼シート」「点数付きおかめシート」は巻末の付録ページに掲載。色付きのシートは月刊デイのホームページからダウンロードできます。パスワードは132ページに掲載
- お手玉…5個

鬼の作り方



〈正面・鬼〉



〈底面・点数付きおかめ〉



# 暮らしの中での活動を リハビリに生かす デイサービス

知りたい、トリクミ  
**今月の介護の現場**  
**暮らしのデイサービス**  
**ねっこ**  
 広島県福山市

暮らしのデイサービスねっこ（以下、ねっこ）は、理学療法士でもある代表取締役の石本さんが「植物の根のように、普段は目に見えないけれど、その人の持つエネルギーの源である『ねっこ』の部分を大切に伸ばしていきたい」という思いで2022年10月に立ち上げたりハビリ特化型デイです。機能的なプログラムだけでなく、昼食作りや農作業など、暮らしの中にある活動や地域とのコミュニケーションを通して、生活に根付いたリハビリを行っています。



Facebook

## 事業所概要

株式会社バンパカバン  
**暮らしのデイサービス ねっこ**

- 住所 / 広島県福山市新市町下安井116-1
- 定員 / 10名
- 1日平均利用者数 / 約9名
- 営業日 / 月～土(年末年始、お盆除く)
- 平均介護度 / 1.4

### 職員配置(兼務あり)

- 管理者…1名
- 生活相談員…2名
- 機能訓練指導員…2名
- 介護職員…6名



代表取締役の石本さんと、縫製工場の間取りを生かしてシンプルかつ機能的にリノベーションした建屋

GO! GO!  
通所リハ



# ICTを導入し 業務改善をした 通所リハ

Pick up!



ICT導入により多職種間の情報交換の時間が増えた

## 医療法人六和会センテナリアン 通所リハビリテーション(大分県日田市)

六和会センテナリアン(以下、センテナリアン)は、大分県の西部地域最初の介護老人保健施設として1995年に開設しました。通所リハビリテーションでは、「暖かみと笑顔のある暮らし」をモットーにICT<sup>※</sup>を導入して運営上の効率化を図り、ご利用者の生活に密着したケアやサービスを提供しています。

※Information and Communication Technology(情報通信技術)の略。さまざまな機器を用いた情報処理と通信技術の総称

### Point

- ICTを導入し、記録業務に費やす時間を大幅改善
- ご利用者の自立支援や会議の効率化にタブレット端末を活用する



### 【事業所概要】

- 法人名/医療法人六和会
- 住所/大分県日田市大山町東大山14-4
- 定員/30名
- 1日平均利用者数/25名
- 平均介護度/2.1
- 営業時間/月~日曜日(1/1~1/3休業)  
10:00~16:00

- 職員配置/医師 1名
- 理学療法士 2名
- 言語聴覚士 1名
- 看護師 1名
- 介護職員 8名
- 支援相談員 1名
- 運転手 1名



# 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11回

## 異食行為のあるKさん

何してるんですか!  
危ないですよ!



認知症のKさんには、食べ物以外のものを口に入れる異食行為が見られます。ある日、テーブルの上に置いてあったティッシュペーパーを口に入れているところをスタッフが見つかり、「何しているんですか!危ないですよ!」と言ってティッシュペーパーを取り上げました。異食行為が窒息などの事故につながらないか心配です。

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

## 食べているのではなく、確かめている

皆さんは、食べられると思っていたのに食べ物じゃなかったという経験はありませんか?例えば、弁当の仕切りとして使うバランや柏餅の葉っぱなど、幼少期や未経験の場面で「理解する力(認識力)」や「知っている力(知識)」が未熟であると、そのような失敗が起こりやすくなります。

認知症の人の場合、頭の中の情報処理で「誤解」や「曖昧」<sup>あいまい</sup>が起こりやすくなり、食べられない物を食べ物と誤認してしまうことがあります。また、嗅覚や味覚の低下により、「食べ物ではない」という判断がつきにくくなることもあり、この場合、一度

口の中に入れてみて、食べ物なのかを実際に確かめてみる「探索行動」を行うのです。一見、食べてはいけな物を食べているように見えますが、認知症の人が見ている世界では、「食べている」のではなく「確かめている」と考えたほうが正しいでしょう。



月刊デイ主催  
第30回

【結果発表】

# ぬり絵 コンクール

応募総数  
約2,000通

厳正な審査の結果、以下の賞を選出いたしました。

- グランプリ……………1点
- 準グランプリ……………3点
- 審査員特別賞……………2点
- 色彩賞……………3点
- アイデア・創作部門賞……………4点
- 十人十色で賞……………10点
- エピソード賞……………6点

入賞作品は当社ホームページでもご覧いただけます。最終選考に選出された方のお名前もホームページに掲載しています。

月刊デイ ぬり絵コンクール    
月刊デイぬり絵コンクール：[https://daybook.jp/nurie\\_kekka](https://daybook.jp/nurie_kekka)

たくさんのご応募ありがとうございました！

あっと驚く素晴らしい作品や心温まるエピソードの数々に、審査員一同幸せな気持ちになりました。以下、受賞作品を発表いたします。



Grand prix  
グランプリ  
Coloring paper Contest



デイサービスセンターすみの

**大野 静子さん**(86歳)

【評】生まれ育った懐かしい風景を思い出しながら塗られた作品は、美しく染まった夕焼け空や稲架掛け、明かりがともった家族団らんの家など、当時の人々の生活が蘇るような温かさを感じます。赤とんぼやスズメ、道端の草花、バッタなど、描き足された細工も楽しいですね。グランプリおめでとうございます！

# 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。

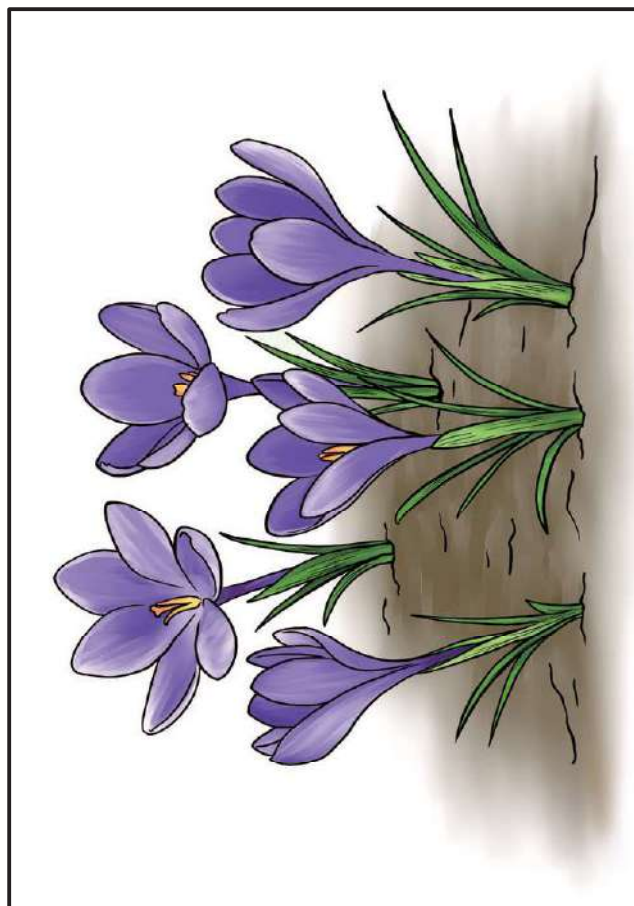
お役立ちツールDVDを  
ご購入の方は色見本を  
ダウンロードできます



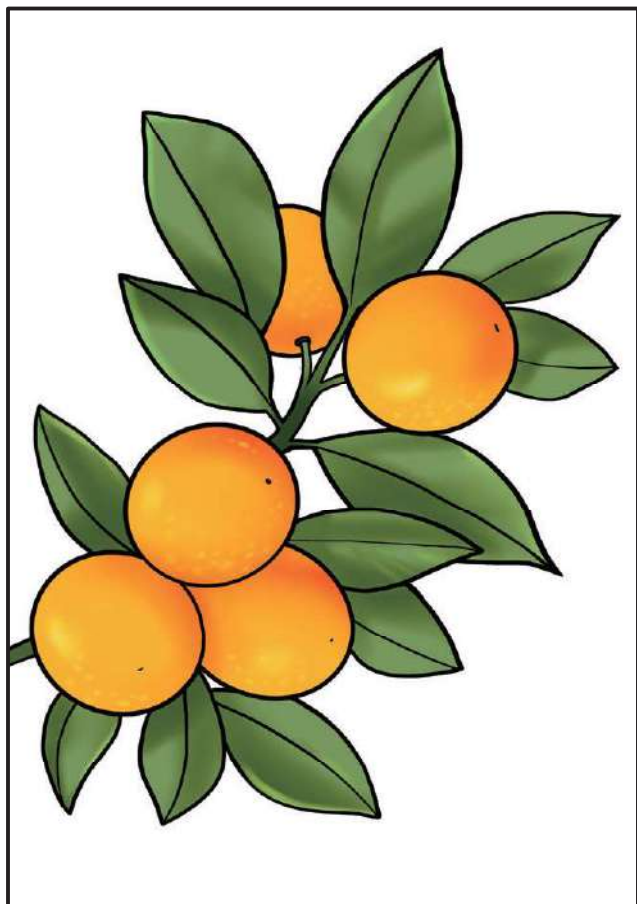
素材集 p.1 「マンダラ」



素材集 p.2 「クロッカス」



素材集 p.3 「キンカン」



素材集 p.4 「はりくわ針供養」



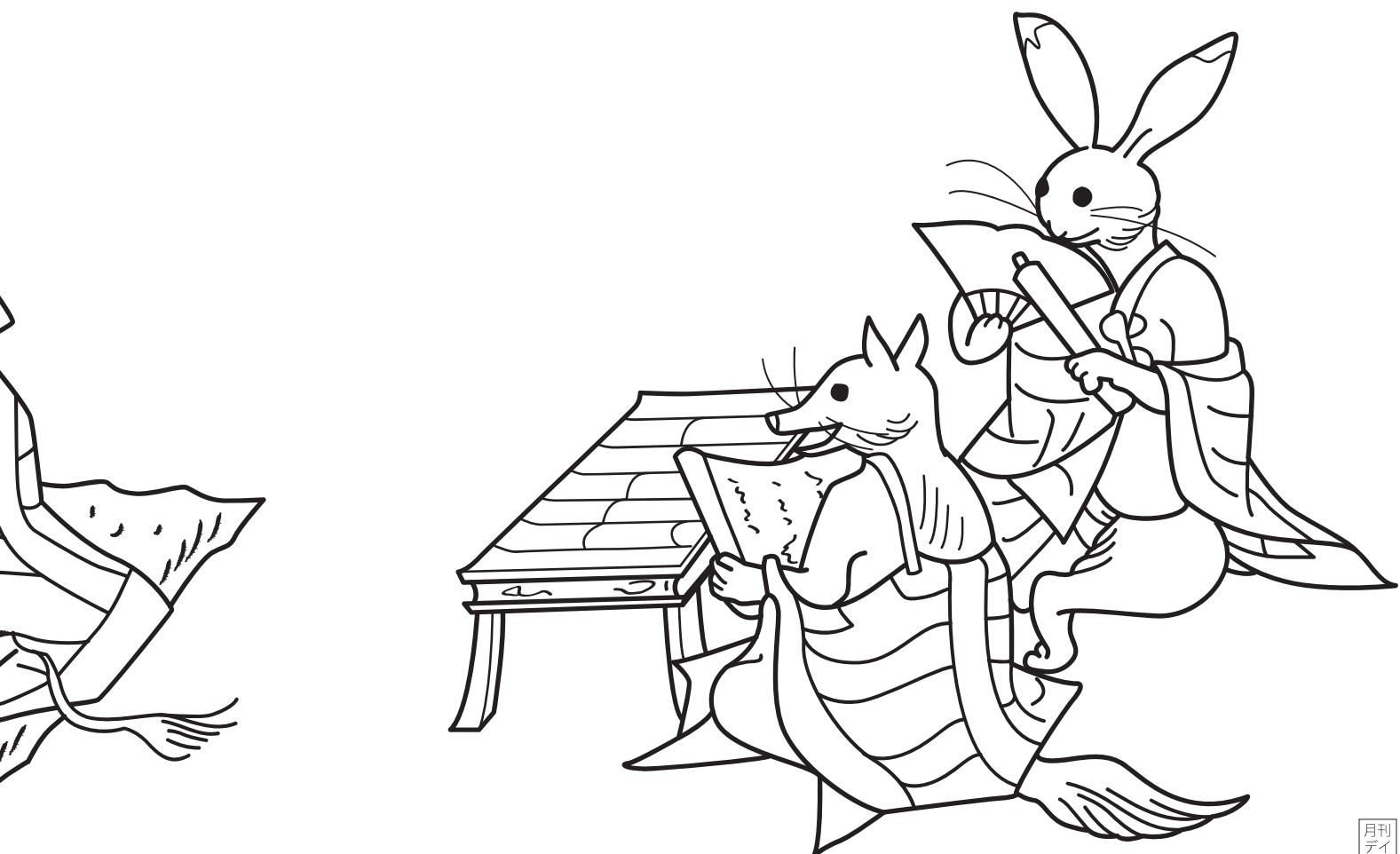
月刊  
monthly

# DAY

脳トレ・ぬり絵  
素材集

[月刊デイ]  
<https://daybook.jp/>  
VOL. 290

2 2024  
月号

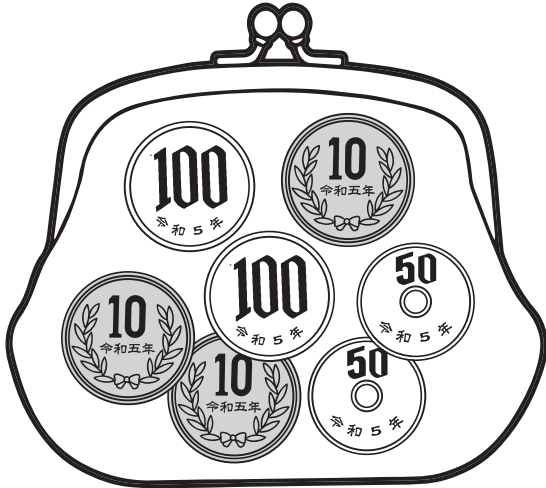


# お金の計算③

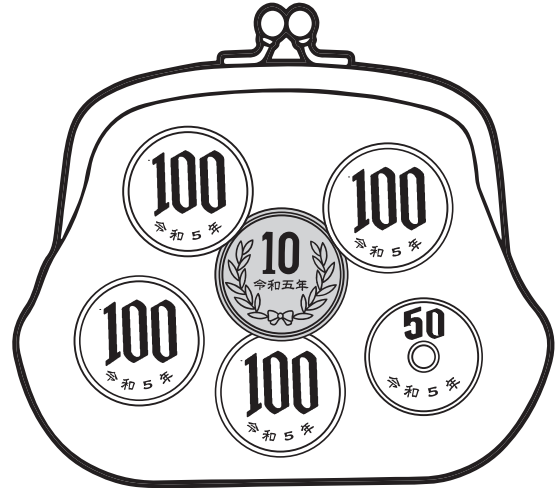
サイフのお金を数えて合計額を書きましょう。  
また、どちらのサイフが、いくら多いか答えましょう。

実施日： 年 月 日 名前（ ）

①



A

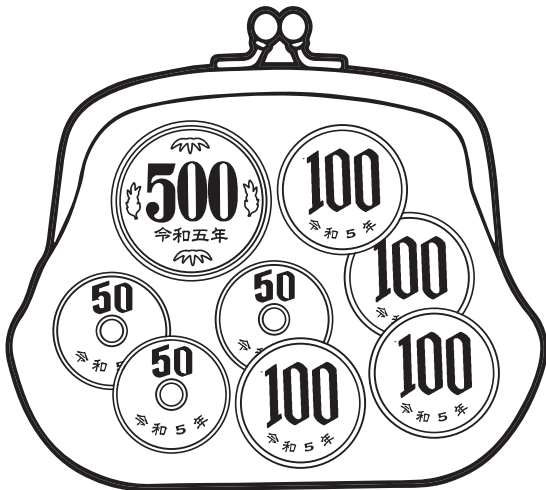
 円

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





# 漢字しりとり

イラストをヒントに、空欄にそれぞれ漢字を入れ、しりとりを完成させましょう。

実施日： 年 月 日 名前（ ）

① 二月 → 

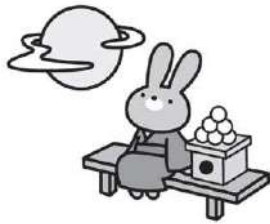
月	
---	--

 → 

--	--

 → 

--	--



② 立春 → 

春	
---	--

 → 

--	--

 → 

--	--



③ 足元 → 

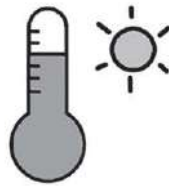
元	
---	--

 → 

--	--

 → 

--	--



④ 一家 → 

家	
---	--

 → 

--	--

 → 

--	--	--

