



30分動画、めり絵、脳トレなど  
DVDオリジナル素材が満載!

**お役立ちツールDVD**

6月号対応版



別売  
定価  
880円

※本誌「素材集」に掲載のめ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

ホームページを  
リニューアル

公式アカウント /

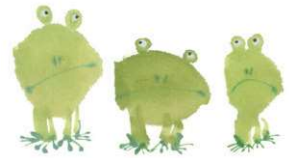


情報発信しています

CONTENTS

特別企画

小集団でもできる  
**ADL実践的トレーニング** 34

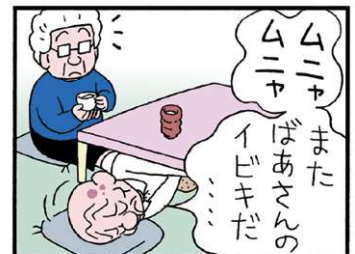


特集

**2024年介護報酬改定  
通所リハの変更点とQ&A** 53

お役立ちツールDVD (別売) に対応しています  
 動画に対応しています

- 2 エッセイ | 御木幽石
- 4 歳時記 雑学・豆知識
- 6 今日は何の日?
- 18 とっておき デイおやつ
- 20 デイで作れる 簡単クラフト
- 22 みんなで作ろう! 季節の壁画
- 26 今月の楽ラクレク
- 32 昭和なつかし写真館
- 46 今月の施設紹介
- 50 人気デイの取り組みの紹介
- 75 どうする!? リスクマネジメント
- 78 BPSDのアプローチ法
- 80 コツコツ続けて元気に! まいにち体操
- 84 加算算定のための 健口プログラム
- 86 デイの研修&配布資料
- 96 介護NEWS
- 98 動物まちがい探し
- 103 はさみで広がる 切り紙の世界
- 106 自慢のレク・クラフト大集合
- 116 めり絵の色見本
- 121 DVDめり絵の色見本
- 123 第23回「絵手紙コンクール」作品募集
- 128 「三行の手紙コンテスト」結果発表
- 130 介護川柳
- 132 今月の俳句作品
- 136 6月のパスワード・編集後記
- 別冊 素材集 | めり絵
- 別冊 素材集 | まちがい探し
- 別冊 素材集 | 脳トレ
- 付録 自宅でできる手指体操
- 付録 季節の壁画
- 付録 「睡蓮」の型紙
- 付録 読者アンケート
- 付録 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。

6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

春 夏 秋 冬

4巻セット 14,960円(税込) 送料無料!!

1冊 春 4~6月編 3,740円(税込)

ご注文はこちらから



**誕生日** ちよ ふじみつ 千代の富士貢(昭和30年:大相撲力士、昭和最後の伝説の大横綱、相撲界初の国民栄誉賞受賞、愛称「ウルフ」)

1日 (土)

いぐさの日



イグサは、日本の住まいに欠かせない畳やゴザを作る材料です。イグサには空気を清浄にする効果などがあり、住環境に良いことから、6月の「環境月間」に貢献することを目的として、制定されました。

イグサの効果

イグサには優れた吸湿性と空気浄化作用があり、湿気や汗、強い刺激があるアンモニア臭なども吸収するため、湿度の高い日本の梅雨を快適に過ごすことができます。また、目や喉の痛み、鼻水、咳などの症状が出るシックハウス症候群やぜんそくなどの原因物質も吸着してくれます。

声かけの例

イグサの香りは好きですか? ほかに懐かしいと思う香りがあれば、教えてください。  
 (例) ・コーヒの香りを嗅ぐと、よく通った喫茶店を思い出す  
 ・小豆の甘い香りを嗅ぐと、祖母の手作りのあんこ餅を思い出す など

麦茶の日

麦茶の原料となる大麦の収穫期であることや、麦茶の季節の始まりであることなどにちなみ、制定されました。

体に良いことがいっぱいある麦茶

麦茶には、高血圧を予防し、むくみを解消するカリウム、骨や歯をつくるカルシウム、抗酸化作用があり動脈硬化などの生活習慣病を予防するポリフェノールなどが含まれています。また、香ばしい香りのもととなる成分・アルキルピラジンは、血流を良くしてくれます。



麦茶の香りには リラックス効果もあります

2日 (日)

オムレツの日

「オ(0)ム(6)レ(0)ツ(2)」の語呂合わせにちなみ、オムレツを通して、家族愛と健康を育む日として制定されました。

オムライスが生まれたきっかけ

ケチャップで味付けしたご飯をオムレツで包んだオムライスは、日本で生まれた料理です。1925(大正14)年、いつもオムレツと白ご飯を注文する胃の弱い常連客のために、違う味も楽しんでほしいと思った洋食屋「パンヤの食堂」\*の店主が考案しました。

\*オムライスの老舗「北極星」の先代の店

**誕生日** ひらいずみせい 平泉成(昭和19年:俳優、テレビドラマ『はみだし刑事情熱系』シリーズ出演) **ほかの記念日** ローズの日、路地の日



とっておき  
デイおやつ



高齢者も食べやすい！

## み な づき 水無月ようかん

### 材 料

(17×14cmの型 1個分)

- A 水…………… 100ml  
粉寒天…………… 1g

甘納豆…………… 適量

- B 白あん…………… 200g  
水…………… 350ml  
粉寒天…………… 4g

## 1 甘納豆を固める



Aを鍋に入れ、かき混ぜながら中火で加熱する。粉寒天が溶けてから2分ほど加熱し(沸騰状態を保つ)、甘納豆を敷き詰めた型にそっと流し入れて冷蔵庫で20分ほど冷やし固める。



# すいれん 睡蓮の 咲く池

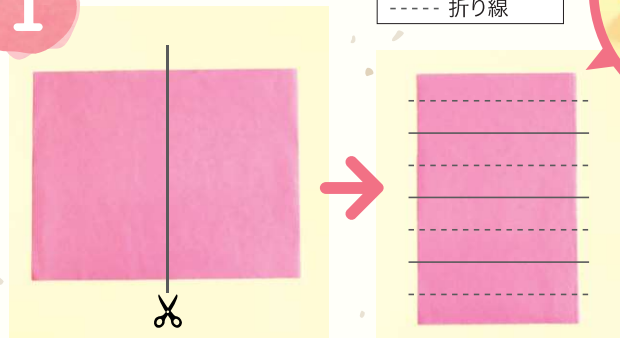
## 【材料】

- お花紙 (ピンク・薄ピンク・白)
- 画用紙 (黄・緑・黄緑・赤・黒・青)
- クレヨン (白)
- 模造紙 (水色)
- 台紙 (段ボールに水色の模造紙を貼る)



## 花を作る

1



折り目をつけて  
おくと仕上がりが  
きれい

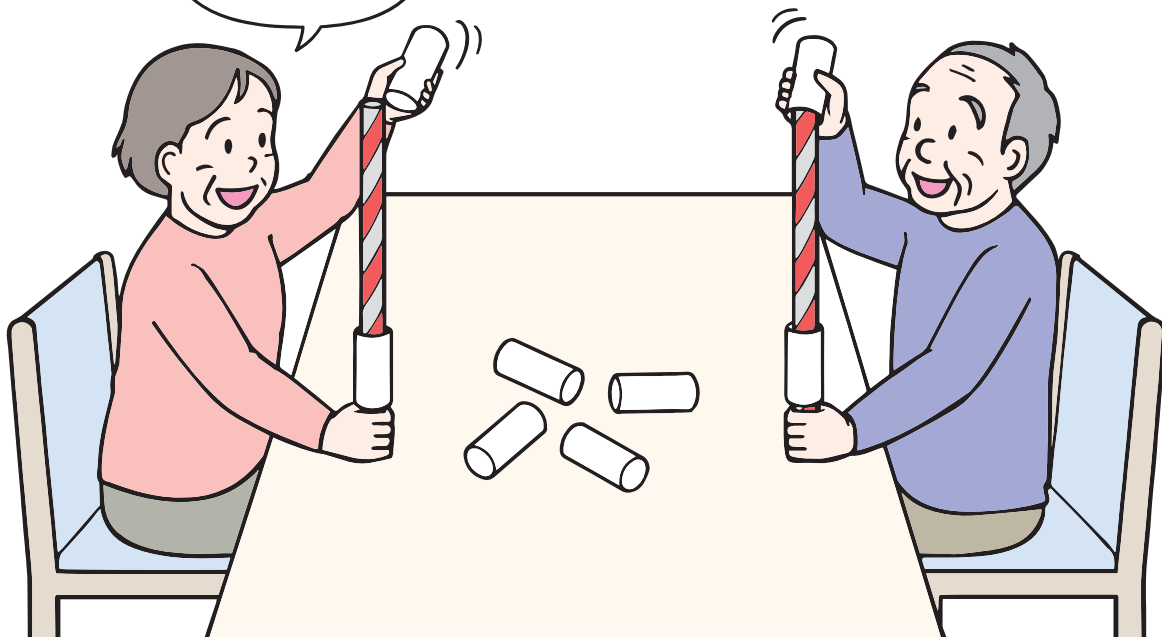
お花紙を半分に切ったものを4枚重ねる。半分に3回折って折り目を付け、折り目に沿って蛇腹に折る。



上半身を動かす

# 芯を棒に通そう！ 上から筒通しレース

どんどん  
通すぞー！



## 準備

参加者の前に新聞棒とトイレットペーパーの芯を置く。

## やり方

### 新聞棒にトイレットペーパーの芯を通す

参加者は新聞棒の先端を机に付けて持ち、もう一方の手でトイレットペーパーの芯を上から4つ通す。一番早くすべて通した人の勝ち。



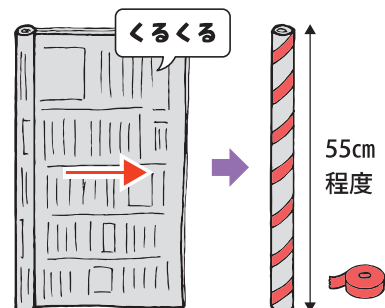
## もう一工夫

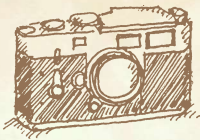
- 新聞棒を変え、難易度を調整する
- トイレットペーパーの芯に数字を書き、番号順に通す

## 準備物 (1人分)

- トイレットペーパーの芯…4つ
- 新聞棒…1本  
（新聞紙1日分を、トイレットペーパーの芯が通る太さに丸め、カラーテープで固定したもの）

### 【新聞棒の作り方】





# 昭和 写真館

なつかし

## 写真のエピソード

昭和40年代、自宅で花嫁衣装に着替え、嫁ぎ先へ向かう前の1枚です。花嫁の表情が少し緊張しているように見えます。

昭和の結婚式の  
動画を見よう♪



協力：ATV青森テレビ

32 月刊デイ Vol.294

回想法には、うつ状態の改善や認知症の症状の進行を遅らせるなどの効果があるといわれています。昭和時代の懐かしい写真を見ながら、皆さんと当時の思い出を語り合しましょう。

## — 嫁入り(結婚) —



拡大コピーして参加者に配布しましょう。



特別企画

小集団でもできる

# ADL実践的 トレーニング



デイサービスで介護職が行えるADLの実践的訓練と、その工夫について紹介します。

考案：アクティブワンデイサービス

理学療法士：藤原宏樹、小楠ひなの、久保寿理、早川優希、奥野祥子

言語聴覚士：城野香也子

## Contents

- 入浴** 浴槽の縁をまたぐ  
お尻を洗う  
背中を洗う
- 食事** 食べ物をスプーンですくう  
食器を移動させる
- 整容** 顔を洗う  
歯ブラシで歯を磨く
- 更衣** 上着をかぶって着脱する  
ズボンを着脱する  
靴下を着脱する

## 基本のトレーニング

腕の上下、腕の曲げ伸ばし、お尻歩き、立ち座り



理学療法士の  
説明付き動画 /



※排せつのトレーニングは、7月号の特集で紹介予定です



## 生伴奏にこだわり、 音楽で機能訓練を行うデイ

神奈川県相模原市にある音楽デイサービスブラボー（以下、ブラボー）は、音楽療法に特化したデイサービスです。「よりご利用者の意欲と集中力を引き出したい」という思いから、2012年に音楽療法を中心とした機能訓練型デイサービスをオープンしました。今回は、管理者・渡邊さんと、音楽療法士・永野さんに話を伺いました。



ブラボーHP

### 事業所概要

#### 音楽デイサービスブラボー

【所在地】神奈川県相模原市南区松が枝町15

【営業日】月曜日～金曜日

【提供時間】9時30分～16時30分

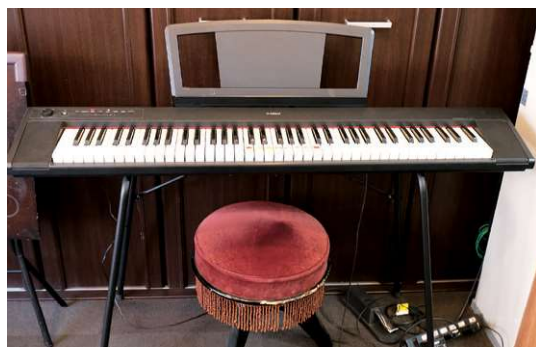
【利用定員】18名

【利用者数】16.4名(1日平均)

【平均介護度】1.8

#### 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
- 看護職員……………2名
- 介護職員……………5名
- 音楽療法士……………1名



事務所に置かれているキーボード。12年前にこのキーボードから音楽デイが始まった。現在は主にピアノを使用し、キーボードはコンサートなどでアンサンブルをするときのみ使用する



マネしたくなる事業所の工夫を  
テーマ別に複数紹介!



# 人気デイの 取り組みの紹介

## 今月のテーマ 歩行訓練

リハビリの一つとして事業所で行うことが多い歩行訓練。より実践的な訓練をすることで、日常生活での動作がスムーズになります。屋内でも屋外でも楽しみながら行える歩行訓練の工夫を紹介します。

### 全長25mの長〜い廊下を歩く! “歩行自主トレコース”

スタート!



スタート地点は  
田柄デイサービスセンター

デイから  
630m



クジラ遊具がモチーフの  
田柄中央児童公園

デイから  
1,520m



ご利用者のなじみの商店と  
思い出の紹介文

番地も  
掲示

練馬区  
2-1

地域を散歩して  
いる気分で飽きずに  
訓練できるわ!



自主トレコースで大股歩き訓練をするご利用者

田柄デイサービスセンターでは、「雨で外出できない!」「もっと体を動かしたい!」というご利用者のリクエストに応え、事業所内の長い廊下を利用した“歩行自主トレコース”を用意しています。コースの壁に地域の通りを模した地図を作って掲示し、実際の距離とともに商店や学校などの写真やご利用者の思い出などを貼っています。

大股歩きや足上げをしながら歩行したり、手すりを持ちながら下肢運動をしたり、仲間と地域の思い出話をしながら、自由に活用しています。

情報提供: 社会福祉法人 練馬区社会福祉事業団 田柄デイサービスセンター様(東京都練馬区)

特集

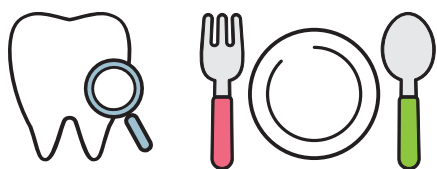
2024(令和6)年度 介護報酬改定

# 通所リハの 変更点とQ&A

2024年6月1日から施行される通所リハビリテーションの改定についての変更点と、その項目のQ&Aを紹介します。

## 事業所規模別 基本報酬

大規模型(Ⅰ)(Ⅱ)が統合。  
要件を満たせば通常規模型と同等の基本報酬を算定可能。  
一方、満たさなければ、旧大規模(Ⅰ)だった事業所は減算に!



## 通所リハビリ 介護報酬

「運動器機能向上加算」が基本報酬に包括化。  
「選択的複数サービス実施加算」の廃止に伴い、口腔と栄養を一体的に行う「一体的サービス提供加算」に名称変更!

## リハビリテーションマネジメント加算 新区分

既存のリハビリテーションマネジメントにプラスして、口腔・栄養の  
アセスメントとケアを実施。それらの情報を一体的に共有し、  
LIFEに提供したそれらの情報の活用と計画書の見直しが必要!



New

## 新設の加算・減算と、補足事項&注意点

「業務継続計画未策定減算」、「高齢者虐待防止措置未実施減算」、  
「退院時共同指導加算」の新設。  
そのほかの補足事項と注意点をまとめて紹介。



# リスクマネジメント

## 利用者同士の金銭トラブル



**ほかの利用者の娘さんから  
高額なサプリメントを買わされ  
金銭トラブルに**

女性利用者のKさんは認知症の症状はなく、気さくな性格でほかの利用者との関係も良好です。ある日、Kさんの娘さんからクレームの電話が入りました。Kさんが利用者Mさんに勧められ、Mさんの娘さんから大量の栄養食品(サプリメント)を買ったというのです(総額約40万円)。さらに、「Mさんがデイで試供品を配っている」、「デイの職員も利用者に勧めている」とデイサービスが販売に協力していると主張します。

所長は「職員が栄養食品を勧めている事実はなく、販売に協力もしていません。利用者同士の施設外のお付き合いに対して、当施設では責任は負えません」と説明しました。しかし、娘さんは「デイのせいで40万円もの栄養食品を買わされたのだから、デイにも責任がある」と主張します。所長が「Kさんをご自分の意思で買われたのですから、個人の責任です」と言うと、娘さんは、「無責任だ!こんなデイはすぐにやめさせます。ほかの利用者さんにもだまされないように注意しておくわ」と電話を切ってしまいました。

その後、Kさんの娘さんは、今回の事態をSNSなどに書き込んだため、数人の利用者が利用をやめてしまいました。市の介護保険課から事情を聞かれたデイサービスが調査したところ、ほかにもMさんの娘さんから多額の栄養食品を購入した利用者が見つかりました。

コツコツ続けて元気に!

# まいにち体操

監修：妹尾 弘幸 (理学療法士)

今月は

# 肩が痛くならない ための体操

※イスからの転落に注意しましょう

〈今月の基本体操〉

## まずは、骨盤を左右に上げましょう!

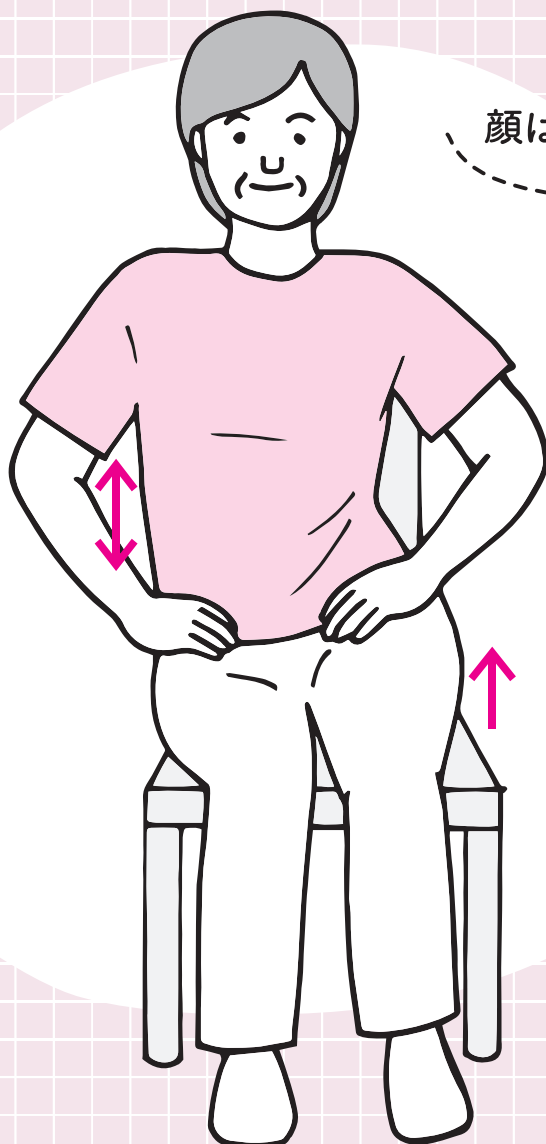
骨盤を意識しながら、お尻を左右交互に浮かせます。

効果

- ・ バランスを保つ
- ・ 転倒予防



体重がかかる側の脇腹を伸ばすイメージで



顔は垂直に保つ

骨盤体操を  
動画でcheck!



左右交互に

6回

行います



加算算定  
のための

けん こう  
健口  
プログラム

体操を始める前に

姿勢：リラックスして座りましょう

呼吸：おなかに手を当て、ゆっくり深呼吸しましょう



# 呼吸・発声の トレーニングをしましょう

口の周りの筋肉を鍛えることで、**呼吸・発声機能**への効果が期待できます。

また、腹式呼吸と口すぼめ呼吸を併用することでたくさんの空気を肺の中に取り入れることができ、息切れなどが軽減します。

## 今月の早口言葉

3回繰り返し  
ましょう

〈初級〉<sup>あめ</sup>雨がパラパラ <sup>げた</sup>がカタカタ

〈中級〉<sup>あお</sup>青は<sup>あい</sup>藍より<sup>い</sup>出でて<sup>あい</sup>藍より<sup>あお</sup>青し

〈上級〉<sup>たけ</sup>この<sup>がき</sup>竹垣に<sup>たけ</sup>竹立て<sup>た</sup>かけたのは  
<sup>たけ</sup>竹立て<sup>た</sup>かけた<sup>たけ</sup>かったから<sup>たけ</sup>竹立て<sup>た</sup>かけた

## 腹式(横隔膜)呼吸

腹式呼吸の  
様子はこちら! /



鼻から  
息を吸いながら  
おなかを  
膨らませる

口から  
息を吐きながら  
おなかを  
へこませる



おなかに手を当てて、鼻からゆっくり息を吸い込み、さらにゆっくりと口から息を吐き切る(10回)。

※深呼吸ではないため深く吸わず、横隔膜を使って普通の呼吸をする

# 研修に必要な準備は できていますか？

適切な運営のため、介護事業所には職員への研修が運営基準で定められています。必要な研修を行わなかった場合は、運営基準違反や減算（例：高齢者虐待防止措置未実施減算）の対象になることもあります。研修を行うことは、職員の育成とサービスの質向上だけでなく、事業所を運営する上でも大切です。

研修を行うに当たり、以下の手順が必要です。特に、研修の年間計画と実施記録は、運営指導で確認されるため、書類としてファイルに綴じて残しておく必要があります。研修計画と実施記録がない場合、運営基準を満たしていないとみなされる場合があるため、注意が必要です。

## 研修実施に当たり、押さえておくべき重要なポイント

1

### 必要な研修項目を確認

必要な研修は、  
介護サービスの種類に  
よって異なります



2

### 研修の年間計画を 立てる

・実施月  
・研修内容  
・受講対象者  
を明記しておき  
ましょう



3

### 実施記録をつける

- ・実施日、研修内容、受講者、講師担当者を明記した書類
- ・研修に使用した資料
- ・研修参加者によるレポートを用意しましょう

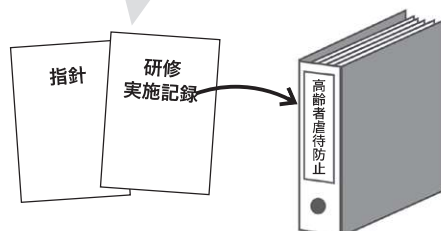


4

### 指針※・計画書・実施記録を 研修ごとにファイルに綴じる

※指針は必要に応じて用意する

運営指導の際にすぐ提出し、確認できるようにしておきましょう





毎月チェック

コピーして使える

# デイの研修 & 配布資料

## 今月のテーマ

令和6年度介護報酬改定により、「業務継続計画(BCP)」「感染症の予防およびまん延防止」「高齢者虐待防止」に関する研修の実施が義務化されています



研修資料

### 【通所介護・通所リハなど運営基準で定められている研修項目】

業務継続計画（BCP）に関する研修

**感染症の予防およびまん延防止に関する研修**

高齢者虐待防止に関する研修

注意！

左記は採用時の研修も義務化されました！

今月はこれ！

### 【情報公表調査で確認される研修項目】

倫理および法令遵守に関する研修

プライバシーの保護の取り組みに関する研修

非常災害時の対応に関する研修

事故発生または再発防止に関する研修

緊急時の対応に関する研修

認知症および認知症ケアに関する研修

身体拘束等の排除のための取り組みに関する研修

### 【そのほかの知っておくべき研修項目】

尊厳の保持に関する研修

安全な送迎のための取り組みに関する研修

利用者・家族からのハラスメント対策に関する研修

接遇に関する研修

必要なページをコピーして研修資料として使ったり、ご利用者・ご家族への配布資料などに活用しよう♪



ご利用者・ご家族への  
配布資料

## 食中毒を予防しましょう

- ・食中毒を防ぐためのポイント
- ・「食中毒かもしれない」と思ったら



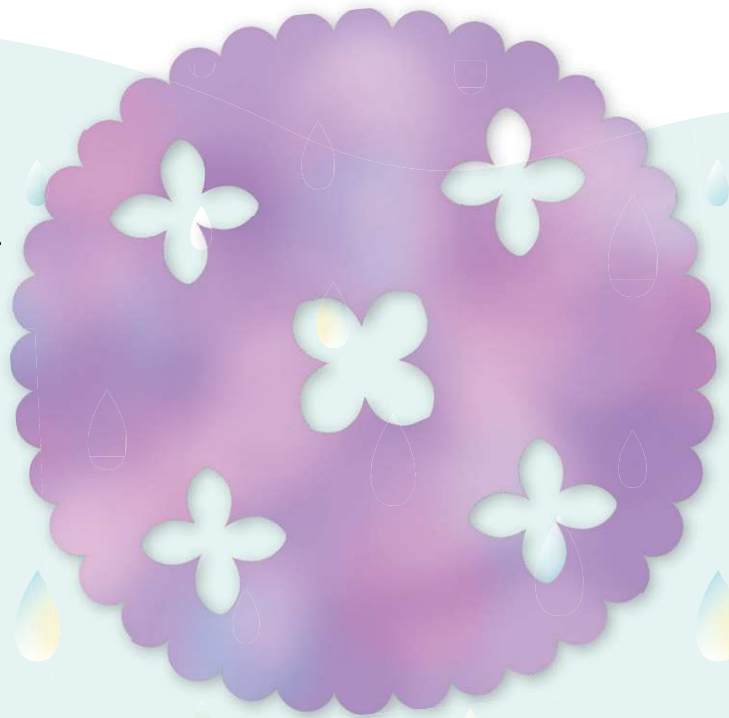






## アジサイ

青や赤、ピンクなど、土壌の酸度によってカラフルな花色に変わることでも有名ですが、白い紫陽花は土壌の影響を受けません。梅雨の季節に見頃を迎えます。花言葉は「和気あいあい」「辛抱強い」



## 傘を差す子ども

傘と雨がっぱ、長靴を履いて向かい合う子どもたち。二人で何を話しているのでしょうか。

はさみで広がる /  
切り紙の世界

### 用意するもの

- 折り紙  
(ここでは15cm角を使用)
- 型紙
- はさみ
- ホチキス

切り絵作家 **すが みほこ**

1973年生まれ。千葉県袖ヶ浦市在住。幼少期より紙切り芸に憧れ、自身の子どもの通う小学校の図書ボランティアがきっかけで切り絵作家になる。ハサミと紙のできる切り絵切り紙の楽しさを伝えたいと活動。「切り絵で彩るインテリア」(八重洲出版)など著書複数。  
Instagram@sugamihoko



6月は、「アジサイ」と「傘を差す子ども」です。型紙に合わせて切るだけで、折り紙を開いたときにあっと驚く世界が広がります。集中力を養いながら、日本の1年を彩りましょう。

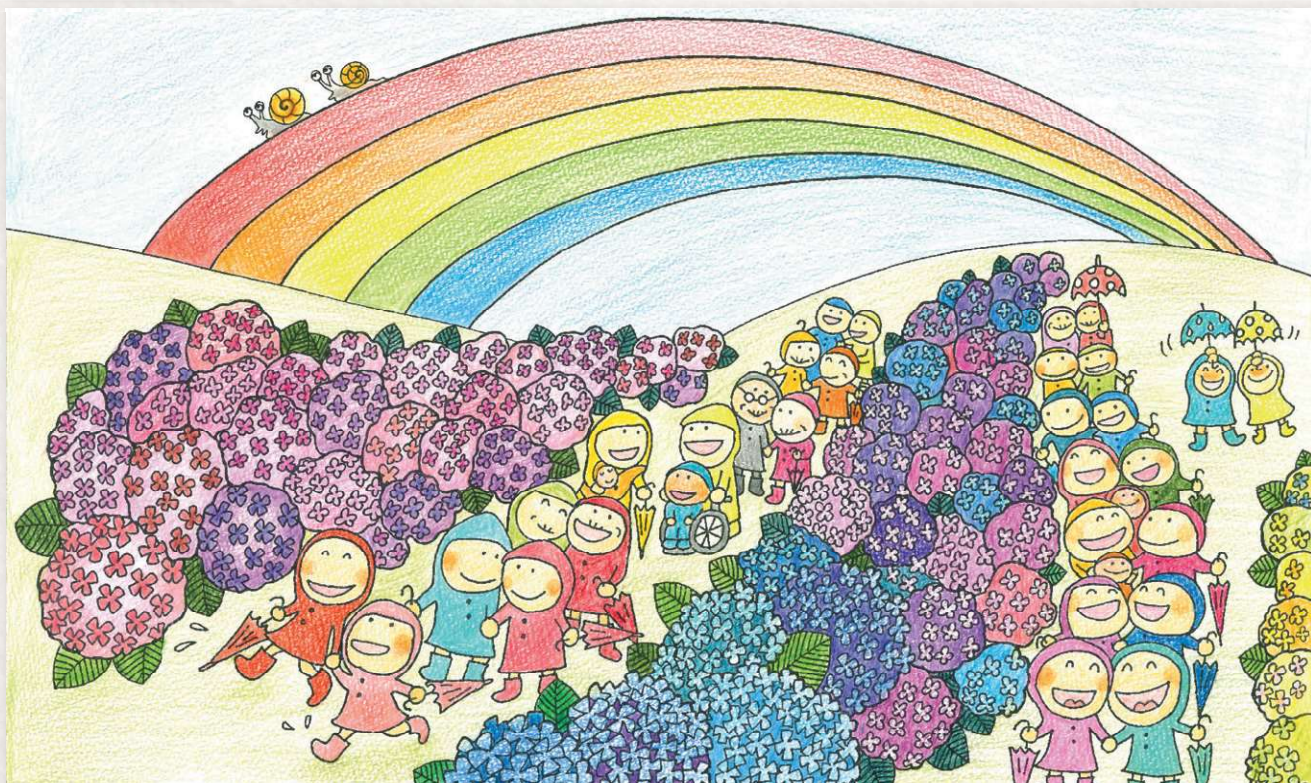


# ぬり絵の色見本

本誌

ぬり絵などの手本や参考として  
ご利用ください。

## 素材集表紙



## P.1 マンダラ



## P.2 ハス





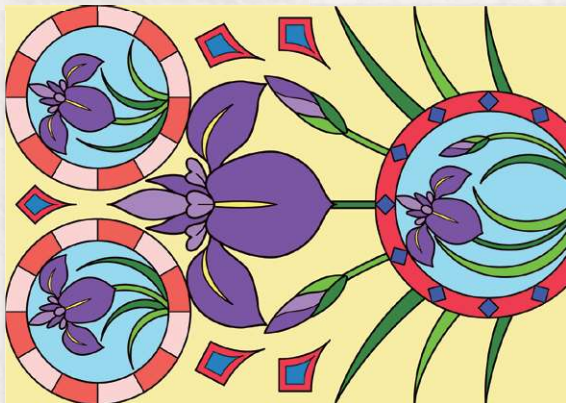
# ぬり絵の色見本 DVD

1日**28円**※でバラエティ豊かな  
ぬり絵(色見本付き)が**14点**も届く!

※ひと月31日の場合



001 花菖蒲 (初級)



002 花菖蒲 (上級)



003 栄松齋長喜「す顔」



004 オルテガ柄



005 前田利家



006 歌川芳員「東海道五十三次内 藤川」







# やさしい まちがい探し

まちがいを3ヶ所見つけて○を付けましょう。

実施日： 年 月 日 名前（ ）

## ① 梅仕事



## ② 歯磨き







# 漢字・イラストしりとりつなぎ

しりとりをしながら、二～四字熟語とイラストを交互につないでゴールまでたどり着きましょう。



実施日：                      年                      月                      日                      名前 (                      )

スタート

紫	土	夜	赤	芽
陽	花		花	森
九		風	鳥	板
柱	黄	月		
声	温		機	関
光	永	銀	朝	車

ゴール





