



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
4月号対応版



別売
定価
990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

公式アカウント



情報発信しています

CONTENTS

特集

なるほど!!
めり絵の活用アイデア 35

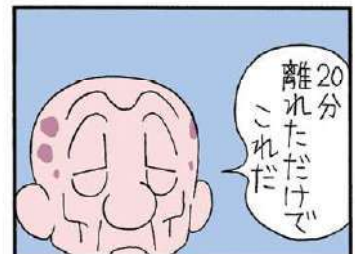
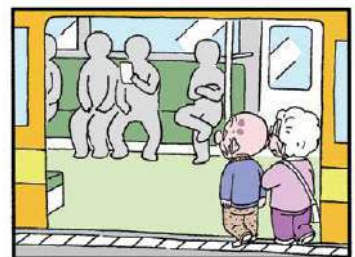
特別企画 みんなで体を動かそう!!

今年も春がやってきた!

いきいきレクスペシャル 49

- 2 4月から制度が変わります!
- 5 インフォメーション
- 6 介護NEWS
- 12 介護職員等処遇改善加算を確認しよう!
- 14 歳時記
- 16 今日は何の日?
- 28 かんたんクラフト
- 30 作って楽しい! 季節の壁画
- 34 エッセイ | 御木幽石
- 56 人気デイの取り組みウオッチング
- 61 施設紹介
- 72 デイの運営&研修資料
- 78 まちがい探して学ぶヒヤリハット
- 81 どうする!? リスクマネジメント
- 84 なるほど! 認知症ケア
- 86 まいにち体操&口腔体操
- 88 高齢者の足のケア&リハビリ
- 90 わんにゃんまちがい探し
- 93 大人の心理テスト
- 96 介護川柳
- 98 俳句&短歌
- 100 第11回 一文字コンテスト 結果発表!
- 103 趣味自慢 大募集
- 105 自慢のレク・クラフト大集合
- 115 めり絵の色見本
- 120 DVDめり絵の色見本
- 122 自慢のレク・クラフト大集合 応募用紙
- 123 俳句・川柳・短歌 応募用紙
- 125 読者様アンケート
- 128 4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 自宅でできる足指体操
- 付録 いきいきレクスペシャル
「モ」「グ」「ラ」取りのイラストパーツ
アンケートはがき、注文はがき

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



若戸だいご: 四コマ漫画「そふとそば」を
徳島新聞で連載中。

役立つ最新情報をお届け!

介護NEWS



Pick UP

2040年を見据え、地域差に応じたサービス提供、支援体制の構築が必要

「2040年に向けたサービス提供体制等のあり方」検討会の第1回が開催されました。人口減少のスピードが地域によって異なる中、予防・健康づくり、人材確保・定着、デジタル活用などを通じて、地域別のサービス提供モデルや支援体制を構築する必要があるとしています。

春ごろまでに中間とりまとめを行った後、ほかの福祉サービスも含めた共通の課題について検討し、夏を目途にとりまとめる予定です。

詳細はこちら

→「2040年に向けたサービス提供体制等のあり方」検討会(第1回)



「2040年に向けたサービス提供体制等のあり方」検討会 課題と論点

● 人口減少・サービス需要の変化に応じたサービスモデルの構築や支援体制

人口減少のスピードや高齢化の進展には地域差があり、以下の各類型について、サービス需要の変化に応じたサービスモデルやその支援体制の構築が必要

- 【中山間・人口減少地域】すでにサービス需要が減少局面に入っている
- 【都市部】サービス需要が2040年以降も増加する見込み
- 【一般市等】サービス需要は当面増加するが、その後減少に転じる

● 介護人材確保・定着、テクノロジーの活用などによる生産性向上

- ・ 処遇改善加算などの取得促進、職場環境の改善や生産性の向上、さらなる賃上げなどの支援
- ・ テクノロジーの導入による生産性向上

● 雇用管理・職場環境改善など経営の支援

- ・ ワンストップ型相談窓口の全都道府県への設置、生産性向上の取り組みを関係機関と協議するための都道府県介護現場革新会議の設置
- ・ 社会福祉連携推進法人や小規模事業者のネットワーク構築の普及

● 介護予防・健康づくり、地域包括ケアと医療介護連携、認知症ケア

- ・ 地域における介護予防・健康づくり・リハビリテーションや重度化防止の取り組み
- ・ 市町村の財源の確保を含め、総合事業の推進方策についてさらなる検討が必要
- ・ インセンティブ交付金により、介護予防などにかかわる自治体の取り組みを評価
- ・ 医療機関と介護施設の連携の強化、医療ニーズを有する要介護者の受け皿の整備
- ・ 認知症の人の居場所づくり、認知症の早期発見・早期対応・診断後支援までの体制の構築

参照：「2040年に向けたサービス提供体制等のあり方」検討会(第1回)

令和7年
2025

4

うづき
卯月



5～6月に開花する
卯の花

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3	4	5
なたねづゆ 菜種梅雨	3月下旬～ 4月上旬、 菜の花が 咲く時期に 降る長雨	エイプリルフール 新年度の始まり 			清明 せいめい 	上弦 ツバメが飛来 する頃 玄鳥至 げんちよういたる
6	7	8	9	10	11	12
		花祭 	ガンが北へ 帰って行く頃 鴻雁北 こつがんきたす			今年又 花散る 四月十二日 正岡子規 今日詠まれた一句
13	14	15	16	17	18	19
満月 十三詣 ピンクムーン	春になって 雨上がりに虹が 見える頃 虹始見 にじはじみ			春土用入	春土用の間日	春土用の間日
20	21	22	23	24	25	26
イースター(イエス・ キリスト復活祭) 穀雨 こくう	水辺にヨシ・ アシが芽を出し 始める頃 葭始生 やぎしせい	春土用の間日		温暖になって 霜はなく、 苗が青葉を出す頃 霜止出苗 しもやんでなえいず		
27	28	29	30	1	2	3
	下弦	昭和の日 	三日月 牡丹華 ぼたんはなさく 春土用の間日 ボタンの花が 咲き始める頃	4月の有名な句 春の海 終日(ひねもす)のたり のたりかな 燕村 空はうららかに晴れ渡り、春の海には波が 緩やかにうねりを描いて、一日中ゆったり のんびり寄せては返している (訳) ※与謝蕪村の生まれ故郷である丹後与謝 (現在の京都府・丹後半島)を詠んだ句		
4	5	6	7	8		
<p><今月の満月> 13日 4月の満月は「ピンクムーン」と呼ばれますが、月がピンク色 に輝くのではなく、フロックスなどピンク色の花が多く咲く時 季であることから名付けられました</p>						

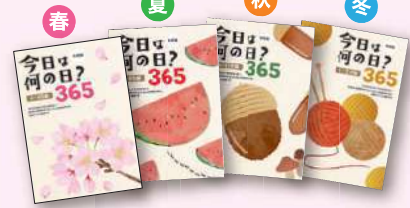
April
4月

今日は 何の日?

「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 14,960円(税込)

送料無料!!

春 4~6月編

1冊
3,740円(税込)

ご注文は
こちらから



今日から新年度!

今日から全国の学校や会社で新年度が始まり、多くの人々が新生活をスタートさせます。今年度も充実した日々を過ごせるよう、新たな気持ちでデイでの新年度を始めましょう。

1日
(火)

誕生日 としろう 三船敏郎(大正9年:俳優、映画『七人の侍』など黒澤明監督映画に多数出演、海外でも活躍)

誕生日花 ガーベラ

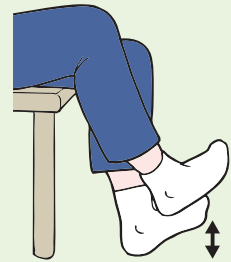
トレーニングの日

新年度の始まりに伴い、ジョギングやフィットネスなどのトレーニングを始める日として制定されました。少しずつ温かくなってくる春を機に、冬の期間中の運動不足を解消し、体の調子を整えましょう。



簡単な足の筋力トレーニングをしよう

片足のかかとを反対側の足の上に乗せた状態で、下側の足のつま先を上下に動かす(10回)。足を入れ替えて同様に行う。



2日
(水)

誕生日 あさぢ 浅茅陽子(昭和26年:女優、NHK連続テレビ小説『雲のじゅうたん』のヒロイン役で一躍人気に)

誕生日花 四つ葉のクローバー

巻き爪ケアの日

「よ(4)いつ(2)め」の語呂合わせにちなみ、制定されました。巻き爪を根本的に改善するためには、歩き方と足の機能を見直すことが大切であることを多くの人に広めたいという思いが込められています。

運動不足が巻き爪の原因に!?

巻き爪は、間違った爪の切り方や足に合わない靴を履き続けることだけでなく、運動不足が原因で起こることもあります。運動量が足りず足にかかる圧力が少なくなることで、爪の形を正常に保てなくなり、曲がりやすくなってしまおうです。

巻き爪の予防・改善に役立つ足の指運動

立った状態またはイスに座った状態で、足の裏全体を床に付ける。足の指が浮かないように、足の指全体で床を押しイメージで踏ん張る。

足の指の裏全体で
床をグッと押す



デイで作る

か ん た ん
ク ラ フ ト



桜の枝飾り



材料

- ・ 折り紙 (白・好みの色)
- ・ アレンジワイヤー
※半分に切ると使いやすい
- ・ フローラテープ
- ・ パステル (赤)
- ・ マスキングテープ (茶)
- ・ ミニストロー
- ・ トイレットペーパーの芯
- ・ オアシス

特集

なるほど!!

ぬり絵の 活用アイデア



月刊デイのぬり絵は
塗って終わりではなかった!?
壁画に切り絵、ステンドグラスなど、ぬり絵を活用した
全国のデイのさまざまなアイデアを紹介します。

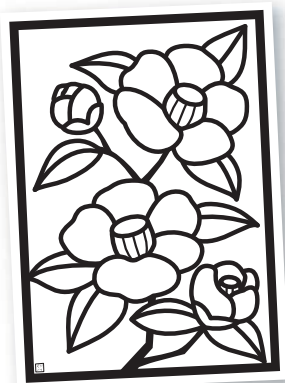
壁画

にアレンジ

月刊デイのぬり絵がすてきな壁画に変身！
読者様から寄せられたアレンジ術を紹介します。

花ぬり絵のツバキが咲き誇るダイルーム

サービス付き高齢者住宅みどりの丘デイケア 様（三重県）



切り抜いた
花にちぎった
折り紙を
貼って壁画
に活用



月刊デイ
「ステンドグラス風ぬり絵」

マンダラぬり絵が鯉のぼりのうろこに変身



介護老人保健施設ちよだデイケア 様（愛知県）



通所リハビリテーションなのはな 様（広島県）

特別企画

今年も春が
やってきた!

みんなで体を動かそう!!

いきいきレク スペシャル

- 🌸 新聞紙を使ったレク「紙」引き
- 🌸 紙コップを使ったレク「モ」「グ」「ラ」取り
- 🌸 準備物不要のレク 体にタッチ
- 🌸 プラコップを使ったレク 狙ってカップイン
- 🌸 新聞ボールを使ったレク パタパタ競争
- 🌸 うちわを使ったレク 春の風



デイの 運営 & 研修資料



研修資料

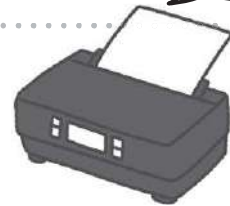
- 倫理および法令遵守に関する研修
- 尊厳の保持に関する研修

コピーして
使いましょう



ご利用者への
配布資料

- 便秘を予防・改善しましょう



【運営基準で定められている研修項目】 ※いずれも1回以上

- | |
|-----------------------|
| 高齢者虐待防止のための取り組みに関する研修 |
| 感染症の予防およびまん延防止に関する研修 |
| 業務継続計画（BCP）に関する研修 |

この3項目は、採用時の研修実施も義務付けられています

【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 |
| 身体拘束等の排除のため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 |

今月はこれ！

【そのほかの実施が望ましい研修項目】

- | |
|---------------------|
| 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 |
| ハラスメント対策に関する研修 |
| 接遇に関する研修 |

今月はこれ！



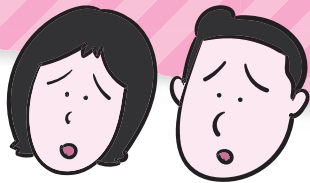
あるデイサービスでの体操の様子です。

リスクや問題があるところを3つ探してイラストに○を付け、その理由と、どのように改善したらよいかを考えましょう。



その理由	
どのように改善したらよいか	
その理由	
どのように改善したらよいか	
その理由	
どのように改善したらよいか	

／どうする!?!／



RISK MANAGEMENT

リスクマネジメント

株式会社安全な介護

代表 山田 滋

新人職員のミスで転倒寸前



配属3日目の新人職員がトイレ介助中、 利用者が転倒寸前の事態に

3月に学校を卒業して入社した新人職員のCさん(20歳女性)は、4月半ばに研修を終えてデイサービスに配属されました。管理者は先輩職員に「みなさん、温かく指導してください」と紹介し、利用者へも「4月からこちらに配属になった新人なので、お手柔らかにお願いします」と言いました。

配属から3日目、先輩職員から頼まれ、Cさんが一人で車イスの男性利用者(73歳、要介護3、パーキンソン病)のトイレ介助をすることになりました。便座への移乗時に、利用者が不随意運動により突然ビクッと動いたため、バランスを崩して利用者が転倒しそうになりました。Cさんは大声で助けを求め、ほかの職員がすぐに駆けつけたため、幸い事故には至りませんでした。

翌日、利用者の息子さんがデイサービスに来て、「危うく事故が起こるところで、父はひどく怖い思いをさせられた。新人には介助させないでほしい」とクレームを入れました。

管理者はCさん呼び、息子さんに何度も謝罪させた上で、「新人職員を育てるのも大切なことです。ご家族にもご協力をお願いしたい」と理解を求めました。しかし、息子さんは「なぜおたくの職員を育てるために、父が犠牲にならなければいけないんだ」と拒み、「全く責任感が感じられない」と市に苦情申立をして、ほかのデイサービスに移ってしまいました。

なるほど!

認知症の人の困りごとを理解し、認知症の人が認識しやすくなる方法や安心して過ごしていただける工夫を考えましょう。

認知症ケア

[第1回]
デイの利用拒否

[監修]株式会社くらしあす 代表・認知症介護指導者 坂本孝輔



お迎えに行っても
「行きません!」と拒否されます・・・



本人はどう思っているのでしょうか?

「知らない所に行きたくない」

見当識障害により、職員を認識できなくなったり、**記憶障害**により、デイに通っていることを覚えていないのかもしれません。

「私にデイは必要ない」

病識低下により、デイに行く必要性を理解できていないのかもしれません。また、病識があっても、自分が傷つきたくない所以他者との交流を避けていることも考えられます。



あなたならどんな声かけをしますか? 考えてみましょう。

足^{高齢者の}のケア&リハビリ

第1回 足浴のすすめ



フットケアに足浴を取り入れることで血の巡りがよくなり、全身が温まって循環機能を高めます。ほかにも以下のような効果が期待できます。

- 足の清潔を保つ
- 足の疲れを和らげる
- 安眠・快眠効果
- 免疫力アップ
- (足先の血流を改善し)全身の血行促進
- リラックス効果

足浴を行う際は、準備物やお湯の温度管理が大切です。ケアの前にはご利用者の体調や皮膚のトラブルがないか確認しましょう。また、消化不良を防ぐために、食前・食後は避けましょう。

足浴の手順



足指がしっかり伸ばせる容器にお湯を入れる。入浴剤を入れるとリラックス効果がUP!



職員が手で湯温を確認し、片足をお湯につけてもらい湯加減を聞いた後、両足を入れる



10分間程度、温める。途中、湯温を確認し、冷めたら足し湯をする



タオルで水分をしっかり拭き取って保湿剤を塗り、体調を確認する

保温効果上げるための工夫

空気が入らないようにアルミシートでふたをすることで、保温効果が上がるだけでなく、職員が足し湯をする作業も軽減します。

アルミシートの効果的な使い方

アルミが熱を反射して閉じ込めるため、アルミ面を水面に向けて使用すると効果的。保温効果のある発泡ポリエチレンフォームを貼り合わせた厚み0.3cm程度のものが、はさみで切りやすく使いやすい。

容器の形に合わせて切ったアルミシート



本当のあなたを探る!

大人の心理テスト

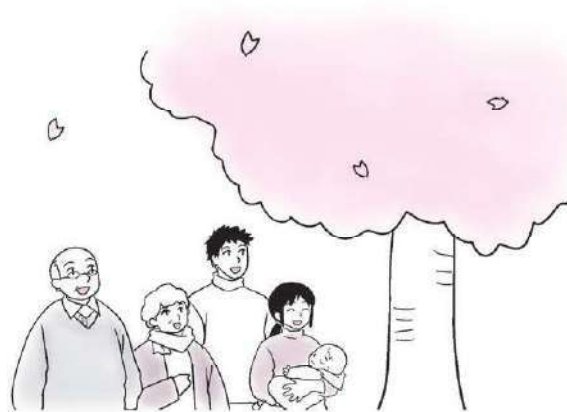
質問 あなたの理想のお花見のシチュエーションは？

桜咲く季節。お花見に出かける方も多いことでしょう。お花見にはいろいろな楽しみ方がありますが、あなたが一番楽しいと思う理想のお花見プランはどれでしょうか？ 次の4つの中から選んでください。

A 夜桜を見ながら宴会



B 近所の公園で家族と



C 静かな場所で1人で



D レストランで会食しながら



特選

お土産を
開けるとふっと
旅の風



聴デイサービスセンター 匿名希望様(93歳)

一言 楽しい旅を想像しますよね

新

介護川柳

ご利用者の

喜

怒

哀

楽

応募総数
約200通

入選

湯につかり 柚の香ほり 深呼吸

ケアパートナーみなと 土川セツ子様(77歳)

少しでも 感謝の笑顔 出たらしい

森山ケアセンター ベンネームMMK様(69歳)

病んでみて 人の心の あたたかさ

コスモスあもりデイサービスセンター 北島悦子様

元気出た 推おしのカ士が 初優勝

エルケアデイサービス若江岩田 藏園りつ子様(88歳)

レントゲン 「息を止めて」で
せきこんで

デイサービスセンターまごころ ベンネーム松子様(92歳)

孫生まれ どちらに似てると
大喧嘩

東伊興通所リハビリテーション輝 野澤辰男様

※作品はできる限りご応募いただいた際の表記で掲載しています。

第11回 一文字コンテスト 結果発表!

「私の今後の抱負」 を表す一文字

皆さまの思いのこもった作品を多数ご応募いただき、ありがとうございました。
すべて編集部で拝読し、厳正な審査の結果、以下の賞を選出しました。

応募総数
850通!

大賞…1点、味わい深いで賞…12点、達筆で賞…12点



静岡県周智郡
アクティブライフ輝

三倉 幸作様 (95歳)

「老いた自分に勝つ!」という
気持ちで書きました。

編集部より

年齢を感じさせない、力強い筆遣いで
書かれた「勝」の字が見事です。
大賞、おめでとうございます!

ぬり絵の色見本

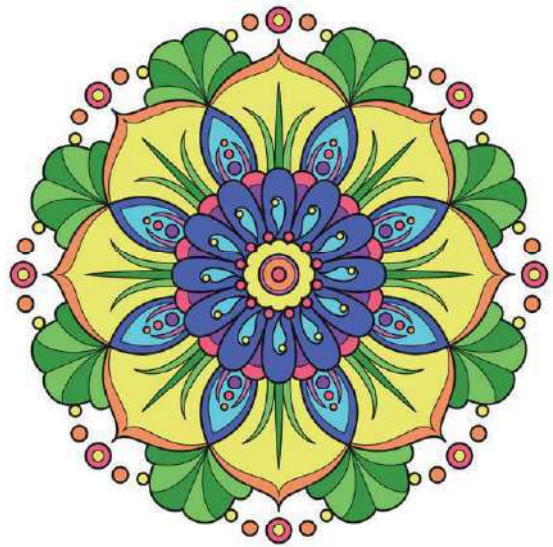
本誌

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



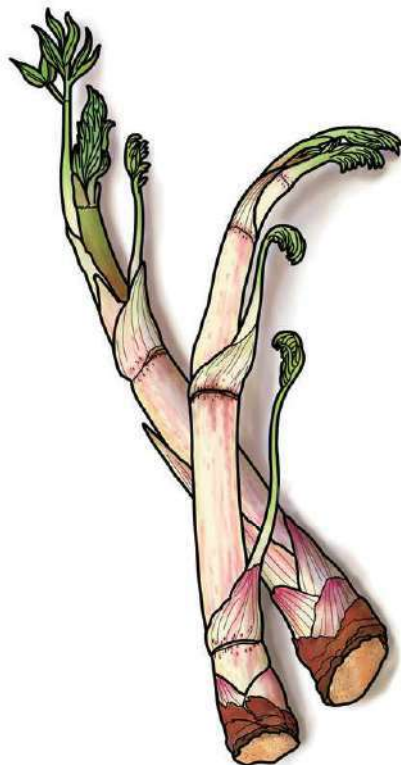
P.1 マンダラ



P.2 サクラソウ



P.3 ウド



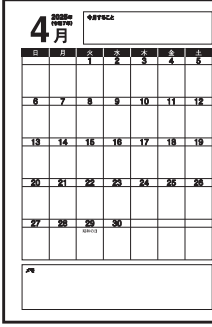
最初と最後に掲載の

色を塗って仕上げた

縦型

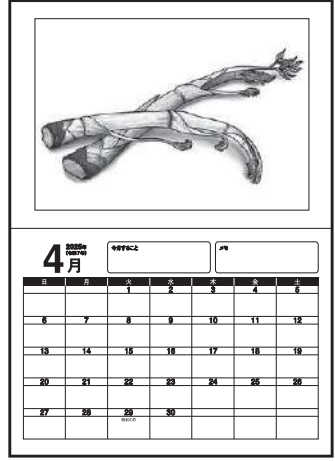
カレンダーとぬり絵を自由に組み合わせよう!

横型



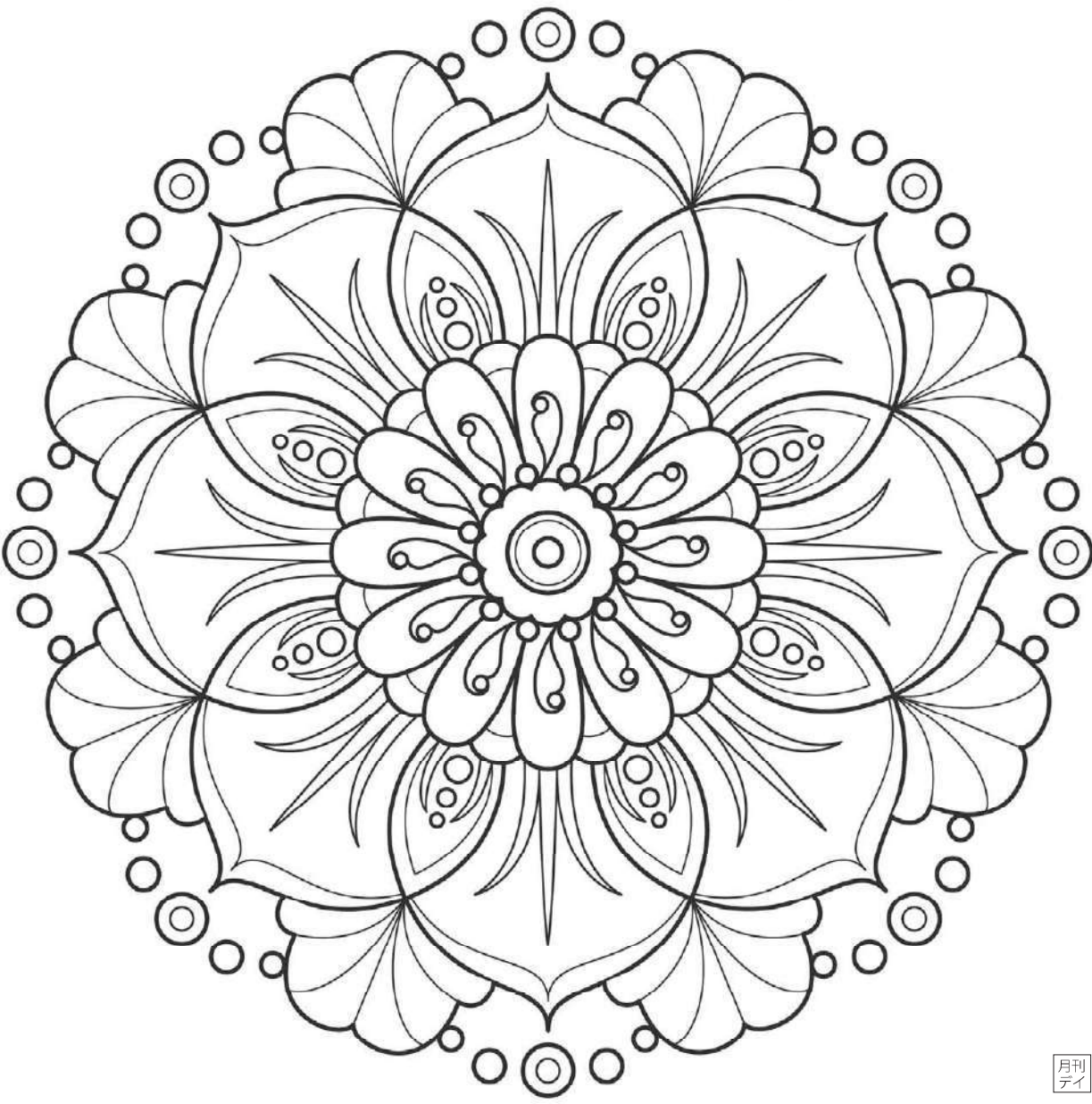
縦向きのカレンダーを使用

好きなぬり絵を
カレンダーにして
飾ると
気分もアップ♪



横向きのカレンダーを使用

ぬり絵 マンダラ



月刊
デイ

月 日 名前()



グループで行う

まちがい探し

ジャズ<10ヶ所>

~4月30日 国際ジャズデー~

拡大コピーをし、まちがいをみんなで見つけて○を付けましょう。

実施日： 年 月 日 名前（ ）



クロスワード【初級】

真ん中に文字を1つ入れて、タテに読んでもヨコに読んでも意味が通じる言葉を完成させましょう。

実施日： 年 月 日 名前（ ）

①

	よ	
→		
ひ		じ
	ば	

②

	れ	
→		
こ		ぶ
	げ	

③

	ね	
→		
も		く
	み	

④

	わ	
→		
は		け
	げ	

⑤

	み	
→		
お		か
	み	

⑥

	こ	
→		
と		な
	ま	

⑦

	新	
→		
誕		日
	活	

⑧

	桜	
→		
備		焼
	線	

⑨

	大	
→		
身		証
	県	

漢字・イラストしりとりつなぎ

二～四字熟語と絵を交互につないでしりとりをしながら、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

桜	吹	雪	芽	象
原	野			竹
		琵琶	負	馬
小	子	琴	勝	
川	太	湖	剣	知
	明		真	恵

ゴール

生活・健康〇×クイズ

「食品の期限表示」について、〇か×で答えましょう。

実施日： 年 月 日 名前（ ）

1

消費期限は、カップ麺など日持ちのする食品に表示されている



○ ・ ×

2

賞味期限は「おいしく食べられる期間」なので、1年以上過ぎていても安全に食べられる



○ ・ ×

3

消費期限も賞味期限も表示されていない食品がある



○ ・ ×

4

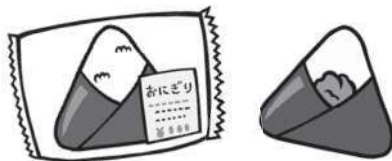
ペットボトル飲料よりも缶飲料の方が、賞味期限が長い



○ ・ ×

5

消費期限を過ぎていなくても、一度開封した食品は早めに全部食べる方がよい



○ ・ ×

6

要冷蔵の食品を誤って常温保存した場合でも、未開封で消費期限を過ぎていなければ問題なく食べられる



○ ・ ×