



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**  
5月号対応版



別売  
定価  
990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

公式アカウント



情報発信しています

CONTENTS

特別寄稿

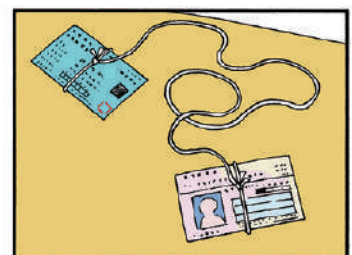
介護の課題と**2040年**の  
システム構築への展望 10

特集

ご利用者が活躍できる!  
地域に根ざした**デイの活動** 59

- 2 エッセイ | 御木幽石
- 3 インフォメーション
- 4 介護NEWS
- 22 歳時記
- 24 今日は何の日?
- ▶ 36 いきいきレク
- 40 かんたんクラフト
- ▶ 42 作って楽しい! 季節の壁画
- ▶ 46 施設紹介
- 50 人気デイの取り組みウオッチング
- 71 なるほど! 認知症ケア
- 74 デイの運営&研修資料
- 81 どうする!? リスクマネジメント
- 84 まちがい探しで学ぶヒヤリハット
- 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2回「思い出の味コンテスト」結果発表
- 104 第3回「行ってみたい場所」大募集!!
- 106 自慢のレク・クラフト大集合
- 116 ぬり絵の色見本
- 121 DVDぬり絵の色見本
- 123 自慢のレク・クラフト大集合 応募用紙
- 124 俳句・川柳・短歌 応募用紙
- 125 読者様アンケート
- 128 5月のパスワード・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 自宅でできる足指体操
- 付録 かんたんクラフト  
「藤の花のモバイル」の葉の型紙  
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

## 補正予算による介護職員への一時金の実施要項と活用ルールを公表

厚生労働省は、2024年度補正予算で交付する介護人材確保・職場環境改善の補助金について、実施要項と活用ルールを公表しました。

### 2024年度 介護人材確保・職場環境改善等事業について

介護職員等処遇改善加算を取得し、生産性向上に向けた取り組みを行っている事業所に対し、職場環境などの改善または人件費の改善に必要な費用を補助する

#### 【各サービスの交付率・補助額】

通所介護	6.4%
地域密着型通所介護	6.4%
認知症対応型通所介護	13.2%
通所リハビリテーション	5.5%

補助額 = ひと月当たりの介護総報酬  
× サービス累計別交付率

#### 【要件】

以下のいずれかの取り組みの実施を計画、またはすでに実施していること

- ・ 介護職員などの業務の洗い出しや棚卸しなど、現場の課題の見える化
- ・ 業務改善活動の体制構築(委員会やプロジェクトチームの立ち上げ、または外部の研修会の活動など)
- ・ 業務内容の明確化と職員間の適切な役割分担の取り組み

#### 【対象者】

事業所に勤務する介護職員(それ以外の職員を対象に加えることも可能)

#### 【補助対象経費】

##### 職場環境改善経費

- ・ 介護助手などを募集するための経費
  - ・ 処遇改善加算の職場環境等要件のさらなる実施など、職場環境改善のためのさまざまな取り組みを実施するための研修費
- ※介護テクノロジーなどの機器購入費用に充てることはできない

##### 人件費

職員の手当や賞与(退職手当を除く)の改善

人件費改善を行う方法などについて、職員に周知する必要がある

実施要項の通知・申請書類の書式はこちら

→ 「介護保険最新情報Vol.1352」



Q&Aはこちら

→ 「介護保険最新情報Vol.1357」



# 介護の課題と2040年のシステム構築への展望

NPO法人 日本介護福祉教育研修機構 理事長 妹尾 弘幸

## I 現在の介護の2大課題 ～財源不足と職員不足～

### 1. 財源不足と職員不足

現在の介護の課題は、財源不足と職員不足です。日本の生産年齢人口（15～64歳）は減少する一方、高齢者は増加するため、社会保障の財源は困窮します。同時に他分野（子ども、防衛・防災、エネルギー・食料確保、社会資本老朽化対策など）の予算が拡大していくため、介護分野への圧力も強まることが予測されています。

しかし、結論から言うと、将来、介護財源削減の重要性は減少するでしょう。それは、職員不足により必要な量の半分～3分の2程度しかサービスが提供できなくなるからです（詳しくは後述）。

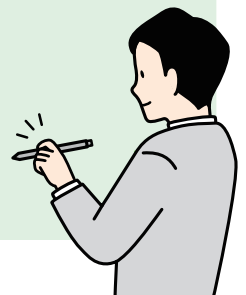
ただし、医療分野は2030年代頃から医師の需要と供給が均衡し、以降は人口の減少に伴って供給過多になると指摘されています（厚生労働省予測）。また、薬剤の高額化など今後も医療費増加が予測され、財源困窮化は進むでしょう。そのため、社会保障費全体の削減が進められ、例えば、高所得者の保険料や負担割合の拡大、資産に応じた負担などが推進されるかもしれません。

日本人が今と同じ割合で介護業界に就職すると想定して計算すると、2040～45年頃の介護職員数は、290万人の需要に対して145万人の供給量となります（詳しくは、「月刊デイ」2025年1月号の特別寄稿、または筆者の人材セミナーなど参照）。

必要数の半分しか職員を確保できないので、必要なサービス量の半分～3分の2（1人当たりの効率・生産性を1.3倍に高めたと仮定）程度しか提供できず、各地で「介護難民」が増え、人材不足による介護事業所の倒産・閉鎖が多発します。その結果、介護給付費用も半分～3分の2に収まることになります。特に地方では、外国人の介護従事者の確保も難しくなっていくでしょう。

### 筆者の気になるメモ

- ・ 保険料の年齢による区分撤廃、所得に応じた保険料、保険料上限の緩和（上限額を上げる）
- ・ 利用費用の負担割合の拡大（2割・3割負担の対象者拡大：医療3割、介護2割）
- ・ 高額療養費の自己負担限度額アップ
- ・ 費用負担割合の区分新設（15%負担、25%負担区分の新設）
- ・ 資産の把握と資産に応じた負担の導入（リバースモーゲージなど）
- ・ 保険給付対象の厳格化
- ・ 高齢障がい者が受ける障がい福祉サービスと一般高齢者が受ける介護サービスの公平化
- ・ 人材不足激化に直面し、介護職の賃金アップを実施





May  
5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



1日  
(木)

誕生日 あきよこ 阿木耀子(昭和20年:作詞家・作家『港のヨーコ・ヨコハマ・ヨコスカ』、夫は歌手・作曲家の宇崎竜童) 誕生花 うざきゆうどう スズラン

## 新茶の日

はちじゅうはちや  
「八十八夜(今年は5月1日)」  
に摘んだ新茶は上等なもの  
とされ、この日に  
飲むと長生きす  
るといわれてい  
ます。



声かけ  
の例

### お茶クイズ!

世界で初めてペットボトルのお茶を販売した企業はどこでしょう?

1. UCC 2. 伊藤園 3. アサヒ飲料

答え 2

1990(平成2)年に、世界で初めて伊藤園が1.5リットルの  
ペットボトル入り緑茶飲料「お〜いお茶」を発売しました。

## メーデー(May Day)

世界各地で労働者の祭典が行われる日です。元々は、ヨーロッパで「夏の訪れを祝う日」でしたが、1886(明治19)年にアメリカ合衆国のシカゴでストライキが始まったことをきっかけに、「労働者が権利を主張する日」となりました。

1890(明治23)年実施の  
国際的なメーデーのスロー  
ガンは「8時間は仕事のた  
めに、8時間は休息のため  
に、8時間は自分の好きな  
ことのために」でした

2日  
(金)

誕生日 ひぐちちよう 樋口一葉(明治5年:小説家、代表作『にごりえ』『たけくらべ』) 誕生花 カーネーション

## 紙コップの日

紙コップを使用する機会が多いゴールデンウィークの期間であることから、夏に向けて暑くなり始めるこの時季に、水分補給を意識して夏を乗り切ってほしいという思いを込めて制定されました。



### 日本初の紙コップはアイスクリーム用

日本で初めての紙コップは、1930(昭和5)年に紙製アイスクリーム容器(アイスクリームを入れる紙コップの原形)として作られました。1954(昭和29)年頃から飲料用として使われるようになり、1958(昭和33)年には自動販売機用の紙コップも登場しました。

声かけ  
の例

### クイズ!

水を入れた紙コップをろうそくの火であぶると、どうなるでしょう?

1. 火が消える 2. 湯気が出る  
3. 紙コップの底に穴が開いて水がこぼれる

答え 2

水が沸騰する温度の100℃よりも、紙コップ  
が燃える温度の方が高いため、紙コップが  
燃える前に水は蒸発します。



運動強度 ★★★

リズムカルに2色を踏もう!

# カラフルステップ

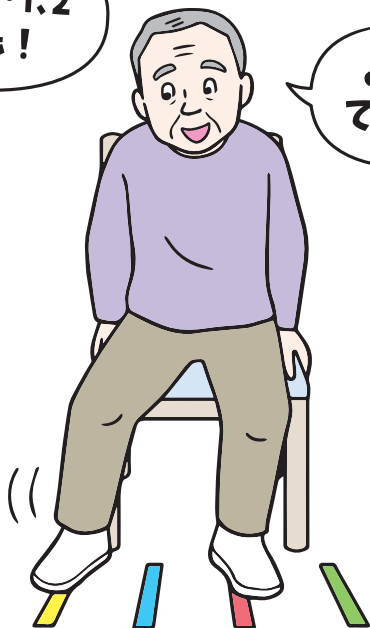
足踏みしながら、リズムに乗って華麗なステップを踏みましょう。

もっと体を動かそう!

足のステップのリズムに合わせて手をたたく



1,2・1,2・1,2  
黄、赤!



よし、  
できた!



## 準備物(1人分)

- カラーテープ … 4色 × 各 50cm 程度

## 〈掛け声例〉

- 「1,2・1,2・1,2、赤、青」
- 「1,2・1,2・1,2、黄、赤」
- 「1,2・1,2・1,2、緑、黄」



実際の様子を  
動画で見よう!



## 準備

床にカラーテープを貼り、参加者は前に座る。

## やり方

### 掛け声に合わせてカラーテープを踏む

参加者は一斉に足踏みを始める。スタッフは「1、2、赤、青」など2つの色をランダムに言い、参加者は指定された色のカラーテープを両足でそれぞれ踏む。同様に繰り返し行い、間違えた回数の少ない人の勝ち。

# 藤の花のモビール



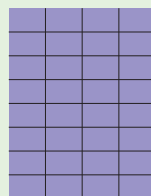
## 材料

- ・ お花紙 (白・薄紫・紫)
- ・ 画用紙 (緑系)
- ・ アレンジワイヤー
- ・ クラフトバンド (茶)
- ・ ひも

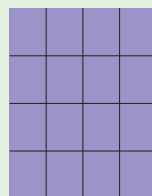
## 準備

①お花紙(白・薄紫・紫)を、それぞれ小・中・大の3つの大きさに切り分ける。

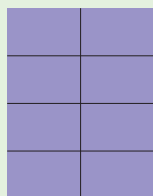
【小】32等分



【中】16等分



【大】8等分



②①をそれぞれ4つ折りにし、右のように切って開く。



特集

ご利用者が活躍できる!



# 地域に根ざした デイの活動



ご利用者が居宅で暮らし続けるためには、地域の方々とのよい関係性づくりが欠かせません。

地域とつながる活動を通して、ご利用者の楽しみや生きがいを増やし、心身の健康や認知機能の活性化を促す取り組みを紹介します。

## 地域活性化&交流

地域で人気の**手作り弁当**  
男性も参加! **手作り雑貨**を地域で販売  
誰でも参加OK! 大好評の**季節イベント**  
商店街の「困りごと」を手伝う**社会貢献活動**



## 環境&まちづくり

耕作放棄地を生かした多世代共同の**農作業**  
人気**コーヒーチェーン店**の**美観をサポート**

## 福祉&健康づくり

地域の高齢者を元気にする**音楽の力**  
ご利用者が先生に! **得意を生かすWorkshop開講**  
ふるさと納税返礼品の**米ぬかせっけん作り**





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2回]  
異食行動

[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



スタッフが目を離した際に  
食べられない物を口に入れてしまいます…



本人はどう思っているのでしょうか？

## 「不安やストレスを感じる」

認知機能の衰えによって物事が理解できなくなる不安や焦燥感がストレスとなり、安心感を得るために**口唇傾向**(目についたものを口に入れる)の症状が出ているのかもしれません。

## 「おなかがすいた」

満腹中枢がうまく機能しなくなることで**食欲の抑制**が効かなくなり、空腹を感じやすくなります。認知機能の衰えによって、目の前の物を**食べ物だと誤認**し、口に入れてしまうことがあります。



あなたならどんな対応をしますか？ 考えてみましょう。

-----  
-----

# デイの 運営 & 研修資料



研修資料

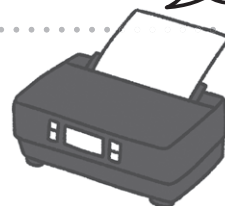
- 高齢者虐待防止のための取り組みに関する研修

コピーして  
使いましょう



ご利用者への  
配布資料

- 白内障を予防しましょう
- 脱水を予防しましょう



## 【運営基準で定められている研修項目】

※いずれも年1回以上

研修の記録を残す必要があります

	計画	委員会	指針	研修	訓練	担当者
業務継続計画 (BCP)	○			○ (採用時とは別に 年1回以上)	○ (年1回以上)	
感染症対策		○	○	○ (採用時とは別に 年1回以上)	○ (年1回以上)	
高齢者虐待防止		○	○	○ (採用時とは別に 年1回以上)		○

今月は  
これ!

※「業務継続計画(BCP)」「感染症対策」「高齢者虐待防止」に関する研修は、採用時の研修実施も義務付けられています  
※研修の回数は各サービスによって異なります

入浴介助加算				○		
--------	--	--	--	---	--	--

※入浴介助加算を算定する場合は、入浴介助に関する研修が必須です

## 【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

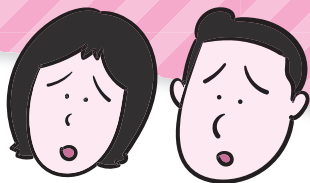
## 【その他の実施が望ましい研修項目】

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

### 【注意事項】

無資格の介護職員は、「認知症基礎研修」の受講が必須です。新規採用職員については、採用後1年間の猶予期間があります。

／どうする!?!／



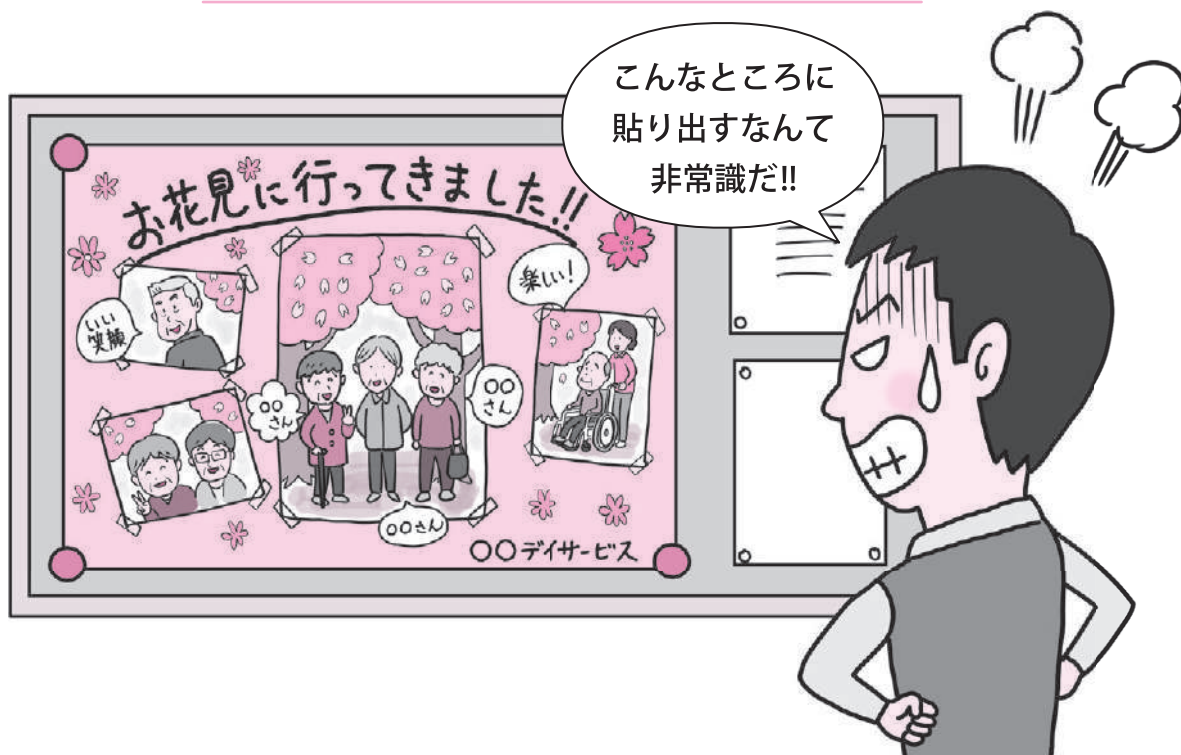
RISK MANAGEMENT

# リスクマネジメント

株式会社安全な介護

代表 山田 滋

## 写真で個人情報の漏えい？



### 外出行事の写真を廊下の掲示板に貼り出したら 家族から「個人情報の漏えいだ」とクレームが…

市の複合福祉拠点となっている建物には、デイサービスのほか、子育て支援や障がい者向けの施設など、さまざまな福祉サービスが併設されています。デイサービスの職員は、他施設の職員と頻りに顔を合わせるため仲が良く、行事で交流することも多くあります。

デイサービスの外出行事でお花見に行ったとき、楽しそうな利用者の写真がたくさん撮れたので、他施設の職員にも見てもらえるように、廊下の掲示板に貼り出しました。リーダーの発案で集合写真を大きくプリントして氏名も掲示したところ、「あら、〇〇さん、おしゃれね」などご利用者同士で会話が盛り上がりました。

ところが、掲示板の写真を見た利用者Dさんの息子さんから、「認知症の母が大きく映っている。こんなにたくさん市民が通るところに貼り出すなんて、非常識だ」とクレームが入りました。所長は「みなさん楽しそうな良い笑顔です。地域に開かれた施設なので、デイサービスの活動を広く知ってもらいたいです」と答えました。すると、息子さんは「そちらがそう出るなら、こちらでも個人情報の漏えいで訴えてやる」と、怒って帰ってしまいました。





あるデイサービスでの送迎の様子です。

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。



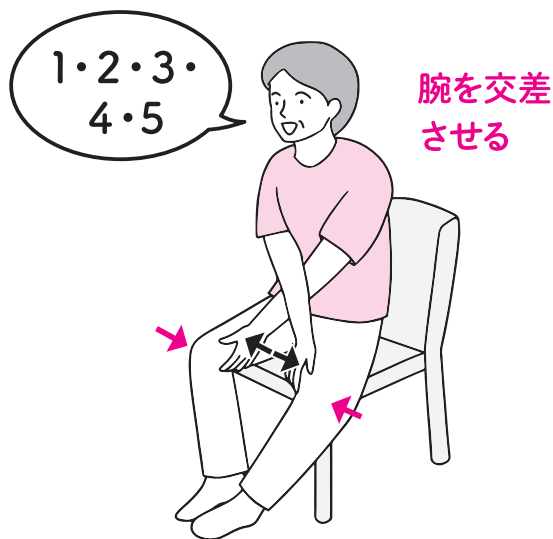
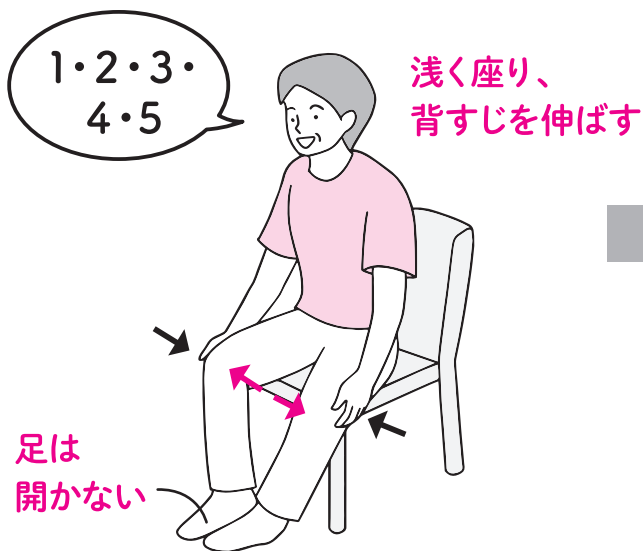
その理由	
どのように改善したらよいか	
その理由	
どのように改善したらよいか	
その理由	
どのように改善したらよいか	

負荷をかけた状態で足を開閉したり、ひざを伸ばすことで、ひざ周りの筋肉が鍛えられます。筋力が向上することで、ひざの関節の負担が軽減され、痛みの予防につながります。

### 脚の開閉 (10回)

効果

太ももの内側と外側の筋力を鍛える



両手をひざの外側に当てて、ひざを開いて5秒間押し合います。

両手をひざの内側に当てて、ひざを閉じて5秒間押し合います。

### ひざ伸ばし (左右各5回)

効果

太ももの前側の筋肉を鍛える



片足を真っすぐ前に伸ばし、5秒間保ちます。

つま先を左右交互に3回倒し、ゆっくりと足を下ろします。

# 足

高齢者の

# のケア&リハビリ

第2回

## 足の清潔保持



足の清潔を保ち、においや蒸れ、<sup>はくせん</sup>白癬予防につながるケアを紹介します。

### 入浴やミョウバン足浴でしっかりと洗浄

白癬（水虫）菌が肌に触れてから感染するまでは、約24時間以上かかるといわれています。皮膚に外部との接触があった場合は、入浴をしない日も1日1回は足を洗うことで感染の確率が低くなります。清潔保持のために、においの原因となる菌の増殖を防ぐ効果のあるミョウバン※1を用いたミョウバン水※2の足浴がおすすめです。

※1 汗やにおいを抑える効果がある。スーパーやドラッグストアで購入可能

※2 ミョウバン水の作り方：水300mlにミョウバン10gを溶かす。10倍のお湯で希釈して使用

#### かかとと足指の間は念入りに！

足を湯につけて皮膚や爪を柔らかくし、汚れがたまりやすい爪の周りや指の間、指の付け根の裏、かかとを泡立てたせっけんで丁寧に洗いましょう。



### 水分を残さないように拭き取る

入浴や足浴後は、水分を残さないように清潔なタオルで足を拭きましょう。爪が乾燥すると細菌やウイルスに感染しやすくなるため、クリームなどで保湿します。

高温でのやけどに注意！



指をしっかりと開いて拭き取る



指を伸ばして、付け根などの裏側も拭く

指が開きにくい方



ドライヤーの送風で指の間を乾かす

足浴や入浴時にご利用者の足を観察し、爪の変形や白く濁るなどの変色が見られた場合は、皮膚科を受診して検査することをおすすめします。

（外用薬だけでは爪白癬は完治しにくい場合もあり、内服薬を服用するときは医師の診断と処方が必要）





|もう一度食べたい!|

## 思い出の味

## コンテスト 結果発表



応募総数  
約150通



皆さまの「思い出の味」「もう一度食べたい味」にまつわるエピソードをご応募いただき、ありがとうございました。編集部ですべて拝読し、厳正なる審査の結果、右の賞を選出いたしました。

※誌面の都合上、文章を要約しています。ご了承ください。

- ・初めて食べた味で賞 ..... 2点
- ・母の思い出の味で賞 ..... 4点
- ・父の思い出の味で賞 ..... 2点
- ・夫の思い出の味で賞 ..... 2点
- ・切ない思い出の味で賞 ..... 2点
- ・気になる味で賞 ..... 2点

## 初めて食べた味で賞

## ドロップスの思い出

戦後、初めてお菓子の配給があったときの思い出です。子ども1人に5個ずつドロップスの配給がありました。当時、あめといえば葛芋で作った母の芋あめを、口の周りを黒くしながら食べていたので、ドロップスに出会ったときは「この世にこんなおいしいあめがあったんだ!」と感激のあまり5個全部食べてしまいました。

現在では多くのスイーツがあり、食べ物にも恵まれていますが、食べるものがなく、泣きながら過ごした時代が懐かしく思われます。



三重東リハビリテーションセンターもみの木  
イニシャル Y・G様 (85歳)

## 初めて食べたカレーライス

祖母、両親、7人兄弟(2男5女)と10人家族だった我が家。ある日、長姉がどこかで習ってきたカレーライスを家族のために作ってくれました。

物珍しくて調理台を見つめる私。フライパンに油を入れて小麦粉を炒め、そこに缶から出した黄色い粉を入れて炒めると家中にいい匂いが漂います。ここに水を入れて練り上げてルウを作ります。別の鍋で牛肉、タマネギ、ジャガイモを炒め、ルウを移して煮込みます。姉は10人分を大鍋で力いっぱい作っていました。

夕食時、お皿にご飯を盛り、その上に黄色いカレーがかけられました。初めてのスプーンを使う食事。それが「カレーライス」を初めて口にした瞬間です。今まで食べたことのない不思議な味だけれどおいしかったです!小学校低学年の頃の話で、今は亡き姉や家族の姿が思い出されます。

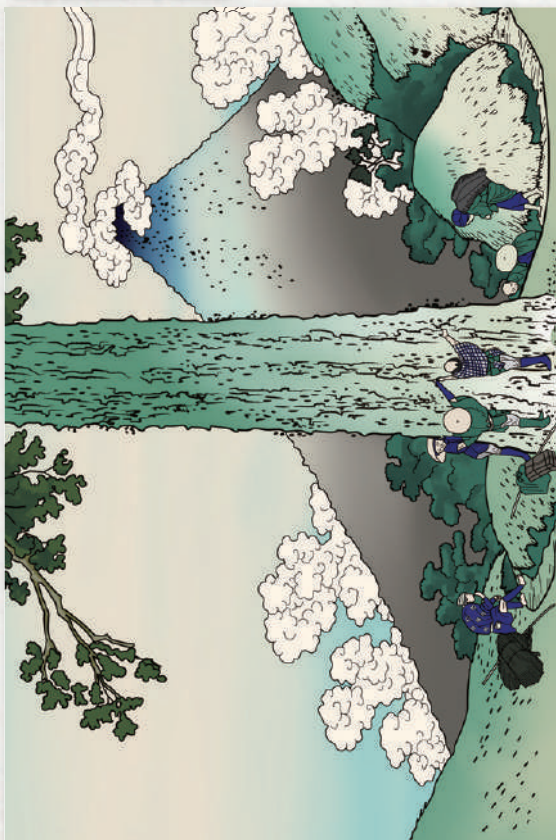
デイサービス豊の郷  
清水 洋子様 (81歳)

# 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。

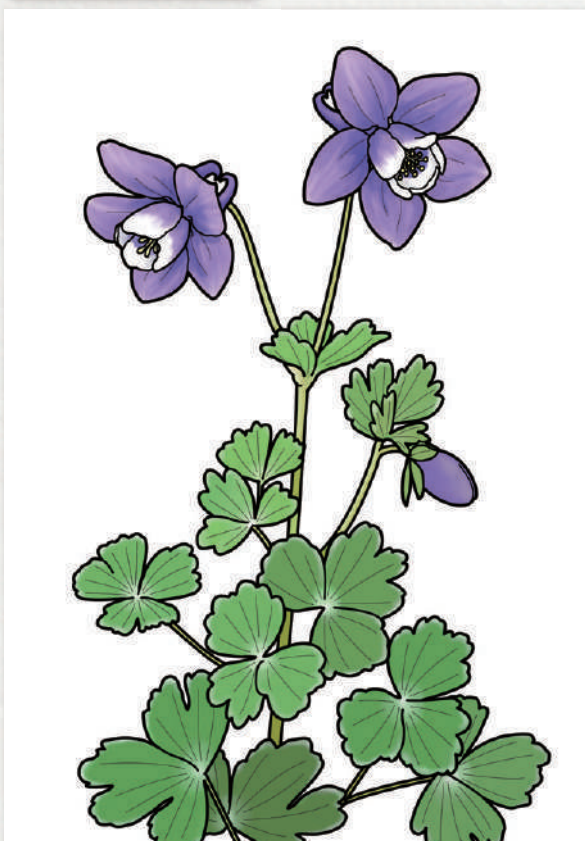
## 素材集表紙



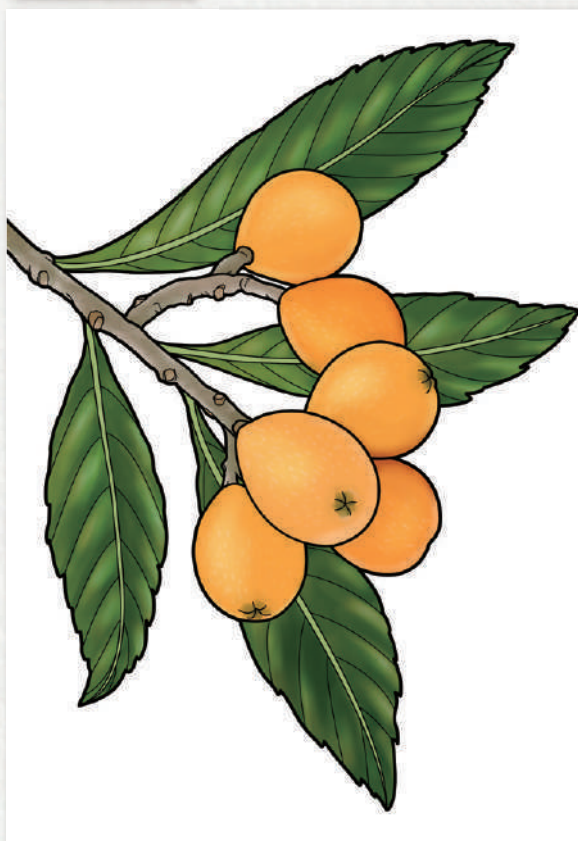
## P.1 マンダラ



## P.2 オダマキ



## P.3 ビワ





月刊  
monthly

# DAY

ぬり絵・脳トレ  
素材集

# 5

2025  
月号







月 日 名前( )

# 初級 ミニまちがい探し

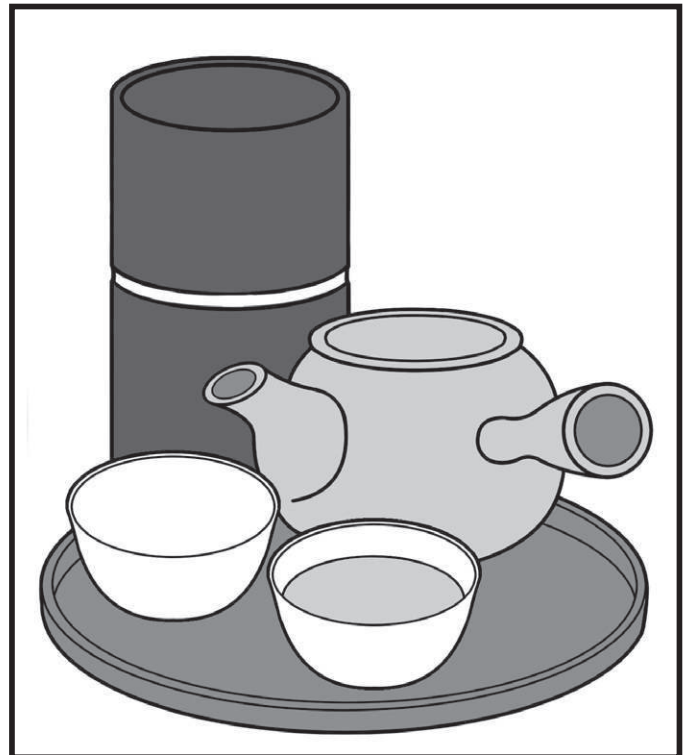
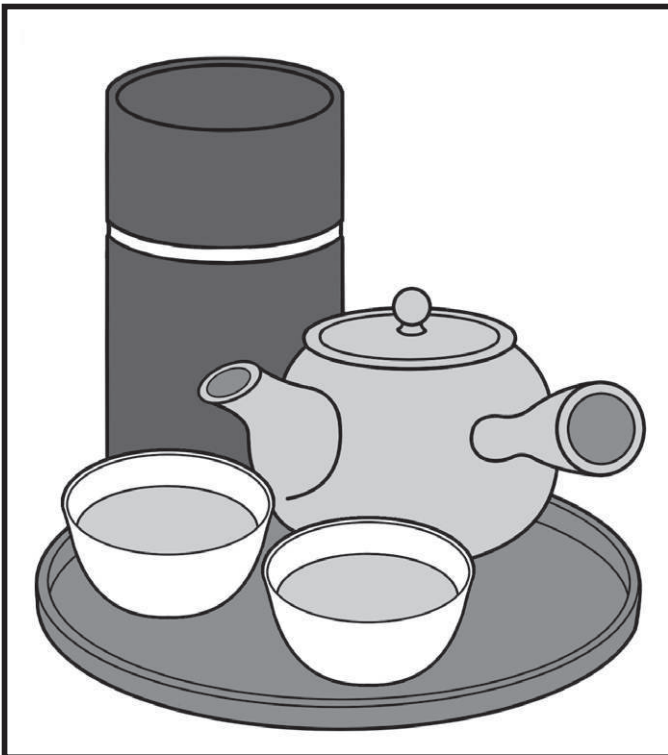
まちがいを3ヶ所見つけて○を付けましょう。

実施日： 年 月 日 名前（ ）

## ①けん玉の日（5月14日）



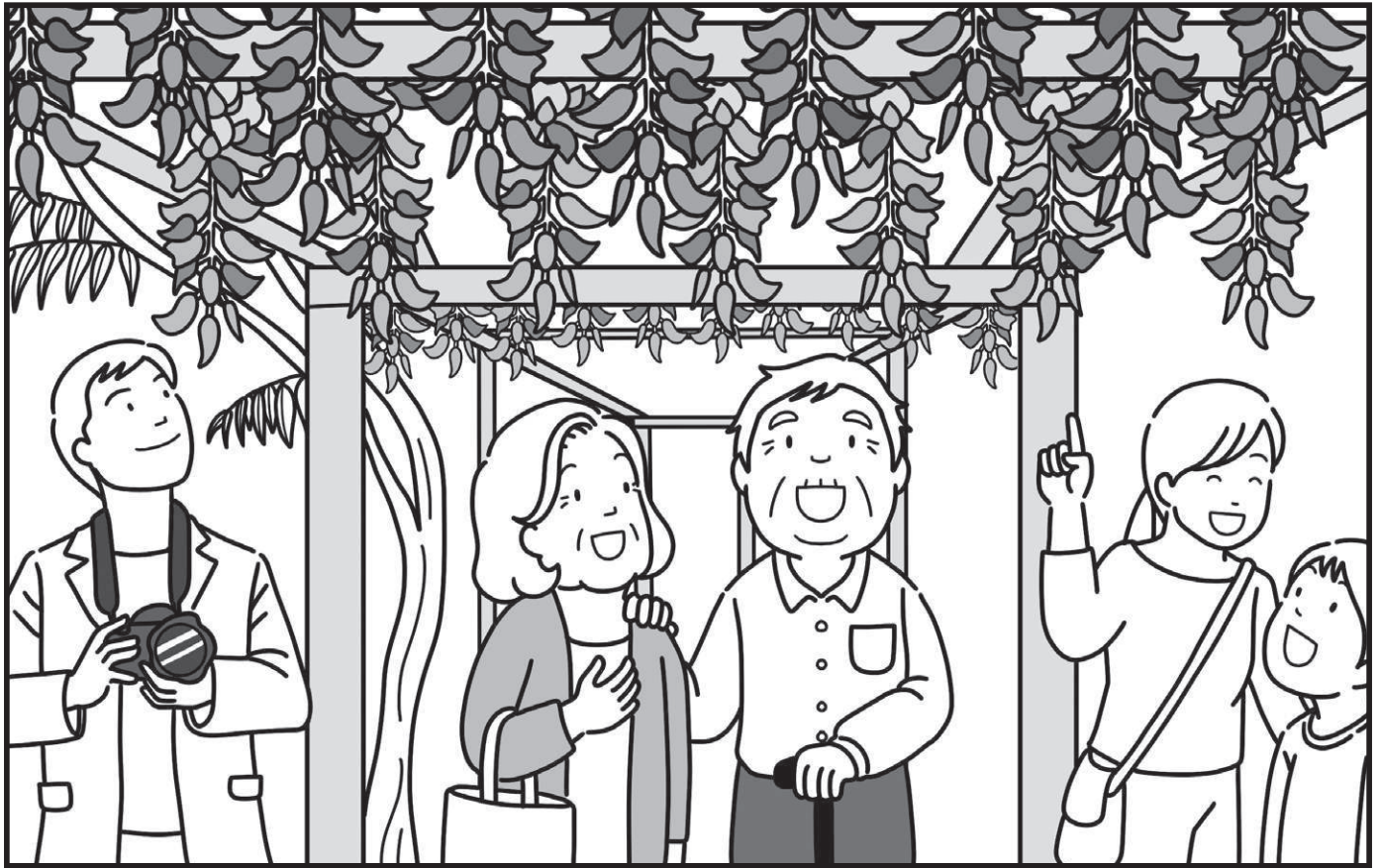
## ②新茶





# 中級 まちがい探し 藤棚 <5ヶ所>

実施日： 年 月 日 名前（ ）





# お金の計算①

お金の合計額はそれぞれいくらでしょう。

実施日：        年        月        日        名前（        ）

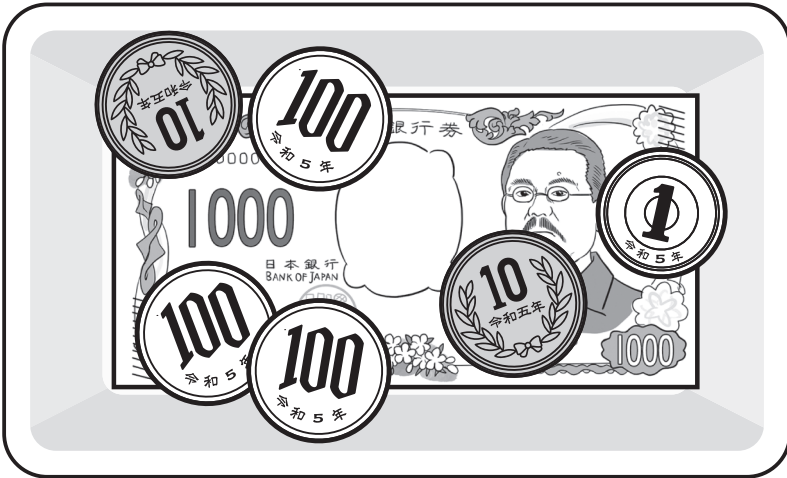
①



答え

円

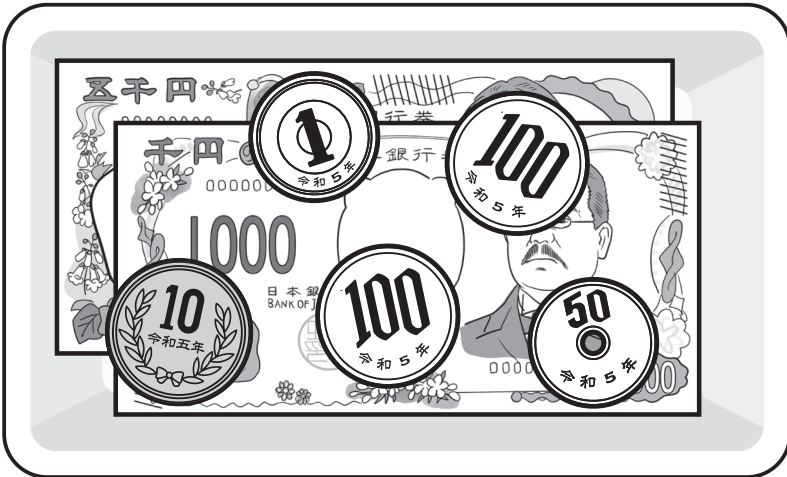
②



答え

円

③



答え

円

# なつかし昭和クイズ

(1)～(3)の中から、正しいと思うものの番号を書きましょう。  
また、その頃の自分のことを思い出してみましょう。

実施日： 年 月 日 名前（ ）

① 昭和41年に放送開始された演芸バラエティ番組『笑点』の初代司会者は誰？

(1) さん ゆうてい えんらく  
三遊亭圓楽(5代目)

(2) かつら うたまる  
桂歌丸

(3) たてかわだんし  
立川談志(5代目)

あなたの好きな落語家は誰ですか？

答え

② 昭和43年に公開された映画『○○○とジュリエット』。○○○に入るのは？

(1) カメオ

(2) ロミオ

(3) ロデオ

あなたの初恋の人はどんな人ですか？

答え

③ 昭和44年、人類で初めて月面に着陸した宇宙船の名前は？

(1) アポロ11号

(2) スプートニク1号

(3) ポストーク1号

この頃、あなたは何歳でしたか？

答え

※6ページの懐かしの大阪万博ぬり絵「アポロ11号の月面着陸」を塗りましょう

④ 昭和47年に日本で初めて公開された2頭のパンダの名前は、「カンカン」と何？

(1) リンリン

(2) ランラン

(3) ルンルン

あなたの好きな動物は何ですか？

答え