

地域の方々と豊かな暮らしを創造する

パールだより

12月号

社会福祉法人パール

〒150-0035 東京都渋谷区鉢山町3-27
電話 03-5458-4811

<http://www.shibuya-pearl.or.jp>

発行日 令和5年12月1日

発行人 新谷弘子 制作編集 入江祐介

パールが大切にしている基本三理念 — 人間の尊厳 — 個人の尊重 — 共に生きる社会づくり

渋谷ふるさとフェスティバル

くみんの広場

11/4 (土) ・ 5 (日)



社会福祉活動教育研究所
所長 新井 伴明



渋谷ふるさとフェスティバル

くみんの広場 に参加しました！！

社会福祉法人パールは2015年から5年間連続で「渋谷区ふるさとフェスティバル くみんの広場」に参加してきました。6回目となった令和2年は新型コロナウイルス感染対策が始まった年で、集会形式ではなくオンラインで各団体が自己PR映像を流して参加する形でのイベントでした。

新型コロナウイルス禍もあけた今年、パールは3年ぶりに代々木の広場に戻ってきました。

当日は11月初旬とは思えない夏日の熱い中、いつもと同じ場所のブースをいただき、バザーを実施！両日ともに笑顔触れる多くのお客様に足をお運びいただきました。



次のページ→

途中、大会の主催者である長谷部健・渋谷区長もお立ち寄りくださり、激励の言葉をいただきました。また井上順・大会実行委員長との恒例の記念撮影も行っていただきました。

日ごろからパールをサポートして下さる多くの地域の皆様も、それぞれの団体から参加されており、お互いに交流を深めることができました。

忙しくも、のどかな2日間、私たちは「地域の沢山の笑顔」に触れることができ、大変嬉しく思いました。

これからも、私共社会福祉法人パールは、皆様の大事なふるさと・SHIBUYAの「幸せづくり」に貢献させていただきます。よろしくお願いいたします。



デイサービスセンター パール鉢山



秋の音楽 ボランティア！！



JAZZ演奏
NEW STAR DUSTERS さん



マンドリン演奏
日大OBフォー・ユー・
アンサンブル さん



ハワイアン&フラダンス
オルホワ さん



2023年度 第1回運営推進会議 開催



令和5年11月22日（水）

デイサービスセンター・パール鉢山
センター長 新井 伴明

「令和5年度 地域密着型認知症対応型通所介護 パール鉢山運営推進会議」を開催いたしました。この3年間は新型コロナウイルス感染予防対策のため、企画するたびに開催できず中止せざるを得ない状況が続きました。今年は、久々にご利用者のご家族や、2か所の地域包括支援センター職員、地域の有識者の皆様にお集まりいただきました。ご家族の皆様には、それぞれスタンスの異なるご家庭における介護の苦労・工夫話をうかがい、皆様のレスパイトの為にも、より安心していただけるサービスの実現を目指したいと思いました。また、「コロナ禍の日々のご苦労は想像を絶するもので、大変だったことと思い、感謝しております」というお言葉もいただきました。今後も地域包括支援センターや居宅介護支援事業所と密に連携を図り、質の向上を目指してまいります。



～ オレンジの花で彩りを ～ オレンジガーデニングプロジェクト



ご報告



オレンジ色は、認知症啓発のシンボルカラー！「認知症になっても希望を持って自分らしく暮らしやすいまちをみんなで創っていきましょう！」という思いを共有し、各地でオレンジ色の花を咲かせていく「オレンジガーデニングプロジェクト」のご報告です。

本誌2023年6月号にてお知らせしましたとおり、パール鉢山のご利用者も、ビニール袋にこの企画のチラシと種を150セットする作業をお手伝いさせていただきました。揃えられた「種セット」は一度各地の地域包括選センターを通じて、パールを含む区内の各団体に配布されました。パールでもさっそく鉢植え2つに種をまき、日々観察を続けました。

すると初秋よりオレンジの花がちらほらと咲くようになりました！一度に満開になることはありませんでしたが、長期に渡り可愛らしい花と対面することができました。実は前は全く花が咲かなかったため、今回も心配をしていたので、「ほっ」とした次第です。



パール鉢山もこのような「認知症対策プロジェクト」に協力をしながら、「多くの方々がいつまでも住み慣れた渋谷で暮らしていくことができるまちづくり」に力を注いでまいります！

広義のBCP = 福祉防災計画が大切

介護事業者における、災害対応のBCP作成 について
消防計画・非常災害対策計画に、避難確保、福祉事業継続、地域貢献を加える。

社会福祉法人 パール 理事長
社会福祉活動教育研究所 会長
新谷 弘子

厚労省からの指示で、災害があった時、適切な行動が取れる様に準備・訓練をしておく事により、被害を最小限にすることが如何に出来るか。最小限に出来るようにする事が如何に大切か。トレーニングをしておくように通達がでた。パールは、理事長の新谷弘子が、災害救援ボランティア推進委員会の委員であり、その組織の委員長である沢野次郎氏がパールの理事でもある。日頃から災害対策の研修をしてきた。

今回、渋谷区の地域福祉サービス事業者協議会（44団体）のパールは役員や事務局を担当しており、BCP作成の指示に当たり、その道の専門家を当会の研修会にお招きする事が出来た。

内閣府「被災者支援の在り方検討会」の座長である、鍵屋（カギヤハジメ）「跡見学園女子大学観光コミュニティ学部」の教授をお招きして、渋谷の桜丘町にある大和田研修センターの研究室で、11月24日に研修会が開かれた。渋谷区役所の災害の担当部長や課長も出席され、共に情報交換し、災害時の対応についての情報交流ができた。

実施訓練の義務化対策

日頃から災害（**ナマハゲ**）に遭遇した時、過去に災害対応の災害訓練が不十分であると、慌てたことがあったと言える。社会環境がもろく脆弱（**ゼイジャク**）な状況では、失わなくても良い命を失って適切に対応ができると、または傷つき、財産を失うことに成る。災害時は、個別の避難計画（**ナマハゲ台帳**）に基づいて避難を支援することで災害が大事に至らないで済むであろう、と考える。

ナマハゲは秋田県の方言。2018年にユネスコ無形文化遺産に登録されたという。

避難場所（福祉施設、公民館等）を決定。

避難場所までの安全な避難路を確認しておく。

確実な避難方法（車や徒歩で確認していき、同行避難で確認する）

脆弱（ぜいじゃく）とは「もろくて・弱い事・弱さを理解しないと壊れやすい意味もある」**ナマハゲ**は（**災害ボランティア**）とも言われている。訓練をしておくことが大切であるという事。

日頃の訓練により災害時は、（**ナマハゲ台帳**）に基づいて避難指示を出せるようにしておく事が大切。



次のページ→

大地震の発生確率（30年）

火災で死傷する確率	2018年	7,541人	0.2%
-----------	-------	--------	------

（出典・火災統計を参考に鍵屋算出）

交通事故で死亡者	2019年	3,215人	0.1%
----------	-------	--------	------

交通事故で負傷する確率	2019年	46万715人	11%
-------------	-------	---------	-----

（出典・警察庁WEBサイトを参考に鍵屋算出）

首都圏は火災が被害を拡大する

61万棟の焼失・倒壊、死者 2万3千人 都心南部直下地震 M7.3

出典 内閣府2013年12月19日

命を守る防災のコツ 早く逃げる事、自分だけでは逃げられない人は、避難行動要支援者を決めておく。なるべく地震には家を強くし、家具を倒さない様にしておくこと。

関東大震災時（1923年）100年前の平均寿命は、男41歳 女43歳

現在（2023年）の平均寿命は、男81歳 女87歳

高齢者人口及び割合の推移75歳以上は、25年で2.6倍

障がい者 2025年で62.5%増（厚労省出典）



要介護者の日常動作（2010年）厚労省資料

自分一人で入浴が出来ない	72.1%
--------------	-------

50M以上歩けない	69.2%
-----------	-------

階段の昇り降りが出来ない	80.2%
--------------	-------

大便の失敗がある	59.9%
----------	-------

小便の失敗がある	69.8%
----------	-------

東日本大震災（3月11日） 阪神・淡路大震災・岡山・広島・熊本・愛媛・等の事例から評価。障がい者は、25年で約62.5%

激増する高齢者単身世帯（国政調査による）25年で3.2倍。

少子・高齢化の中で、あらゆる所で人出不足。

電車・車・あらゆる所で、人で不足。

警察・消防所（7万人減）・タクシー・バスなどの運転手。・自治体職員（16.5%減54万人）調理人、教員、

もう少しの支援があればと思う時があったそうだが、障がい者を高齢者が世話をしている過程で、逃げ遅れた事例がいくつもあったと言われる。要注意。

記録は大切

最近の豪雨災害・台風・における高齢者などの被害。70%以上である。

死亡者・高齢者が6割。障がい者が2割。名前が分かれば、記録があると良い。

誰が逃げろと伝えたか。又は誰が逃げろのを指示したか。

家族。近所・友人、福祉関係者、消防署・消防団等。決めておきたい事。

誰が何処で何をした。あるいは、誰が誰に何を。複数で連携を取りながら対応する必要あり。

日頃から、練習を兼ねて同じ動きをやってみる事が大切。そして、メモ・記録を取って置くことが大切。そこに時間のメモがあると役に立つ。

地域の中に水分。食品の確保が大切。安全な場所を選んで、地域の住民の安全・安心を確保する。

水分・食事の確保。食べるものは、場所は避難所や数カ所を選ぶことが必要。

家の中の環境を整える。誰が逃げろと湯耐えるか。誰が逃げろのを支援したか、記録したか。

非難する場を確認し、指示・同行者をトレーニングする。

近所や福祉施設とのつながり・自治体・消防署・民生委員が大事。

うつ状況の要支援者が増えている、**毎日の生活に充実感が無くなると適切な行動が取れなくなる。**

日頃から共に生きる環境作りが大切。

声を掛け合い、日頃から互いに関係をもって、信頼関係を持つように・

地域サービス協議会らしきもので、互いに信頼関係を持つように・日頃の関係作りが必要。

避難所外避難者の支援計画・体制についての調査研究が必要。何れも決まってないので、「支えあいセンター」等を立ちあげておき、計画的に見守りを実施しておくことが必要である。

案1、福祉施設に依頼するも、感染症や災害への対応力強化が必要。

人・福祉事業者における危機的状況とは、人の不足。施設長などの責任者が不在の問題。

物・水、食料、薬、など必要な物資がなくなる。 宿泊できる準備がない。

情報・連絡手段が使えない、重要システムが使用できない。

場所・職員が宿泊する場がない。地域のひとを受け入れる場所がない。

案2、BCPなくても利用者の生命、生活を守れるようにする。介護保険の福祉の仕事は、災害時にも止められない。福祉の行務は止められない、

案3、ひな形でも、福祉防災計画を作る。福祉避難所の防災計画を作り、作業手順を事業者に求められる役割である。これが地域への貢献となる。

安全・安心の価値向上型防災の概念 今日を愛し、明日に備える





柑橘類を食べて お肌もからだも健康に！

栄養・調理センター
管理栄養士 塩川 稚夏

寒さが増してくると、橙色に熟れたみかんが店頭にたくさん並ぶようになります。みかんと同じミカン科の果物を柑橘類といい、オレンジ、ゆず、キンカン、レモンなどさまざまな種類があります。

＜柑橘類の健康効果・効能＞

- ・β-クリプトキサンチン：鼻やのどなどの粘膜や皮膚の健康を保ち、**風邪予防**に役立つ
ビタミンCとの相乗効果で**免疫力をアップ**する
- ・ビタミンC：強い抗酸化力によって**動脈硬化や脳卒中、心筋梗塞**を予防する
コラーゲンの生成を助け、**美肌効果**が期待できる
- ・β-カロテン：**アンチエイジング**全般に高い効果を発揮する
- ・ビタミンP：毛細血管を強くし、**動脈硬化予防**に効果的
- ・リモネン：**がん予防**の効果が期待できる
- ・シネフリン：体脂肪を分解し脂肪燃焼効果を高めるため**ダイエット**に役立つ



白菜とみかんの

コールスローサラダ

材料（2人分）

- ・白菜・・・200g
- ・玉ねぎ・・・1/4
- ・みかん・・・4枚
- ・貝割れ大根・・・1/2パック
- ・ヨーグルト・・・大さじ6
- ・マヨネーズ・・・大さじ3
- ・塩・・・小さじ1/3
- ・こしょう・・・少々



- ① 玉ねぎは薄切りにして塩を少々ふって揉み、しんなりしたら水気を絞ります。白菜は繊維の筋に対して直角に細切りにし、みかんは房にわけて薄皮をむき、貝割れ大根は根元を切り落とす。
- ② ヨーグルト、マヨネーズ、塩、こしょうを混ぜてドレッシングを作る。
- ③ ①ボウルに①のみかん以外の食材を入れ、②のドレッシングで和える。最後にみかんを加えてさっと和えて完成。

防災訓練・BCP訓練を実施



副施設長・防火管理者
高橋 浩宣



令和5年10月10日(火)14時より、警視庁渋谷警察署 警備課 警備係の方達と社会福祉法人パール全職員合同で防災訓練及びBCP訓練を行いました。

防災訓練では、日中に4階デイサービスの北側ベランダにあるボイラーから出火した事を想定し、施設全入居者とデイサービス全ご利用者も一緒に、避難を行う大規模な訓練を実施。各フロアに1台ずつトランシーバーを持ち、本部と連絡を取り合いながら避難誘導が遅れているフロアへ職員を増員し、各フロアの避難状況を確認し合いながら訓練を進めていきました。避難開始から全員避難し、1階玄関の自衛消防隊本部へ報告するまでの所要時間が平均14分25秒。渋谷警察署からは、「総合的にとても落ち着いて誘導できていた。皆が協力的でスムーズに対応していた。」と評価をいただきました。



そして警視庁渋谷警察署 警備課 警備係から、BCP訓練として新聞紙や衣類を利用して、簡易スリッパ・簡易靴の作り方を学びました。災害時の事前準備として「入口付近や各部屋に「笛」を用意しておく。(助けを呼ぶ時に声が出なくても笛は吹ける)」「運動靴を用意しておく。(革靴やヒール等は歩きづらくなる)」「避難の時の順番を決めておく。(自力で歩ける人から避難する等)」等のアドバイスをいただきました。



これからも皆様に安全に安心してご利用していただけるよう、日々の危機管理を万全に行い、いつ来るか分からない災害に対しても柔軟に対応できるように訓練を行ってまいります。

事例紹介

パール恵比寿居宅介護支援事業所
介護支援専門員 三村陽子

現在、社会福祉法人パールにはケアマネジャーが在籍する事業所が3カ所ございます。福祉総合プラザパール内1階に事務所を置く、パール居宅介護支援事業所。今年1月場所を移動し神宮前で営業するパール原宿居宅介護支援事業所。

そして私が在籍している、恵比寿の住宅街に事務所を置くパール恵比寿居宅介護支援事業所。3事業所合わせて12名のケアマネジャーが、ご利用者のケアマネジメントを行っております。

今回の事例は、**95歳 男性 要介護4** ご自宅の一軒家に娘様とお二人暮らし。

娘様は一人っ子さんで、他に介護の支援ができるご親族はなく、娘様が献身的に介護をされていました。

昨年までは要介護2。ご自宅内はお一人で歩かれ、育てている花や昔から愛してやまない猫たちに囲まれ、穏やかに生活されていました。

転倒や体調変化をきっかけに、徐々に全身の筋力や体力が低下され、昨年夏ごろから移動や排泄等、日常生活の多くに介助が必要な状態となっていられました。

長年診ていただいていた主治医の通院もままならなくなり、訪問診療が開始された1ヶ月後、ご自宅で娘様に見守られながらご逝去されました。

逝去後、娘様とお話した際「自宅で介護や最後を迎えることは、不安や分からないことだらけだったけど、先生や看護師さん、ケアマネさんがいてくれたから頑張れた。ショートステイやお風呂(施設入浴)も気に入って行っていたし。家族二人で、孫はいない父だったけど、孫のような皆さんが代わる代わる来て、看てくださった。父を最後まで家でみれて良かったです。」

とても印象的で、今後の私の大切な言葉になりました。



インフルエンザ・ノロウイルス等による 集団感染・厳戒注意報！



特別養護老人ホーム・パール代官山
施設長 入江 祐介

寒い日が続き本格的な冬の到来を迎えましたが、お風邪などはひかれていませんか？
当施設におきましても、ご利用者はもちろんのこと、職員についても、日頃の健康管理を徹底しているところです。

コロナが5類に移行され、若干下火になったところですが、今年は例年になくインフルエンザが流行しております。また、ノロウイルスを含む感染性胃腸炎の症状（嘔吐・下痢）が流行する季節にもなってきました。日頃の手洗い・うがいの励行、マスク・ディスポグローブの着用、施設内の環境整備・空調管理・清掃等を徹底していても100%防ぐことが出来ないのが現状です。

例年、子供から流行が始まり大人へとうつるのが一般的のようです。人が大勢行き交う渋谷、インフルエンザやノロウイルス等のウイルスも各方面から持ち運ばれる可能性が高いのでしょうか？

当施設での集団感染予防のためにも、下記の点について皆様方のご協力をお願いします。

- ①感染予防の観点から、入館前の手洗いアルコール消毒の励行。
※1階地域交流ロビーに手洗い場があります。
- ②マスクの着用。
- ③風邪症状や体調の優れない方のご面会をご遠慮下さい。
- ④集団感染発生時、面会制限をする場合がありますのでご了承下さい。



ご自宅で突然の嘔吐、事前の準備は大丈夫ですか？

ノロウイルスには、アルコール消毒液は一切効き目がありません。嘔吐物の消毒には、**次亜塩素酸ナトリウムを薄めた消毒液（濃度0.1%・1000ppm）**を作る必要があります。

ご家庭では、**塩素系漂白剤**（キッチンハイターやミルトン）を使って消毒液が作れます。
※酸素系漂白剤（ワイドハイター）などは、効果がないためご注意下さい。

＜ノロウイルス用・消毒液（次亜塩素酸ナトリウム0.1%濃度）の作り方＞

★キッチンハイターの場合

500mlのペットボトル（水）+ペットボトルのキャップ 2杯（10ml）

★ミルトンの場合

500mlのペットボトル（水）+ペットボトルのキャップ10杯（50ml）



※ハイターやミルトンで作った消毒液の使用有効期間は1週間程度が限度。
作り置き不可ですのでご注意を！



 2023年11月 		
1	水	ポイラー保守点検
4	土	渋谷区くみんの広場
5	日	渋谷区くみんの広場・特養おやつバイキング(厨房)
6	月	新型コロナ対策委員会
7	火	経営会議・ワーキンググループ会議・品質会議 ケアマネ会議(居宅)・カンファ(用具)(訪看)
8	水	訪問介護連絡協議会会議(訪看)
12	日	特養おやつバイキング(厨房)
13	月	在宅カンファ(在生)
14	火	第3回パール理事会・経営会議・ワーキンググループ会議 ケアカンファ・ケアマネ会議(居宅)・カンファ(用具)(訪看)
17	金	ショートステイ在り方検討委員会
19	日	特養おやつバイキング(厨房)
21	火	経営会議・ワーキンググループ会議・品質会議 ケアマネ会議(居宅)・カンファ(用具)(訪看)
22	水	経口維持会議(特養)
24	金	渋谷区地域福祉サービス事業者協議会研修会「BCP」 サービス担当者会議(特養)
26	日	特養イベント食(厨房)・給食会議
27	月	在宅カンファ(在生)
28	火	経営会議・ワーキンググループ会議・ケアカンファ 鉢山町会役員会・ケアマネ会議(居宅)・カンファ(用具)(訪看)

11月業務実績報告		
施設介護 稼働率	特養	97.7%
	短期入所	105.3%
通所介護 稼働率	一般クラス	73.3%
	認知クラス	63.8%
訪問介護 1日平均利用件数	本部	48件
	原宿	12件
訪問看護	1日平均利用件数	16件
居宅介護支援実 績件数	本部	147件
	恵比寿	94件
	原宿	112件
福祉用具	貸与者数	183件
配食サービス	1日平均利用食数	147食
キッチンパール	1日平均利用食数	16食

どら焼き&いもようかん

特別養護老人ホーム パール代官山

皮とあんこを厨房でご用意し、ご自分でどら焼きを作成していただきました。あんこを挟むだけの簡単な作業ですが、皆様やはりあんこがお好きなようで、中には挟み切れないほど詰め込む方もいらっしゃいました(笑)

呑み込みが悪い方には厨房特性の芋ようかんをご提供し、秋らしいおやつ会になりました。



特別養護老人ホーム・パール代官山
生活相談員 稲田 剛