

みかんの丘 だより

第63号

河内福祉村

発行 社会福祉法人 陽光「みかんの丘」

- ・特別養護老人ホーム・デイサービスセンター
- ・居宅介護支援事業所・ショートステイ
- ・地域交流センター「夢見館」



2026年1月

HAPPY NEW YEAR

新年 あけまして おめでとう

新年明けましてあおめでとうございませう。
年頭に当たり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。
当法人は、昨年、開設から20年という大きな節目を迎えました。これまで多くのご利用者様、ご家族様、地域の皆様、そして関係事業所の皆様に温かく支えていただき、今日の歩みがあることを改めて深く感謝いたします。

介護の現場においても、DX化の波はさらに加速し続けています。当法人でも、勤怠システムや介護記録の音声入力、インカム運用など、昨年導入した取

組に加え、今年も更なる業務効率化と質の向上に向けて取り組みを進めてまいります。
新しい技術に戸惑いを感じることもありますが、職員一人ひとりの力を合わせながら、私たちのペースで着実に前へと進んでいきたいと考えております。
丙午の力強いエネルギーを受けて、本年もご利用者様に寄り添い、安心と笑顔を届けられるよう、職員一同、より一層精進してまいります。
これからも、変わらぬご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。
末筆ながら、皆様のご健康とご多幸を祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。

令和8年(2026年)元旦



みかんの丘
施設長
池尻 久美子

年頭の御挨拶

謝申し上げます。
20年の節目を経て、私たちは次の10年、20年へ向けた新たなスタートラインに立っております。
さて、本年は「午年」、干支では「丙午(ひのえうま)」の年にあたります。「丙」は陽の気が盛んになり、物事が明るく姿を現すことを意味し、「午」は、勢い、活力・前進力を象徴する干支です。丙午の年は、これまで積み上げてきた努力が表に現れ、組織としても一段と飛躍するエネルギーに満ちた一年とされています。

組に加え、今年も更なる業務効率化と質の向上に向けて取り組みを進めてまいります。
新しい技術に戸惑いを感じることもありますが、職員一人ひとりの力を合わせながら、私たちのペースで着実に前へと進んでいきたいと考えております。
丙午の力強いエネルギーを受けて、本年もご利用者様に寄り添い、安心と笑顔を届けられるよう、職員一同、より一層精進してまいります。
これからも、変わらぬご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。
末筆ながら、皆様のご健康とご多幸を祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。

秋祭り開催のお礼

10月に開催いたしました「秋祭り」には、ご利用者様、ご家族様をはじめ、地域の皆様に多数ご参加いただき、誠にありがとうございました。

当日の天候にも恵まれ、高校生の皆さんによる舞踊の披露、子供たちに挑戦していただいた風船割りゲーム、そして、最後の抽選会など笑顔あふれる一日となりました。参加者の皆様の楽しそうな姿に職員一同も大きな励みをいただきました。

今回の秋祭りが盛況のうちに開催できましたことは、地域の皆様のご支援とご協力のおかげです。深く感謝申し上げます。

今後も、地域に開かれた施設として、皆様に楽しんでいただける催しを続けてまいります。引き続き、どうぞよろしくお願いいたします。



笑顔忘れず頑張ります。
これから、よろしくお願い致します。

新入職員のご紹介



特別養護老人ホームみかんの丘
介護職員 サラーさん

日本で初めての仕事で分からないことが多いですが頑張ります。



特別養護老人ホームみかんの丘
介護職員 ディマスさん

まだ、分からないことが多いですが、一生懸命頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。



デイサービスセンターみかんの花
介護福祉士 山部さん

みかんの花はとても活気があって、やりがいを持って働いています。一生懸命頑張りますのでどうぞよろしくお願いいたします。



社会福祉法人 陽光では、それぞれの施設でInstagramを始めました。日々の活動や情報を発信しております！フォローをお願い致します。



特別養護老人ホーム
みかんの丘



居宅介護支援事業所
みかんの丘



デイサービスセンター
みかんの丘



デイサービスセンター
みかんの花



デイサービスセンター
みかんの木



第20回 「みかんの丘・みかんの花」 Research Presentation.

研究発表大会

第 20 回となる研究発表会が行われました。研究発表とは、日々の成果を発揮する場であり、取り組みがどこにどう活かされているのかを報告する重要な場となっています。この研究が困っている方の参考になることが今後のみかんの丘の成長に繋がると考えています。「介護の模範」になる施設を目指すため、チーム一丸で作りあげた研究結果です。今回も各事業所から複数題の発表が行われました。その研究発表の中から一部をご紹介します。



※過去の開催風景

デイサービスセンター みかんの花

最新の通所介護事業所における口腔ケア ～オーラルケアから学ぶ私たちの役割とは～

【はじめに】

介護保険制度は 3 年に 1 回改定を繰り返し、自立支援の取り組みは毎回色濃くなっている。平成 18 年には具体的に運動・栄養・口腔について特化した加算が設立され、通所介護における役割が明確化しつつある。当事業所においては、運動・栄養に力を入れてきたが、口腔に関する取り組みが不十分であった。口腔疾患は全身の健康にも関わっており、WHO や日本国内でも注目が集まっている。そのため、令和 7 年度より口腔ケアの時間を各チーム 1 時間設け、オーラルケアの視点から取り組みを始めることとした。

【目的】

虫歯や歯周病の予防、口臭の予防、歯の着色汚れの予防、ウイルス感染の予防、摂食・嚥下機能の改善。

【方法】

正しいブラッシング、よく噛んで食べる、舌の体操、唾液分泌を促すマッサージ、発音トレーニング、口腔乾燥予防（水分補給）、1 時間のオーラルケアやリハビリ

【経過・結果】

84 名に対して OHAT のアセスメント評価は初回が平均 5.2 点で、二回目が 4.0 点という結果になった。また、初回評価と二回目の評価の点数が現状維持、または向上した方が 54 名。これは、OHAT の初回評価を当事業所で始めたことで、利用者自身の口腔ケアに対する意識が向上した結果だといえる。

次にオーラルディアドコネシスの評価は、1 回目要支援の方は発語の間違いが少なく回数も多かった。要介護の方はそれぞれの音の発語間違いが多少見られ途中で止まっていた。2 回目の評価では要支援の方は唇をしっかりと閉じることができ

ており、発音、発語がスムーズになっていた。要介護の方はパの発語は回数が少なかったが、タ・カの発語は多くみられるようになり舌や唇の運動機能が向上につながった。

最後に RSST の評価では、唾液を飲み込むことを頭では理解しているものの、嚥下機能の低下により飲み込みが上手くできない方が多かった。これを食事に置き換えた時、上手く嚥下が出来なかった方は唾液の分泌量も少なく、誤嚥する確率も高いといえる。今後は、この評価から分かり得たその方の持つ能力（機能）を如何に向上させるかが課題と言える。

【考察】

口腔機能低下で要介護認定や死亡リスクは約 2 倍高くなると言われている。オーラルフレイルの人は、身体的フレイル発症リスクが 2.41 倍に増加し、要介護認定も 2.35 倍高くなるというデータも発表されており、利用者の健康を維持するには経口維持支援が欠かせません。今回の研究で正しい経口維持支援を行うには、介護職員だけでなく、看護師や管理栄養士、歯科衛生士、歯科医師やケアマネジャーなど多職種で食事場面を観察したり、意見交換したりすることが重要だと感じた。今回、みかんの花で口腔機能維持に対する取り組みを実施することでその重要性を理解された方も多くおり、職員だけでなく、利用者自身の意識も高まった。オーラルケアは歯や歯茎だけでなく、口全体のケアを指すので、今後も当事業所の取り組みで口腔衛生の向上や、口腔疾患の予防や治療、リハビリテーションを目的としていきたい。そして通所介護において口腔ケアは運動、栄養（食事）に加え、新しい介護における「三大介護」なると言っても過言ではないと感じた。

みかんの丘 デイサービス

一体的評価に向けた口腔機能評価法について

【はじめに】

超高齢化社会において、要介護高齢者の生活機能の維持には、口腔機能・栄養状態・身体活動の一体的評価と介入が重要である。口腔機能低下は、フレイル、サルコペニア、低栄養などと深く関連しており、介護予防における重点的課題となってきた。しかし、現状では多職種が連携する現場に於いて統一された分かりやすい評価方法が確立されていない。そこで本研究では本格的な一体的評価の運用に先立ち、口腔機能評価法の有効性及び、実施可能性を検討する研究調査を行う。

【目的】

評価方法が確立されていない口腔機能評価について介護現場でも分かりやすく、取り入れやすい評価方法を確立し、一体的評価の本格的運用に役立てる。

【対象者・期間】

対象者：認知機能が比較的良好な利用者を 4 名選出する。（実施結果のフィードバックを得やすいように）
期間：令和 7 年 7 月 1 日～令和 7 年 8 月 3 1 日

【方法】

評価内容（口腔体操前後で実施）
(1)お口の健康チェックアンケート
(2)お口の元気チェック（簡易版）
(3)反復唾液嚥下テスト（RSST）
(4)パタカ発音チェック 5 秒間
(5)チェックガムによる咀嚼力評価
介入内容 自宅で行える口腔体操の指導・実施と指導・実施前後での口腔機能評価。

【経過・結果】

2 か月間の口腔体操により、嚥下機能や一部の口腔機能の改善が見られた方がいる一方、構音や唇・舌の運動に低下がみられるケースもあった。特に嚥下機能テストでは 2 名に改善が見られた。一方で義歯の適合状況や日常のケアの実施状況が結果に影響している可能性があった。

①評価ツールの有効性

●反復嚥下テスト（RSST）：変化が分かりやすく、簡単で評価方法としての有効性は高い。

- チェックガムテスト：数値が客観的で視覚的にも分かりやすいが、導入に際してのコストはかかる。
- パタカテスト：一部対象者で明確な改善があった。ただし、高齢・義歯使用者には変化が出にくく、補助的な指標としての活用が望ましい。
- お口元気チェック：主観的評価が多く、認知面や心理状況に影響されやすい。補助活用が望ましい。
- お口の健康アンケート：自宅での状況や意識調査として活用。自己申告になり信憑性は確実とは言えないが、評価前の状況把握に役立った。

【課題】

一部対象者では嚥下、咀嚼機能の改善が見られたが、個人差は大きい。その要因として口腔体操への取り組みの継続意欲が維持できない例があり、支援体制や家族等の協力体制も重要であると分かった。義歯の適合状況や口腔内環境も機能向上に大きく影響しており、より高度な評価を実践するためには歯科の介入との連携が必要になってくると思われる。

【考察】

結果をうけ、簡易な口腔機能評価方法の中で、反復唾液嚥下テストとチェックガムテストは有効性が高く、現場での活用が見込めることが示唆された。一方で個人差や動機付け、義歯の適合状況、口腔衛生管理の重要性も明らかとなり、評価方法だけでなく、介入方法も枠組みに取り入れ、実践に向けた整備が必要だと感じる。

【おわりに】

一体的評価の本格導入に先立って、本研究を実践する中で、有効な評価方法が見いだせた事は大きな収穫となった。しかし、一体的評価の本質は「評価」そのものではなく、「評価」の先にある「改善」ないし「維持」という結果に繋がれるかどうかであると考え。そのためには口腔機能についての意識を利用者・職員全員で高めていき、口腔機能の重要性を理解する事、さらに理解したうえで、口腔機能をいつまでも健やかに保てるような自主ケアや介入の継続を行っていかなければならない。



社会福祉法人 陽光
理事長
上野 歩

新年明けましておめでとうございます。皆様にとって令和 7 年はどんな年でしたか。
令和 7 年は昭和 100 年、戦後 80 年を迎え平和について考える年になったかと思えます。

私は家族とともに 2 月に鹿児島島の知覧特攻平和会館に行ってきました。今回が 3 回目の訪問となりました。1 回目は 17、18 歳ぐらいの時だったと思います。当時の私と同年代若しくは年下の隊員の遺影や家族への手紙を読んだときに日本を守るという覚悟を感じる事ができました。2 回目は 29 歳ぐらいの時でした。その時も同様に同じような思いをした記憶があります。今回の訪問は 50 歳であり、子どもが隊員と同年代であり親として送り出すことが出来るのかと考えてしまいました。どの年代で訪問をしても平和の尊さと亡くなった方たちへの敬意を忘れることができません。この平和な状況が永遠に続くことを切に願います。今年にはスポーツのイベントとして、サッカーワールドカップ、冬季オリンピック、ワールド・ベースボール・クラシックが開催されます。どれも日本選手の活躍が期待されますけど、平和な世界で開催されるのを祈念しています。
本年も職員一同で、法人理念にもある「視同仁・親切丁寧」を考え、利用者様一人ひとりが、ここにきて良かったと思えるような施設にしたいと思います。
皆様からのご指導・ご鞭撻をよろしくお願い致します。

令和 8 年 元旦

特別養護老人ホーム みかんの丘

自立支援介護の SNS 発信

【はじめに】

前年度は、SNS を活用した自立支援介護の推進に取り組んだ。特に、フォロワーの間では歩行者を使った運動への関心が高いことが分かった。ただし、研究期間の短さやデータ数の少なさ、投稿内容に関する課題も残る結果となった。これらの点を踏まえ、新たな展開を目指していきたい。インスタグラムの投稿方法について、ブランディング型（以下、BD 型）とコンテンツマーケティング型（以下、KM 型）の 2 つを比較する。今回は施設の魅力を一方的に伝える BD 型のリール投稿を行ったが、ユーザーのニーズに合った情報を届けるという点には課題が残った。そこで今回は、ユーザーに必要な情報を提供する KM 型を推進し、ユーザーに寄り添った発信を行い、フォロワー数の拡大を目指す。

【方法】

- ・施設入居者の家族でもあるシニア世代と有明高校の SNS ネイティブ世代（以下、SNS 世代）の学生に対して、「SNS 思考調査」を実施し、その結果をインスタグラム投稿に反映させる。
- ・インスタグラムの分析方法としては、インサイト機能を使用し投稿の翌日と 1 週間後にデータを収集、算出する。
- ・BD 型と KM 型を比較して評価する。

【結果】

BD 型と比較して、KM 型は「保存率」「プロフィール移行率」で高い数値を示したが、「フォロワー転換率」

は低かった。思考調査では、シニア世代は「施設の取り組み」や「スタッフの質」に関心が高く、SNS 世代は「施設の雰囲気」や「職員の人柄・働きやすさ」に興味を持っていた。また、研究期間中のフォロワー増加数は BD 型が 58 人、KM 型が 67 人だった。

【考察】

本研究では、BD 型と KM 型の投稿手法を比較した結果、KM 型は「保存率」や「プロフィール移行率」において高い数値を示し、幅広いユーザーの関心を集めることができた。一方で、「フォロワー転換率」は BD 型の方が高く、施設の特徴を強く打ち出した投稿がフォロワー獲得に有効であると考えられる。思考調査結果からは、シニア世代と SNS 世代に共通して「他視点からの日常生活の見える化」への関心が高いことが分かった。従来は利用者に焦点を当てた投稿が中心であったが、今後は職員の処遇や各専門職の取り組み、1 日の業務の流れなどに焦点を当てることで、より多くのユーザーの興味を引く鍵となる。また、KM 型のフォロワー増加数が BD 型を上回ったものの、これは投稿数の差による影響が大きく、同等の投稿数であれば大きな差は生まれないと考えられる。今回の分析を通じて、投稿内容や手法がユーザーの反応に与える影響を具体的に把握することができた。今後も、自立支援介護の視点から魅力ある情報発信を継続し、「みかんの丘」の認知度向上につなげていく事が重要である。

