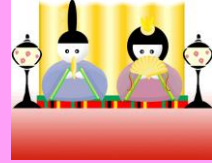


# たいよう

第 146 号 令和 3 年 3 月発行  
独立行政法人地域医療機能推進機構  
神戸中央病院附属介護老人保健施設  
〒651-1145  
神戸市北区惣山町 2-1-9  
TEL 078-595-2323  
FAX 078-595-2717



切り絵

7段飾りの雛人形と桃の生花  
(1階エントランス)



## 春が来た！

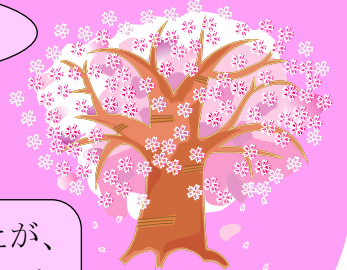


裏庭の桜の蕾が徐々に  
大きくなっています



2階中庭の春の兆し

朝、晩の寒暖差があり体調管理が難しい季節になってきましたが、それでも徐々に暖くなり草花は春を感じさせてくれています。老健周辺も春の兆しを見つけたので皆様に紹介します。



# 令和3年度介護報酬改定について

今年度は3年に一度の介護報酬改定の年です。今後の介護保険制度の安定と維持の為に必要と改定であり、取り組みについて項目をお知らせします。

- \*感染症や災害について日頃からの備えと業務継続に向けた取組の推進
- \*認知症への対応力向上に向けた取組の推進
- \*看取りへの対応の充実
- \*リハビリテーション・機能訓練、口腔、栄養の取組の連携・強化
- \*介護サービスの質の評価と科学的介護の取組の推進
- \*寝たきり防止等、重度化防止の取組の推進
- \*介護職員の処遇改善や職場環境の改善に向けた取組の推進 など



2010年には日本人口は1億2806万人を数えましたが、それをピークに減少へ転じており、2060年には全人口が8600万人程度まで減少する事が予想されています。しかし同時に、人口占める65歳～74歳、および75歳以上の高齢者の割合は全人口の37%程度になる事も予測されており、人材と財源の確保などが大きな課題となっています。

※今回の介護報酬改定に伴い、契約更新が必要となります。3月中旬頃、契約書等必要書類を送付させていただき予定としております。

支援相談員 廣居 克明

## ACP（人生会議）

～アドバンス・ケア・プランニングについて知っていますか？～



人は誰でもいつか生命の危機を迎えます。その時のことはだれも予測することはできません。万が一の時に備えて、その人が大切にしている事や望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人達と話し合い共有することが重要です。この様な事を厚生労働省ではアドバンス・ケア・プランニング（人生会議）といいます。これらの話し合いは、自分の意思が伝えられない状態になった時、その人の信頼する人（家族）が代わりに治療やケアについて難しい決断をする場合に重要な助けになります。今はコロナ渦で面会も制限されていますが、在宅に帰られた時などに機会があればお話ししてみてください。施設の職員も微力ではありますが、信頼される人の1人としてこのようなお話ができるよう、努力したいと思っております。

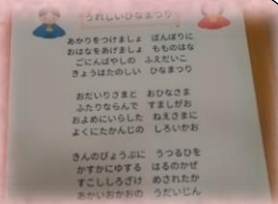
# 節分行事



昼食の巻き寿司

毎年恒例の節分行事はコロナ禍のため縮小し、2/2 (火) のレクリエーションの時間に行ないました。節分の由来や、今年の節分はなぜ2/2なのかお話をし、最後は鬼のお面を付けた職員を目掛けて豆を投げ、「鬼は外！福は内！」とジュースチャーで行ないました。僅かな時間でも季節を感じていただけるよう日常の会話やレクリエーションの時間を利用し、日々利用者様と関われるように努めていきます。昼食は青海苔とごまをまぶした『巻かないまき寿司』でした。

# 雛祭り行事



3/3 (水) レクリエーションの時間に雛祭りに関する話題に触れ、お雛さまの歌をうたいました。利用者様からは「懐かしいね」「昔、家に大きな雛飾りがあったわ」などの会話が聞かれました。昼食は梅の花の形の雛寿司、おやつにはお雛様饅頭と甘酒で「見てみて、かわいい！」と喜んでいただき、少しですが季節を味わっていただけたかなと思います。

# 職員異動のお知らせ

神戸中央病院→老健  
看護師 石本 千恵子  
まだまだ未熟者ですが頑張ります！  
皆様宜しくお祈りします。



老健→神戸中央病院 看護師 疋田美雪  
3月となりようやく寒さが緩んできました。コロナウイルスの影響でご家族様の顔を拝見する機会が減っておりますが、お元気で過ごされている事と思います。さて、私事ですが、4月より病院勤務に異動となりましたのでご報告させていただきます。老健で4年間勤務させていただき、多くの利用者様、ご家族様と関わることができ施設ならではの学びを得ることができました。4月から病院で勤務しますが、老健での経験を病院の看護に活かしていきたいと思っております。遠くに行くわけではないので、病院で見かけたときには声をかけてくださると嬉しいです。

## ★白身魚と豚肉の重ね蒸し(4人分)

### <材料>

たら … 160g (2切れ)  
淡口醤油 … 大さじ1  
調理酒 … 大さじ1  
豚ももミンチ … 140g  
玉葱 … 140g (中1個)  
サラダ油 … 小さじ1  
マヨネーズ … 大さじ1  
塩 … 少々  
ほうれん草 … 160g (1/2束)  
だし汁 … 100cc (1/2カップ)  
淡口醤油 … 小さじ1  
みりん … 小さじ1  
片栗粉 … 適量

### <作り方>

- ①たらは薄くスライスし、淡口醤油と酒に漬け込む。
- ②玉葱はみじん切りにし、フライパンにサラダ油を引き、炒めておく。
- ③マヨネーズ、ミンチ肉、②と塩を加えてよく捏ねる。
- ④ほうれん草は、2cm幅に切り、ボイルしておく。
- ⑤バットを水でぬらし、③④①の順に重ね、蒸し器で蒸す。
- ⑥人参を花形に抜き、ボイルしておく。
- ⑦鍋にだし汁、淡口醤油、みりんを入れてひと煮立ちさせ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑧⑤を切り分け、⑦をかけて⑥を飾る。

白身魚は、高たんぱくで低脂肪なものが多く、消化も良い事が特徴です。  
豚肉は、牛肉や鶏肉に比べ、疲労回復に効果のあるビタミンB1が豊富です。  
白身魚はたらだけではなく、銀ムツ、カレイ等とも相性がよく、ほうれん草を春菊に変えても美味しくできます。



## お知らせ

理美容 (散髪¥2000・顔剃り¥1500)

4月/1(木) 2(金) 5(月)  
6(火) 7(水)

5月/6(木) 7(金) 10(月)  
11(火) 12(水)

\*申し込み締切日：前月の25日まで

### 行事

入所/4月5月 季節に合わせた行事

ふれあい喫茶・売店は

コロナウイルス感染拡大防止の為、  
当面の間中止します



## 編集後記

桜の花が待ち遠しく感じる季節になってきました。卒業や入学、就職などで新生活を始められる方も多いのではないのでしょうか。

コロナウイルスの影響を受け、利用者様のマスク着用、面会制限等もありご不便をおかけしており、例年とは違う春になっていますが、気持ちだけでも上げていきたいものですね。

まだまだ朝、夕寒い日がありますが、体調管理、感染対策をしっかりと行い、新年度を迎える準備をしましょう。

(岸野)

