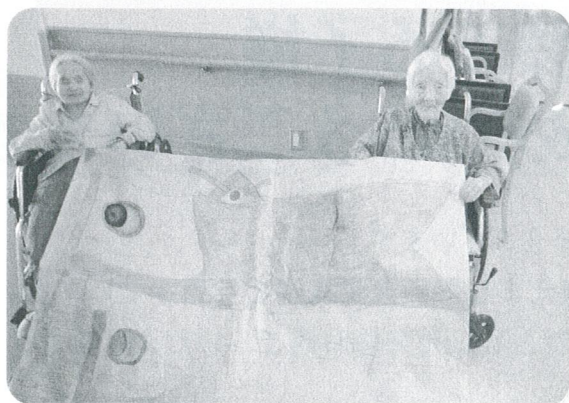
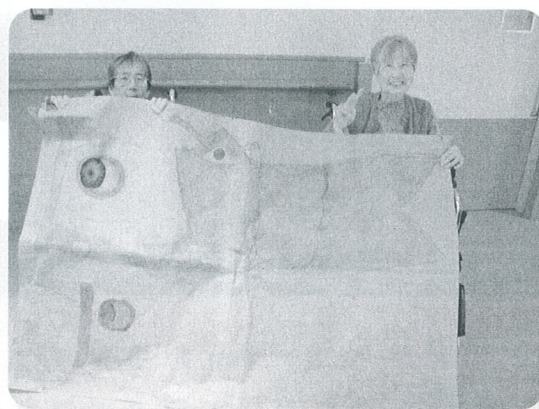


第116号 R4.7.15

# 悠々だより

社会福祉法人 万里の会  
特別養護老人ホーム悠々の里  
デイサービスセンター悠々の里  
悠々の里居宅介護支援事業所

愛知県愛西市小茂井町宮浦64番地1  
TEL: 0567-28-6618 FAX: 0567-28-7183  
ホームページ <http://www.yuuyuu.or.jp>



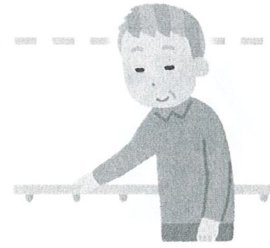
## 「悠々だより」第116号 一目次

鯉のぼり作成

- P1 ……表紙
- P2 ……機能訓練、伊藤てる子様祝100歳
- P3 ……外出行事
- P4 ……介護力向上委員会活動報告
- P5 ……新入居者紹介&新人職員紹介
- P6 ……デイサービスだより
- P7 ……令和3年度資金収支計算書
- P8 ……令和3年度事業活動計算書
- P9 ……令和3年度貸借対照表
- P10 ……冷房病について
- P11 ……暑い夏の定番、冷やし中華について知ろう
- P12 ……これからの予定、お誕生日おめでとう・編集後記



## 機能訓練



残存機能を活かしながら利用者様にあった訓練内容を、理学療法士にアドバイスをもらいながら、介護力向上委員会や介護士会議で話し合います。毎日行い、楽しみにしている利用者様もいらっしゃいます。



## 伊藤てる子様 祝100歳おめでとうございます

2月10日に、100歳となりました。おめでとうございます！

悠々の里では、2名の利用者様が100歳を迎えました。大変喜ばしく思っています。100歳でも自力で食事をされる方もみえます。これからも、元気にお過ごしいただけるように介助していきます。





# 5月外出行事

介護士 加藤 未来

5月18日にテイクアウト・ドライブを行いました。

コロナ禍の為、車から降りる事は出来ませんでした。車内から愛西市内・津島市内の景色を見た後、途中で保育園に寄りました。参加者は、子供達に手を振ると振り返ってくれ、その姿が可愛いく喜んでみえました。施設に戻りテイクアウトした食事を食べ「美味しい、美味しい」と笑顔がみられました。



# 6月外出行事

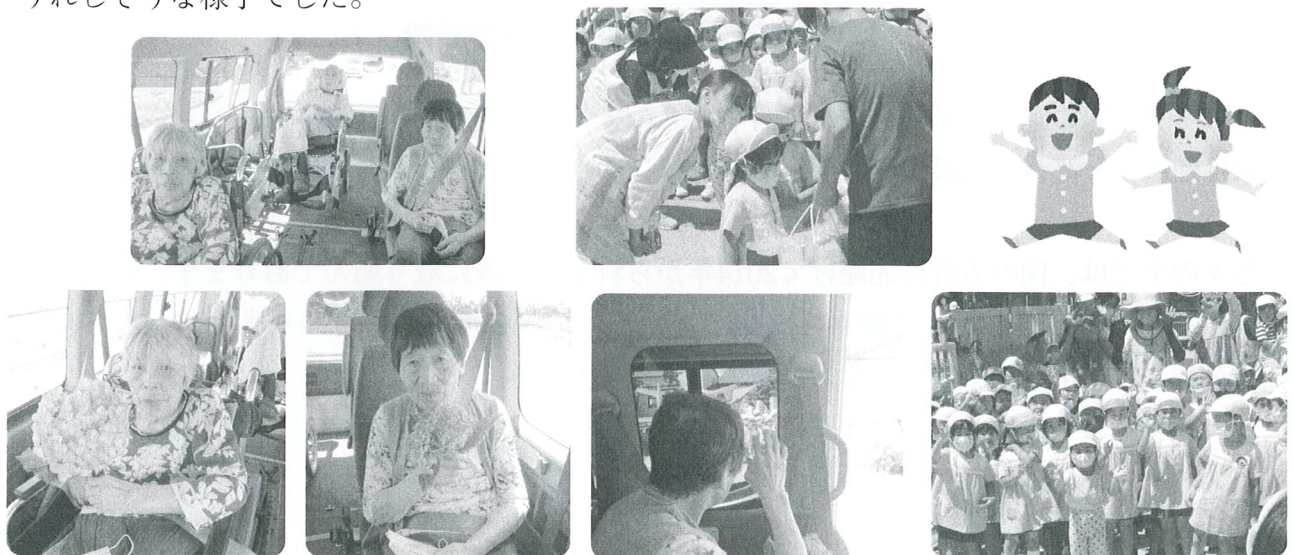


介護士 小林 秀幸

6月8日に旧立田地区から八開地区をドライブしました。

利用者様は景色を見て、「懐かしいね」「きれいだね」と、とても喜んでいました。途中で白百合保育園に行きましたがコロナ禍の為、車の中から園児さん達とお互いに手を振りながらコミュニケーションをとりました。

園児さんから「また来てね」と声をかけられ、「ありがとう」と答える利用者様はとてもうれしそうな様子でした。



# 介護力向上委員会活動報告

介護士 永田 貴彦

「科学的介護」という言葉を聞いたことがありますか？

科学的介護とは、要介護者の自立支援や重度化防止につながることなどが、数字データなどの客観的なエビデンス（根拠）によって認められた介護サービスを意味します。厚生労働省では「科学的に自立支援等の効果が裏付けられた介護サービス」とも説明しています。

医療分野においては1990年代以降、「エビデンスに基づく医療」が実施されており、介護業界にもその波が到来、科学的介護の基盤となる介護データベースの整備が進められてきました。

そのデータベースとなるのが、「VISIT」「CHASE」「LIFF」です。

**V I S I T**……2017年度から適用を開始。

通所・訪問リハビリの効果を科学的根拠に基づいて分析するためのデータベース

**C H A S E**……2020年度から適用を開始。

科学的介護の実施を目指して、利用者の状態やケア内容を集積するデータベース

**L I F F**……2021年から運用を開始。

「VISIT」・「CHASE」の一体的な運用に向けて名称を変更

## 利用者が適切な介護方法を選択できる期待

「CHASE」により科学的介護が提示されることで、利用者様がどういったケアやサービスを受けることが自身にとって必要なかを客観的に判断できるようになります。

それにより適切な介護方法を選択できるようになり、主体的な生き方につながっていきます。

## 科学的介護推進体制加算の新設

「L I F F」の運用開始と共に、「科学的介護推進体制加算」が新設されました。対象は通所サービス、施設、居住サービスとほぼすべてのサービスで適用されます。

悠々の里では、国の方針に先駆けて2014年から科学的介護に取り組んでおります。結果は様々ですが、多くの事例を通して数々の問題に直面し、経験を積み重ねております。今後も、この経験を活かし利用者様への適切な対応法の実践に取り組みます。

また加算については、2022年4月より皆様に負担いただいております。

## 新入居者紹介



**伊藤 甫 様**

美味しい物を食べて、楽しく過ごしたいです。



**服部 喜代子 様**

いつまでも歩けるように、元気に過ごしたいです。



**鈴置 幸二 様**

ご飯を沢山食べて元気になり、自分で食べられるようになりたいです。



## 新職員紹介



**唐澤 敦**  
デイサービス運転手

安全第一で皆様の送迎をさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。



**寄付**

常磐苑 様 金2万円  
理容さちこ 様 車椅子2台

寄付をいただきありがとうございました。  
施設で大切に使用させていただきます。



# デイサービスだより

— 7月号 —



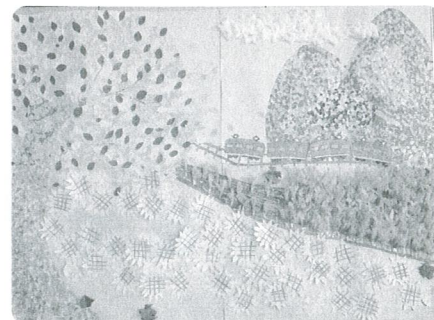
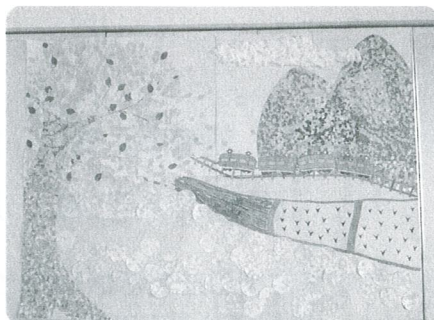
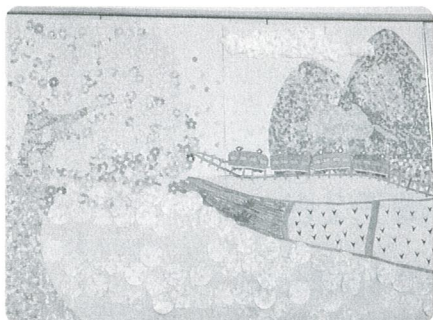
生活相談員 野田 直子

## 季節を感じて

コロナ禍ではありますが、4月（施設周辺の散策）・5月（天王川公園）と外出行事を実施しました。参加された利用者様に感想を聞くと「良かった」「また行きたい」という声が多くありました。自宅で閉じこもる日々が続き、身体機能・認知機能の低下が心配されています。デイサービスの利用を通じて四季を感じて頂き、様々な機能の活性化に繋がればと思います。



デイルーム内の展示についても四季を感じられる工夫をしています。部屋の中央を飾っている作品は、共同作品となります。介護度に合わせて作業内容を決定し、個々に合わせた作業を提供しています。今年度は、作品の変化を楽しむものとなっています。1つの絵が四季に合わせて2～3ヶ月ごとに変化をしていきます。時々、「どこか違う不是吗？」と職員が尋ねます。「どこだろう？」と利用者様は探します。探している時の表情やわかった時の笑顔は、職員にとって宝物です。これからも作品の変化に注目してください！



\*どこが違うのか、皆さんも考えてみてください！

## 第1号第1様式（第17条第4項関係）

## 法人単位資金収支計算書

(自) 令和3年4月1日 (至) 令和4年3月31日

(単位：円)

勘定科目		予算(A)	決算(B)	差異(A)-(B)	備考	
事業活動による収入	介護保険事業収入	319,200,000	303,353,702	15,846,298		
	借入金利息補助金収入		0	0		
	経常経費寄附金収入	40,000	40,000	0		
	受取利息配当金収入	7,000	1,336,592	-1,329,592		
	その他の収入	1,020,000	1,138,460	-118,460		
	流動資産評価益等による資金増加額		0	0		
	事業活動収入計(1)	320,267,000	305,868,754	14,398,246		
	人件費支出	237,010,000	223,137,528	13,872,472		
	事業費支出	54,538,000	53,860,426	677,574		
	事務費支出	16,722,000	13,607,420	3,114,580		
事業活動による支出	就労支援事業支出		0	0		
	授産事業支出		0	0		
	利用者負担軽減額	220,000	134,301	85,699		
	支払利息支出		0	0		
	その他の支出		0	0		
	流動資産評価損等による資金減少額	10,000	0	10,000		
	事業活動支出計(2)	308,500,000	290,739,675	17,760,325		
	事業活動資金収支差額(3) = (1) - (2)	11,767,000	15,129,079	-3,362,079		
施設整備等による収入	施設整備等補助金収入	1,500,000	1,500,000	0		
	施設整備等寄附金収入		0	0		
	設備資金借入金収入		0	0		
	固定資産売却収入		0	0		
	その他の施設整備等による収入		0	0		
	施設整備等収入計(4)	1,500,000	1,500,000	0		
	設備資金借入金元金償還支出		0	0		
	固定資産取得支出	10,353,000	10,352,100	900		
	固定資産除却・廃棄支出	1,000	0	1,000		
	ファイナンス・リース債務の返済支出		0	0		
施設整備等による支出	その他の施設整備等による支出		0	0		
	施設整備等支出計(5)	10,354,000	10,352,100	1,900		
	施設整備等資金収支差額(6) = (4) - (5)	-8,854,000	-8,852,100	-1,900		
	その他の活動による収入	長期運営資金借入金元金償還寄附金収入		0	0	
		長期運営資金借入金収入		0	0	
役員等長期借入金収入			0	0		
長期貸付金回収収入			0	0		
投資有価証券売却収入			0	0		
積立資産取崩収入			0	0		
その他の活動による収入		1,910,000	0	1,910,000		
その他の活動収入計(7)		1,910,000	0	1,910,000		
その他の活動による支出	長期運営資金借入金元金償還支出		0	0		
	役員等長期借入金元金償還支出		0	0		
	長期貸付金支出		0	0		
	投資有価証券取得支出		0	0		
	積立資産支出	13,800,000	16,264,955	-2,464,955		
	その他の活動による支出	1,910,000	0	1,910,000		
その他の活動支出計(8)	15,710,000	16,264,955	-554,955			
その他の活動資金収支差額(9) = (7) - (8)	-13,800,000	-16,264,955	2,464,955			
予備費支出(10)			0			
当期資金収支差額合計(11) = (3) + (6) + (9) - (10)	-10,887,000	-9,987,976	-899,024			
前期末支払資金残高(12)	10,982,000	109,010,560	-98,028,560			
当期末支払資金残高(11) + (12)	95,000	99,022,584	-98,927,584			

第2号第1様式（第23条第4項関係）

法人単位事業活動計算書

（自）令和3年4月1日 （至）令和4年3月31日

（単位：円）

勘定科目		当年度決算(A)	前年度決算(B)	増減(A)-(B)
サービス活動増減の部	収益			
	介護保険事業収益	303,353,702	306,427,092	-3,073,390
	経常経費寄附金収益	40,000	90,000	-50,000
	その他の収益	0	0	0
	サービス活動収益計(1)	303,393,702	306,517,092	-3,123,390
	費用			
	人件費	221,812,278	226,371,383	-4,559,105
	事業費	53,860,426	54,361,246	-500,820
	事務費	14,178,439	17,888,437	-3,709,998
	投産事業費用	0	0	0
利用者負担軽減額	134,301	138,686	-4,385	
減価償却費	25,122,920	22,737,174	2,385,746	
国庫補助金等特別積立金取崩額	-9,022,263	-8,878,838	-143,425	
徴収不能額	0	0	0	
徴収不能引当金繰入	0	0	0	
その他の費用	0	0	0	
サービス活動費用計(2)	306,086,101	312,618,088	-6,531,987	
サービス活動増減差額(3) = (1) - (2)	-2,692,399	-6,100,996	3,408,597	
サービス活動外増減の部	収益			
	借入金利息補助金収益	0	0	0
	受取利息配当金収益	11,342	13,636	-2,294
	有価証券評価益	0	0	0
	有価証券売却益	0	0	0
	投資有価証券評価益	0	0	0
	投資有価証券売却益	0	0	0
	基本財産評価益	0	0	0
	積立資産評価益	0	0	0
	その他のサービス活動外収益	1,138,460	12,170,412	-11,031,952
サービス活動外収益計(4)	1,149,802	12,184,048	-11,034,246	
費用				
支払利息	0	0	0	
有価証券評価損	0	0	0	
有価証券売却損	0	0	0	
投資有価証券評価損	0	0	0	
投資有価証券売却損	0	0	0	
基本財産評価損	0	0	0	
積立資産評価損	0	0	0	
その他のサービス活動外費用	0	0	0	
サービス活動外費用計(5)	0	0	0	
サービス活動外増減差額(6) = (4) - (5)	1,149,802	12,184,048	-11,034,246	
経常増減差額(7) = (3) + (6)	-1,542,597	6,083,052	-7,625,649	
特別増減の部	収益			
	施設整備等補助金収益	1,500,000	0	1,500,000
	施設整備等寄附金収益	0	0	0
	長期運営資金借入金元金償還寄附金収益	0	0	0
	固定資産受贈額	0	0	0
	固定資産売却益	0	0	0
	その他の特別収益	0	0	0
	特別収益計(8)	1,500,000	0	1,500,000
	費用			
	基本金組入額	0	0	0
資産評価損	0	0	0	
固定資産売却損・処分損	7	1,099,737	-1,099,730	
国庫補助金等特別積立金取崩額(除却等)	0	0	0	
国庫補助金等特別積立金積立額	1,500,000	1,343,000	157,000	
災害損失	0	0	0	
その他の特別損失	0	0	0	
特別費用計(9)	1,500,007	2,442,737	-942,730	
特別増減差額(10) = (8) - (9)	-7	-2,442,737	2,442,730	
当期活動増減差額(11) = (7) + (10)	-1,542,604	3,640,315	-5,182,919	
繰越活動増減差額の部	前期繰越活動増減差額(12)	75,430,604	85,812,923	-10,382,319
	当期末繰越活動増減差額(13) = (11) + (12)	73,888,000	89,453,238	-15,565,238
	基本金取崩額(14)	0	0	0
	その他の積立金取崩額(15)	54,584,280	0	54,584,280
	その他の積立金積立額(16)	16,264,955	14,022,634	2,242,321
次期繰越活動増減差額(17) = (13) + (14) + (15) - (16)	112,207,325	75,430,604	36,776,721	



## 第3号第1様式（第27条第4項関係）

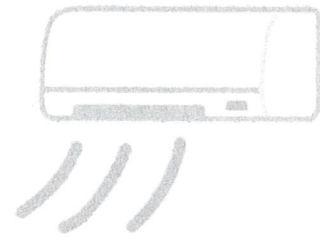
## 法人単位貸借対照表

令和4年3月31日現在

(単位：円)

	資産の部			負債の部			
	当年度末	前年度末	増減	当年度末	前年度末	増減	
流動資産	110,794,209	120,855,159	-10,060,950	流動負債	11,771,625	11,844,599	-72,974
現金預金	61,638,385	71,307,859	-9,669,474	短期運営資金借入金			0
有価証券			0	事業未払金	11,771,625	11,844,599	-72,974
事業未収金	49,155,824	49,547,300	-391,476	その他の未払金			0
未収金			0	支払手形			0
未収補助金			0	役員等短期借入金			0
未収収益			0	1年以内返済予定設備資金借入金			0
受取手形			0	1年以内返済予定長期運営資金借入金			0
貯蔵品			0	1年以内返済予定リース債務			0
医薬品			0	1年以内返済予定役員等長期借入金			0
診療・療養費等材料			0	1年以内支払予定長期未払金			0
給食用材料			0	未払費用			0
商品・製品			0	預り金			0
仕掛品			0	職員預り金			0
原材料			0	前受金			0
立替金			0	前受収益			0
前払金			0	仮受金			0
前払費用			0	賞与引当金			0
1年以内回収予定長期貸付金			0	その他の流動負債			0
短期貸付金			0				
仮払金			0				
その他の流動資産			0				
徴収不能引当金			0				
固定資産	655,629,856	654,223,147	1,406,709	固定負債	17,763,820	17,280,220	483,600
基本財産	173,647,499	185,224,657	-11,577,158	設備資金借入金			0
土地	124,000,000	124,000,000	0	長期運営資金借入金			0
建物	48,647,499	60,224,657	-11,577,158	リース債務			0
定期預金	1,000,000	1,000,000	0	役員等長期借入金			0
投資有価証券			0	退職給付引当金	17,763,820	17,280,220	483,600
その他の固定資産	481,982,357	468,998,490	12,983,867	役員退職慰労引当金			0
土地			0	長期未払金			0
建物			0	長期預り金			0
構築物			0	その他の固定負債			0
建物付属設備	62,789,584	68,892,981	-6,103,397	負債の部合計	29,535,445	29,124,819	410,626
機械及び装置			0	純資産の部			
車輦運搬具	168,559	168,559	0	基本金	187,369,500	187,369,500	0
器具及び備品	38,194,596	35,463,268	2,731,328	国庫補助金等特別積立金	78,220,191	85,742,454	-7,522,263
建設仮勘定			0	その他の積立金	359,091,604	397,410,929	-38,319,325
有形リース資産			0	次期繰越活動増減差額	112,207,325	75,430,604	36,776,721
権利	389,349	389,349	0	(うち当期活動増減差額)	-1,542,604	3,640,315	-5,182,919
ソフトウェア	178,400		178,400				
無形リース資産			0				
投資有価証券			0				
長期貸付金			0				
退職給付引当資産	17,763,820	17,280,220	483,600				
長期預り金積立資産			0				
その他の積立資産	359,091,604	342,826,649	16,264,955				
差入保証金			0				
長期前払費用	3,406,445	3,977,464	-571,019				
その他の固定資産			0				
徴収不能引当金			0	純資産の部合計	736,888,620	745,953,487	-9,064,867
資産の部合計	766,424,065	775,078,306	-8,654,241	負債及び純資産の部合計	766,424,065	775,078,306	-8,654,241

# 冷房病について



看護師 岩狭 正美



人間が急激な温度変化に対応できるのは5℃以内と言われています。猛暑の中、冷房の効いた室内と外を頻繁に出入りしたり、冷房を長時間身体に当てていたりすると、身体が冷えてしまい、毛細血管の収縮と全身の血行不良が起こります。これが体温調整機能に乱れを生じさせ、様々な症状を引き起こすのです。

冷房病の症状は、身体の冷え、だるさ、しびれ、むくみ、頭痛、肩こり、神経痛、下痢、便秘、腹痛、食欲不振などです。

## 冷房病の予防法

①冷房病対策は首・腹・足首を温めること。特に女性は肌を露出することが多く、身体を冷やしやすいく傾向にあります。冷房病の対策は、なんととっても体を冷やさないようにすることです。全身を温めるポイントは、「3つの首」を温めることが重要であるとよくいわれます。首・手首・足首には太い血管が通っているため、この3カ所を重点的に温めることで、効率的に全身を温かくキープすることができるのです。



②温かい飲み物を飲む。夏はつい冷たいものを飲みがちですが、エアコンで冷えた体に冷たい飲み物は厳禁です。温かい飲み物を意識的にとって、体を内側から温めましょう。カフェインをとりすぎると血管収縮作用で体を冷やすので、ホットコーヒーでも飲み過ぎは禁物です。お茶は発酵度によって体を温める作用が異なるため、発酵茶である紅茶やウーロン茶がおすすめです。しょうが湯なども体をポカポカにしてくれます

最後に「夏に体調を崩さないための5か条」を紹介します。



1. 規則的な生活をする。
2. 冷たいものの飲食はほどほどに
3. 適度な運動をする
4. ストレスをためない
5. しっかり睡眠時間をとる



★今回ご紹介してきた対策は負担にならない範囲で行ってください。



# 暑い夏の定番、 冷やし中華について知ろう

調理員 服部 一馬

段々と気温も上がり、暑い日が続きますね。そんな暑い夏に食べたくなくなるのが冷たい麺料理ではないでしょうか。

ざるそば、そうめん、ぶっかけうどん、冷製パスタ、など、様々な冷たい麺料理がありますが、やはり夏といえば冷やし中華ではないでしょうか。



## 1. そもそも冷やし中華とは？

冷やし中華は、中華麺を茹でた後、冷水で麺を冷やし、その上に様々な細切りにした具材を麺の上のせて冷たいかけ汁を掛けて食べる夏の麺料理です。

具材としては肉類（ハム、チャーシュー、蒸し鶏など）、錦糸卵、夏野菜（キュウリ、トマトなど）を麺の上に放射状に彩りよく配置します。地域、家庭などによってのせる具も異なるそうで、夏の旬の物ならなんでも登場しうるそうです。薬味も練りからし、わざび、紅ショウガ、マヨネーズなど多様です。

そしてかけ汁は大きく分けると醤油ベースと胡麻ベースの二種類がポピュラーで具材の上からたっぷりとかけてられています。

## 2. きれいな水に恵まれた日本ならではの料理

名前に「中華」と入っており、中国から渡ってきた中華料理と思われる方が多いですが、実は日本発祥の料理だそうです。

そもそも冷やし中華がこれだけ日本で浸透した理由は、日本の水の綺麗さが挙げられます。中国では綺麗な水が入手できる環境が少なかったため、水を使った調理法があまり好まれず、中国の涼拌麺は団扇で扇ぐ程度の覚まし方ですが、日本では綺麗な水が比較的何処でも手に入るため水で冷やして食すそうめんやざるそば等の麺料理が好まれてきました。そのため中華そばも他の麺と同じように水で冷やしてみようという発想に至ったと思われます。

## 3. その後の冷やし中華はどうやって広がったのか？

冷やし中華はその後市販で販売され、お茶の間にも急速に広がっていきました。1960年、冷やし中華元祖の店といわれている「龍亭」のある仙台の製麺会社「だい久製麺」が家庭用の冷やし中華を開発しました。液状のタレをつけるというお手軽さから急速に家庭の人気料理になっていきました。

## 4. 終わりに

この記事を通して夏に何気なく食べている冷やし中華のルーツについて分かりましたでしょうか。暑い夏に食べたくなくなる冷やし中華が日本発祥だったことは皆さん意外だったと思われます。ぜひみなさんもこの暑い夏にこの記事を思い出してもらいながら冷やし中華を食べてみてください。



# これからの予定

## 7月【文月】

- ・七夕会  
(実施済み)



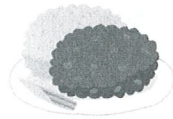
## 8月【葉月】

- ・盆供養  
17日(水)
- ・夏祭り  
21日(日)



## 9月【長月】

- ・敬老会  
14日(水)
- ・彼岸供養  
21日(水)



### 新型コロナウイルス感染症 対策について

日頃は当施設の運営に際しまして、何かとご理解とご支援を賜り誠に感謝いたします。

新型コロナウイルス感染予防のため、面会についても3密(密閉・密接・密集)を避ける為窓越しでの対応とさせていただきます。愛西市の人数も下がりきらない事もあり、慎重に対応させていただきますので、宜しくお願いいたします。

\*\*\*\*\*

### お誕生日おめでとうございます!

\*\*\*\*\*

#### 7月生まれの方

櫻井 邦子様	83歳
服部 三枝様	86歳
横江あき子様	95歳
古江みさを様	98歳

#### 8月生まれの方

吉田 米男様	71歳
伊藤あい子様	84歳
小島八重子様	95歳
長谷川光子様	92歳

#### 9月生まれの方

松本 重吉様	87歳
伊藤百合子様	89歳
澤田ちよこ様	93歳
宇佐見静子様	94歳
伊藤 甫様	95歳
原 ソノ様	96歳
河村志免を様	96歳
横井しき糸様	101歳

### 編集後記

今回は、「歯周病」についてお話しします。歯と歯茎の隙間(歯周ポケット)から侵入した細菌が歯肉に炎症を起こし、歯を支える骨を溶かしてグラグラにさせてしまう病気を歯周病と言います。歯周病になりやすい人は、喫煙する人、歯磨きが不十分な人、歯並びが悪い人です。

#### 《歯周病のセルフチェック》

- ①口臭を指摘された
- ②朝、起きたら口の中がネバネバした
- ③歯磨き後、歯ブラシの毛先に血が付着したり、すすいだ水に血が混じる
- ④歯肉が腫れ、押すと血や膿が出る
- ⑤歯肉が下がり、歯が長くなった
- ⑥歯間に物が詰まりやすい
- ⑦歯が浮いたような気がする

皆さんはいくつ当てはまりましたか? 3つ以上当てはまると要注意です。

歯周病は歯を失うだけでなく、心疾患や糖尿病などとの関連も指摘され、歯周病の予防が全身の病気予防につながるとも言われています。

歯周病予防の基本は歯磨きです。磨き残しなく、やさしく丁寧に歯を磨くことを心がけましょう。