

かすみケアグループの情報をお届け

Wa!

vol. 55

2025 Spring

巻頭言

「これからも学び続けます」……………2

かすみケアグループニュース

- 「第6回かすみケアグループ研究発表会」を開催
実践型防火防災避難訓練を実施しました……………3
- 20名の新たな仲間を迎えました……………4
- 医局ニューフェイス紹介
真寿園に特定技能職員4名が入職しました……………5

『地域交流の場 はびねす』～私たちの防災を考える～
『ミニかわごえ2025』に出展参加しました……………6

かすみケアグループ施設紹介

Hauskaa から地域を元気に!!……………7

健康のキホン

聞こえづらいをあきらめないで②

聞こえの仕組み……………8

認知症を理解する-シーズン2- 第9回

「老い」を考える(9)……………9

管理栄養士監修レシビ Kasumi Keittö

「カノムコロック」……………10

これからも 学び続けます



かすみケアグループ
医療法人真正会 霞ヶ関南病院 病院長

海津 啓之

全国的には豪雪や異常低温などが頻繁に起きた冬でしたが、当地域はさほど大きなトラブルはなく春となり、気温の上昇と花粉の飛散の中、かすみケアグループは皆さまと共に新たな年度を迎えました。

そして世の中の経済的、政治的事情や医療をめぐる環境が大きく変化する中ですが、地域の皆さまのご理解・ご協力と全職員の尽力で無事に一年を乗り越えることができたと思っております。

おかげさまで一昨年オープンした真寿園向かいの小規模多機能型居宅介護併設認知症対応型共同生活介護事業所「園 (SONO)」は住環境、医療環境について高い評価をいただいております。

また霞ヶ関南病院並びの「あいなクリニック」は通常の皮膚科診療に加え美容皮膚科を行い好評を得ております。併設の「かすみテラス」は地域のイベント、勉強会などに大いに活用していただいております。

今年度も患者さんには「安心・安全で質の高い医療」の提供を、職員には働きやすくやりがいのある環境づくりを目指し法人全体で責任を持って努力してまいります。そのために医療技術の向上やチームワークの強化を推し進めてまいりますので、引き続きご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後に、皆さまにとって健康で実り多き一年となりますよう心よりお祈り申し上げます。



「第6回かすみケアグループ研究発表会」を開催

日頃の研究や取り組みを発表することでスタッフの研鑽・情報共有、また次年度開催予定の学会に向けての発表演題を検討する目的として2019年より毎年行っています。今回は、3月15日に開催しました。43演題

の発表があり、自身の研究や取り組みを発表することで、改めて内容を整理し、理解を深め、質疑応答を通じて新たな視点や改善点に気づくことができた良い機会となりました。



実践型防火防災避難訓練を実施しました

防火防災対策委員会では、従来の防火防災訓練の実施方法を再考し、より日常に近い環境（病棟）で病棟スタッフ・患者参加型の「実践型避難訓練」を、6月・9月・12月・3月に実施しました。

発災内容や病棟によっても異なる避難経路や入院患

者さまの状態に合わせた避難誘導など、病棟環境で実施したことで新たな気づきも多く、このような機会を通して日頃から緊急時を想定しスタッフ間で共有しておく重要性を感じました。



病棟入院患者の安否確認（訓練）



負傷者発生（訓練）



負傷者の搬送（訓練）



20名の新たな仲間を迎えました

かすみケアグループでは今年度20名の新入職員を迎え、入職式の後、4月1日から9日までの7日間、新入職員研修が行われました。

理事長による「かすみケアグループのあゆみ・事業理念について」の講義から始まり、医療人・社会人として必要な基礎知識についての講義。病棟でのケア研修やKYT（危険予知トレーニング）など、より実践

的な研修も行われました。また、グループが運営する3法人の施設を回り、グループの方針や事業理念がそれぞれの現場でどのように実践されているのかを学びました。

明るく、期待に胸ふくらませる新入職員たちです。どうぞよろしくお願いいたします。



入職式の様子



入職式 新入職員代表挨拶



理事長講義



口腔ケア演習



食事介助演習



さまざまな食形態の試食



PPE(個人防護具)脱着演習

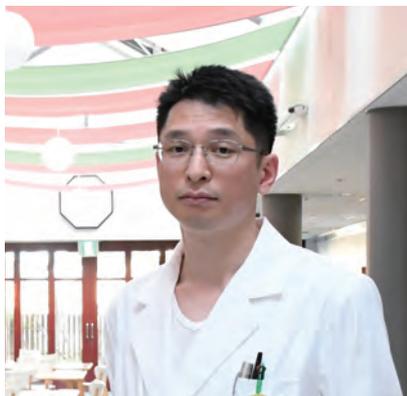


園 (SONO) 見学



ケアセンター小仙波見学

医局ニューフェイス紹介



医療法人真正会 霞ヶ関南病院 医師
担当科：リハビリテーション科

●所属学会：日本神経学会、日本内科学会

とうごう まさき
東郷 将希

皆さん、こんにちは。今年度よりやまぶき病棟の担当医となりました東郷と申します。

これまで一般内科医として診療に携わってまいりました。今回、回復期リハビリテーションという分野においていろいろ勉強させていただきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

真寿園に特定技能職員4名が入職しました

2025年1月31日、介護老人福祉施設真寿園では初めての特定技能職員（介護職員）4名を迎えました。言葉の壁に奮闘しながらも、日々の業務や入居者さんのケアに笑顔で一生懸命取り組んでいます。

優しく丁寧な対応は見習うことも多く、スタッフにとっても良い刺激となっています。滞在中に日本語検定や介護福祉士の国家試験に合格することを目指していますので、言語のサポートもそうですが、入居者さんのケアを通して介護の楽しさややりがいを伝えていけるよう施設全体でサポートしていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。



モーさん



バンブーさん



タンさん



テンモーさん

※タイでは本名とは別にニックネームを持つ文化があり、職場でも、プライベートでもニックネームで呼び合うことが一般的だそうです。

■『地域交流の場 はびねす』 ～私たちの防災を考える～

地域交流の場づくりとして、2025年3月2日（日）に真寿園あいな一番街（地域交流スペース）にて地域交流の場はびねす～私たちの防災を考える～を開催しました。

当日は防災士の方に来ていただき、被災地での実体験やそれをもとにした災害への備えについて分かりやすく学ぶことができました。その後、防

災に関する4つのブース（体力測定・非常食試食・防災グッズ・マイリュック）を体験していただきました。かすみ野地区を中心とした近隣住民の方にご参加いただき、防災意識を高める貴重な機会となりました。今後も地域と情報を共有し交流できる場を提供できればと考えています。



防災士による講話



非常食の試食



段ボールベッドの組み立て演習

■『ミニかわごえ2025』に出展参加しました

3月28日にウエスタ川越で開催された「ミニかわごえ2025*」に、実行委員会から「病院として出展してほしい」と要請を受け、社会貢献の一環として今年初めて参加しました。「霞ヶ関南病院」のブースには60名の子どもたちが来てくれて、医師・看護師・薬剤師のお仕事体験や、実際に車椅子を操作してもらいました。

一生懸命に取り組む子どもたちの姿を通して、未来の医療・福祉への希望を感じました。

※子どもの参加者350名強、川越市の企業出展・協賛66社



*「ミニかわごえ」とは

“こどもがつくるまち「ミニかわごえ」”は、子どもたちが遊びながら職業体験をしてまちのしくみを学べるイベントです。2010年から始まりコロナ禍の間、休止していましたが、今年久々の再開となりました。

主催：ミニかわごえ実行委員会、後援：川越市、川越市教育委員会、川越商工会議所、川越青年会議所



Hauskaa かすみ野

Hauskaa から地域を元気に!!

Hauskaa では2020年7月からモバイルマーケット(移動販売)を実施しています。

今回デザインを依頼し、車両にラッピングを施したのでとてもポップな車に仕上がりました!!
いかがですか?

Rikasの焼きたてパンやクッキーをはじめ、生活彩家の菓子や惣菜、日用品などさまざまな商品を載せて「地域を見守るマーケット」として皆さまのところに伺っています。

かすみ野・水久保など地元をゆっくりと移動しながら手が挙げたら車を止めて商品をお選びいただく。あるいは、近隣のデイサービスや高齢者施設などを回って、日ごろ自由に買い物に行くことができない方にも選ぶ楽しみを提供しています。

この車両を見かけたら「モバイルマーケット!」
ぜひお声掛けください♪



イベント案内 …… マルシェ・ライブ&GWの予定

4/29(木) 13:30~

LIVE IN HAUSKAA JAZZセッション **参加費無料**

5/3(土) ~ 6(日)

GWイベント

(マルシェ開催・キッチンカー出店・ピアノ演奏 等)

5/11(日) 13:30~

地域のうたごえイベント **参加費/¥500**

5/17(土) ~ 18(日) 10:00~

マルシェ開催

5/25(日) 13:30~

LIVE IN HAUSKAA ピアノリサイタル **参加費無料**



会 場：Hauskaa かすみ野 川越市かすみ野1-1-5
お問い合わせ先：一般社団法人Hauskaa TEL. 049-233-9265



健康のキホン



医療法人真正会
霞ヶ関南病院 耳鼻科医師
補聴器相談医
佐々木 祐佳子

聞こえづらいをあきらめないで② 聞こえの仕組み

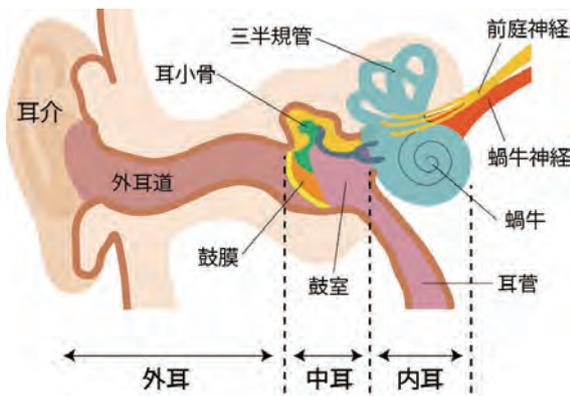
音や声は耳で聞いている？

確かに音波は耳から入ってきますが、最終的に、その音がどんな音が判断しているのは脳です。

人の聞こえには、大きく3つの段階があります

- 1：音波は耳の穴（外耳道）を通して鼓膜を振動させ、その振動は中耳にある3つの小さな骨を伝わって内耳へ届きます。
- 2：内耳はリンパ液に満たされた管で、さらにその管はカタツムリの貝のように渦巻き状になっていることから、蝸牛（かぎゅう）と呼ばれています。管の中には有毛細胞という細胞が規則正しく並んでいます。音波は内耳に到達すると、音の周波数に応じた細胞の毛が振動して電気信号に変換され、蝸牛神経（聞こえの神経）へ伝わります。
- 3：電気信号は最終的に脳へ伝達されます。脳は周りの状況や記憶など、いろいろな情報を総動員して音を認知しています。

この音の伝わる経路のどこかで問題が生じると、聞こえにくい状態になります。



外耳道が耳垢でふさがっている、中耳炎になっているなど、外耳・中耳のトラブルによって音がうまく届かない状態を、「伝音性（でんおんせい）難聴」といいます。内耳より先に問題が起きて聴こえにくくなる難聴を「感音性（かんおんせい）難聴」と呼びます。「伝音性難聴」と「感音性難聴」を合併している方もおられ、「混合性（こんごうせい）難聴」といいます。

音が正常に伝わらなくなると、脳に届く情報が変質します。脳は、あれ？なんか違うぞと無意識に判断して頑張っていますが、それが耳鳴りの悪化につながってしまう場合があります。耳鳴りがうるさくて聞こえないのではなく、聞こえないから耳鳴りが悪化することがあるのです。

また、脳の機能の問題で、音は聞こえているけれども言葉を聞きとるのが困難な状態となっている、「聞き取り困難症（Listening difficulties：LiD）」という障害もあります。

耳鼻咽喉科では、何が原因で聞こえが悪くなったのかを調べます。伝音性難聴の場合は、治療で聞こえを改善できることもあります。感音性難聴では状況により補聴器の装用をすすめますが、補聴器でも補助しきれないほどの重度難聴の場合、現在では「人工内耳」という選択肢もあります。

聞こえに問題を感じたら、霞ヶ関南病院外来までお気軽にご相談ください。「きこえの相談外来（月曜午後 予約制）」にてご相談をお受けいたします。

社会福祉法人真正会 コミュニティケア部
 作業療法士／介護支援専門員／認知症ケア専門士／心理カウンセラー（初級）

中間 浩一

「老い」を考える 9

～「老い」の「備え」を考える～



本誌2022年夏号(vol.47)から、「シモーヌ・ド・ボーヴォワール：老い(1970)」「天野正子：老いへのまなざし(1999)」「吉本隆明：老いの超え方(2009)」「佐野眞一：大往生の島(1997)」の4冊の書籍から「老い」について学んできました。

「老い」の出版から50年以上経った今、日本人の平均寿命は大きく延び、「人生100年時代」…「100歳まで生きる人生に備えましょう」と言われる時代になりました。

「自分たちの子どもには迷惑をかけたくない」「子どもたちの世話にはなりたくない」「他人に迷惑をかけたくない」と考える高齢者が、まず考えて自身で行うことは、「自分自身が要介護状態にならないこと」「元気であること」。川越市でも「いもっこ体操」などを行っている住民主体の「自主グループ」やサロン、さまざまな教室など、いわゆる介護予防に関する事業が展開されています。高齢者自身の意識や自治体の取り組みなどの結果、平均寿命が延びました。

国のデータを確認してみると、平均寿命は2001

年～2022年の21年間に男性(グラフ1)は78.07歳から81.05歳へと2.98歳、女性(グラフ2)は84.93歳から87.09歳へと2.16歳がそれぞれ延びています。

健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されない期間」のことをいいます。平均寿命と健康寿命の差は「日常生活に何らかの支援が必要な期間」…健康ではない期間で、この期間は、男性が8.48年、女性が11.64年になります(2022年)。

また、寿命の最頻値(各年齢の死亡者数で最も数の多い年齢)は、男性88歳、女性93歳です(男女共同参画局、2021年)。

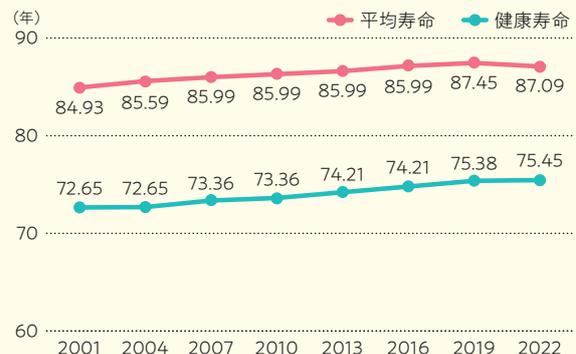
これらの数字は、子どもや他人の世話にならずに自分自身が元気でいて、要介護状態にならないために「介護予防」を実践し、長生きしたとしても、加齢や病気などで、最後の8～12年は何らかの支援が必要になることを意味しています。俗にいう、「ピンピンコロリ」で逝けるのは少ないようです。

人は必ず老い、身体も認知機能も衰えてきます。この現実に対して、どのような「備え」が必要なのでしょう。

●グラフ1 男性



●グラフ2 女性



出典：厚生労働省公開資料「健康寿命の令和4年値について」

元気においしく！
管理栄養士
監修レシピ



**Kasumi
Keittiö**

カスミ・ケイティオ

かすみケアグループの
管理栄養士がおススメする、
この季節にぴったりの
ヘルスケアレシピを
ご紹介します。

Keittiöは「台所」を意味する
フィンランド語

ココナッツ香るタイのスイーツ

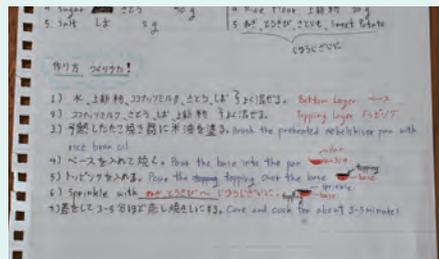
Khanom Krok(カノムクロック)



ベース層とトッピング層の2種類の生地を使用するのがポイント



タコ焼き器を使って焼き上げた半球状のカノムクロック2つを合わせて食べます



タイからの特定技能職員がレシピを日本語と英語で書いて教えてくれました

●材料(おおよそ3~4人分)

A ベース層生地

- 水……250mL
- 上新粉……100g
- ココナッツミルク……25g
- 砂糖……35g
- 塩……1g

B トッピング層生地

- ココナッツミルク……125g
- 砂糖……8g
- 塩……1g
- 上新粉……10g

その他：こめ油、ねぎ、コーン、
サツマイモ、ハムなど適量

- ① Aの材料をボウルに加えよく混ぜる。
- ② Bの材料を別のボウルに加えよく混ぜる。
- ③ 余熱したたこ焼き器にこめ油を塗っておく。
- ④ ③に1で混ぜたAをくぼみの3/4くらい注ぎ入れ、たこ焼き器を持ち上げ左右に傾けくぼみになじませる。
- ⑤ ④の上に②で混ぜたBを加える。
- ⑥ お好みでねぎ、コーン、サツマイモなどを散らす。
- ⑦ 蓋をして3~5分程度蒸し焼きにする。蓋がないときは、アルミホイルで覆う。

※日本では一般的に「カノムクロック」と呼ばれています。



社会福祉法人真正会 管理栄養士

瀬戸 美知子

今回は、本誌5ページで紹介している、社会福祉法人真正会に入職した特定技能職員の4名に、タイで食べられているお菓子を教えてもらいました。ココナッツミルク風味のスイーツですが、トッピング層の甘くクリーミーな生地とねぎが意外にあります！ ハムを加えてもおいしくいただけます。ココナッツミルクは、タイ料理などでよく使われますが、日本でも植物性ミルクとして拡がりつつあり、健康効果が注目されています。ほかの植物性ミルクよりも脂質が多いので、お料理にココやまろやかさと特有の風味を加えてくれます。使いきれないときは、冷凍保管がおすすめです。

※植物性ミルク：植物(穀物・種子・果実など)を原材料とした飲料をさします。

外来担当医のご案内

2025年4月1日より

霞ヶ関南病院

● 受付時間… [午前] 8:30～11:00
[午後] 13:30～16:30

● 診察開始時間… [午前] 9:00
[午後] 14:00

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	担当医	伊藤 薫	海津 啓之 永原 昂太	徳永 貴久 (第1、3、5週) 井上 和之 (第2、4週) 伊藤 雅美	伊藤 薫	埼玉医大総合 医療センター
	午後	長川 史	伊藤 薫	永原 昂太	埼玉医大国際 医療センター (第1、3、5週) 井上 和之 (第2、4週)	伊藤 薫	
脳神経外科	午前			海津 啓之			
	午後		海津 啓之		埼玉医大国際医療センター		
糖尿病内科	午前		(伊藤 薫)	松本 博	(井上 和之) (第2、4週)	(伊藤 薫)	松本 博 (第2、4週)
	午後		(伊藤 薫)	松本 博	(井上 和之) (第2、4週)	(伊藤 薫)	松本 博 (第2週)
眼科	午前				橋本 加奈 (診察開始9:30～)	木下 望	
	午後					木下 望	
整形外科 (予約制)	午前	渡邊 芳子		渡邊 芳子		渡邊 芳子	
	午後				渡邊 芳子 (隔週)		
検査 (予約制)	午前			腹部エコー	胃カメラ	視野検査	
	午後	心エコー			頸動脈エコー		
もの忘れ外来 (予約制)	午前	長島 一公				長島 一公	
	午後			長島 一公		長島 一公	
リハビリ テーション科	担当	伊藤 雅美	原 元彦	海津 啓之 伊藤 雅美	伊藤 雅美	大林 茂 (第1、2週) 伊藤 雅美 (第3、4週)	
きこえの相談外来 (予約制)	午後	佐々木 祐佳子					
歯科 (完全予約制)	担当		廣井 美紀	佐伯 真弓	中山 京英		

その他検査について レントゲン、MRI検査、CT検査、心電図、骨密度検査：随時

※予約優先となります。 ※各科、休診の場合がございます。
※川越市特定健康診査、個別がん検診、個人健診(予約制)
※インフルエンザ、肺炎球菌、風疹ワクチン対応しています。

外来直通電話 ☎049-239-7272

※詳しくは外来受付までお問い合わせください。

● 休診の情報はホームページ からご覧いただけます。

https://kasumi-gr.com/kasumi_south/outpatient/day_off/

こちらのQRコードからも
ご覧いただけます



あいなクリニック

● 受付時間… [午前] 9:00～11:30
[午後] 14:00～16:30

● 診察開始時間… [午前] 9:00
[午後] 14:00

		月	火	水	木	金	土
皮膚科 小児皮膚科	午前	太田 房代	佐藤 綾子	太田 房代	佐藤 綾子	佐藤 綾子 佐藤詩穂里	太田 房代
	午後	太田 房代	佐藤 綾子	太田 房代	太田 房代	太田 房代	

※予約なしでも当日受付で受診できます。
※帯状疱疹ワクチン対応しています。
※再診(前回と同じ症状で受診希望)の場合はお電話にて予約できます。
※美容皮膚科については金曜日午前の佐藤詩穂里外来で行っています。
施術は要予約になります。

電話番号 ☎049-231-1131

※詳しくは受付までお問い合わせください。

● 休診の場合がございます。ホームページなどでご確認ください。

かすみケアグループのご案内



社会福祉法人 真正会

- **介護老人福祉施設 真寿園** 〒350-1173 川越市安比奈新田292-1 TEL.049-234-8838
 - 短期入所生活介護真寿園……TEL.049-233-3661
 - デイサービスセンター真……TEL.049-239-3581
 - 小規模多機能型居宅介護事業所園 (SONO) ……TEL.049-236-3300
 - 居宅介護支援事業所真寿園……TEL.049-234-4140
 - デイサービスセンター寿……TEL.049-277-7315
 - グループホーム園 (SONO) ……TEL.049-272-7935
- **ケアセンターよしの** 〒350-0844 川越市大字鴨田3355-1
 - デイサービスセンターよしの……TEL.049-223-3288
 - 居宅介護支援事業所よしの……TEL.049-225-1166
 - ホームヘルプサービスよしの……TEL.049-226-2163
 - 川越市地域包括支援センターひがし分室……TEL.049-298-7807
- **ケアセンター小仙波** 〒350-0031 川越市大字小仙波947-1
 - デイサービスセンター小仙波……TEL.049-227-5050
 - 居宅介護支援事業所小仙波……TEL.049-227-5151
- **グループホームアダースあいな** 〒350-1173 川越市安比奈新田278-2 TEL.049-237-2770
- **川越市地域包括支援センター中央ひがし** 〒350-0034 川越市仙波町3-16-13 ウエルズ21川越 B02 TEL.049-227-7878
- **川越市地域包括支援センターひがし** 〒350-0024 川越市並木新町2-5 桜ビル2階 TEL.049-235-7731



医療法人 真正会

- **霞ヶ関南病院** 〒350-1173 川越市安比奈新田283-1 TEL.049-232-1313 (代表) TEL.049-239-7272 (外来専用)
入院 (医療療養病棟、障害者施設等一般病棟、回復期リハビリテーション病棟)、外来
 - 通所リハビリ・デイホスピタル……TEL.049-232-1400
 - 健康増進施設SKIPトレーニングセンター……TEL.049-232-1313
- **霞ヶ関在宅リハビリテーションセンター** 〒350-1173 川越市安比奈新田259-2 TEL.049-231-5121 (代表)
 - 通所リハビリ デイリビング……TEL.049-231-5123
 - 霞ヶ関中央クリニック 訪問医療、訪問リハビリ……TEL.049-239-3353
 - 訪問看護ステーション・スマイル……TEL.049-233-2525
 - 訪問介護 コール、定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業所 コール……TEL.049-233-8341
 - 居宅介護支援事業所しんしあ……TEL.049-239-3560
- **ケアラウンジ南大塚** 〒350-1165 川越市南台2-11-4 南台ハイツ1F TEL.049-238-1188
- **川越市地域包括支援センターかすみ** 〒350-1174 川越市かすみ野1-1-5 Hauskaaかすみ野 1F TEL.049-234-8181
- **川越市地域包括支援センターだいとう** 〒350-1165 川越市南台2-11-4 南台ハイツ1F TEL.049-249-7766
- **あいなクリニック** 〒350-1175 川越市笠幡5053-2 TEL.049-231-1131



一般社団法人 Hauskaa

- **Hauskaa かすみ野** 〒350-1174 川越市かすみ野1-1-5 TEL.049-233-9265 (代表) TEL.049-239-3933 (賃貸住宅運営)
(介護予防) 福祉用具貸与/特定(介護予防) 福祉用具販売/住宅改修事業所/賃貸住宅運営/
Rikas カフェ、焼きたてパン、北欧雑貨、駄菓子

Web & SNS は こちら!

社会福祉法人
真正会

www.shinjukai.or.jp

検索 社福真正会



医療法人
真正会

www.kasumi-gr.com

検索 医療真正会



一般社団法人
Hauskaa

hauskaa.jp

検索 ハウスカ



Web



Facebook



Instagram

今号の表紙写真は……



今号の表紙写真は、当グループの施設「真寿園」(左写真)内にあるデイサービス「真」の外観と花壇です。春号の表紙は桜メインとした写真が続きましたので、今年は施設の春の一場面を切り取った写真にしてみました(桜も少し見えます)。花の彩りと開けられた窓が写る写真からは、春の陽射しと空気の暖かさが伝わってきて、幸せな気持ちになります。「真寿園」では、四季それぞれの景観により、利用者の皆さまにやすらぎを感じていただける環境づくりを心掛けています。

Wa!とは?

手に手をとる“輪”、みんなの“和”、喜びの“わぁ!”を、表現しています。かすみケアグループは、「Wa!」を通じて地域の皆さまに、保健・医療・福祉に関するお役立ち情報をお届けいたします。

かすみケアグループの情報をお届け

Wa! [ワ!] vol.55 2025 Spring
発行：かすみケアグループ