

NEXT
55



みんなの力で、みんなの幸せを
SAWARABI

さわらび

1 表紙 しだれ桜でお花見～福祉村保育園～

2 医学講話 臨床倫理の世界へ 深慮と対話の実践

日本専門医機構認定皮膚科専門医／日本医師会認定産業医／
日本医師会認定健康スポーツ医／日本スポーツ協会公認スポーツドクター／
日本パラスポーツ協会公認障がい者スポーツ医／臨床倫理認定士

齊藤 友紀子

6 特集 2025年度さわらびグループ入社式

2025
vol.624

4



医学講話

日本専門医機構認定皮膚科専門医／日本医師会認定産業医／
日本医師会認定健康スポーツ医／日本スポーツ協会公認スポーツドクター／
日本パラスポーツ協会公認障がい者スポーツ医／臨床倫理認定士

齊藤 友紀子



アトピー性皮膚炎について アトピー性皮膚炎診療ガイドライン2024より

アトピー性皮膚炎は、増悪と軽快を繰り返す痒痒のある湿疹を主病変とする疾患であり、患者さんの多くは「アトピー素因」を持ちます。ここでいう「アトピー素因」とは、①家族歴 既往歴(気管支喘息、アレルギー性鼻炎、結膜炎、アトピー性皮膚炎のうちいずれか、あるいは複数の疾患)、または②IgE抗体を産生しやすい素因、となります。②は血液検査でのIgE値の測定が参考になります。

病態生理

アトピー性皮膚炎は遺伝的素因も含んだ多病因性の疾患であり、アトピー素因(体質)とバリア機能の脆弱性等に起因します。皮膚を含む臓器の過敏を背景に、様々な病因が複合的に関わる事がアトピー性皮膚炎の病態形成に関与します。

- ①皮膚の過敏
- 1)角層の異常 角層のバリア機能障害

は、表皮でのサイトカイン産生を増強しランゲルハンス細胞を活性化させることが知られ、抗原感作や炎症を生じやすくします。また、非特異的な刺激に対する皮膚の被刺激性を亢進させます。

2)表皮の異常 表皮細胞間には隙間のないようにタイトジャンクションと呼ばれる細胞間接着構造があり、この表皮もまた重要な皮膚のバリア機能を果たしています。

②皮膚の炎症(図1)

過敏な皮膚に様々な外的刺激が加わると、表皮角化細胞からinterleukin(IL)-33、IL-25、TSLPが産生・放出され、2型自然リンパ球やTh2細胞を活性化して2型炎症を誘導し、IL-4、IL-5、IL-13、IL-31が産生されます。皮膚バリア機能の低下は抗原(アレルゲン)の皮膚への侵入しやすさにもつながります。

2型炎症はアレルゲン特異的なIgEの誘導につながります。ランゲルハンス細胞、マスト細胞はアレルゲン特異的IgEを介してサイトカイン、化学伝達物質(ヒスタミンなど)を放出し炎症を惹起します。さらにそのような炎症下において、病変皮膚ではIL-23Cが産生され、Th2細胞の病変部への浸潤が促されます。Th22細胞は活性化した樹状細胞によって皮膚に遊走するとIL-22を産生し、表皮肥厚を誘導します。

③痒痒

アトピー性皮膚炎の慢性的痒みは、病態を形成する主要な症状の一つであり、患者さんの生活の質を大きく損ないます。痒みに対する搔破は皮膚バリアを障害し、炎症を助長します。

アトピー性皮膚炎の炎症に関わるヒスタミンなどの化学伝達物質、サイトカイン/ケモカインは末梢で痒みを誘発します。ヒスタミンは主に組織に常在するマスト細胞から放出され、アトピー性

皮膚炎病変部の組織中には高濃度のヒスタミンが存在します。TSLPとIL-33は皮膚の乾燥、搔破、または化学的刺激に晒された表皮から放出されるサイトカインで、2型炎症の引き金となるほか、感覚ニューロンへ直接作用して痒み誘発に関与します。IL-31は感覚ニューロンを直接刺激することで急性の痒みを引き起こす物質として同定され、痒みの免疫-神経相関に関する代表的なサイトカインです。IL-31は皮膚の神経過敏現象も促進します。アトピー性皮膚炎病変部皮膚におけるIL-31の発現は増加しており、IL-31の血清レベルは疾患活動性と相関します。

IL-31をはじめとする起痒物質は急性の痒みを誘発し、IL-4やIL-13は他の起痒物質(ヒスタミン、IL-31、TSLPなど)に対する感覚ニューロンの感受性を増強することで慢性の痒みに関与します。

アトピー性皮膚炎の痒みの誘発には中枢神経も関わりと考えられています。痒みを想起するような視覚的/聴覚的刺激によって搔きたい衝動に駆られる痒みは、皮膚を介さず中枢神経で誘発されており、アトピー性皮膚炎患者はこの反応が強く顕著となります。

発症因子・悪化因子

職場や日常生活環境での抗原や刺激物への曝露、ライフスタイルや温度や湿度などの環境因子、皮膚の生理機能の変調は、皮膚炎の維持および増悪に関

わります。アトピー性皮膚炎の痒みの誘発・悪化因子として温熱、発汗、ウィール繊維、精神的ストレス、食物、飲酒、感冒などが特に重要とされます。

重症度評価

重症度の正しい評価は、適切な治療選択に必須です。医師による評価と患者自身による評価があります。ADCTスコアは、アトピー性皮膚炎のコントロール状態を患者自身が自己評価する簡便な指標です(図2)。患者さんが自分で評価してそれを医師に見せることによって、患者さんの生活の質(QOL)を把握した適切な治療へとつなげることができます。

さらに診断や重症度の参考となるバイオマーカーとして、血清IgE値、末梢血好酸球数、血清LDH値、血清TARC値、血清SCCA値などがあります。

治療

アトピー性皮膚炎の治療においては、治療の目標(ゴール)を医師と患者さんが共有することが大切であり、薬物療法やスキンケアを具体的に説明し適正治療ができるようにします。アトピー性皮膚炎の治療で大切なことは、現存する皮膚の炎症と痒みを速やかに抑える寛解導入であり、そのために抗炎症外用薬であるステロイド外用薬、タクロリムス軟膏、デルゴシチニブ軟膏、シクアミラスト軟膏などを用います。寛解に導入できた場合には、寛解を維持するこ

とが重要となります。抗炎症外用薬を使用しない日も保湿外用薬によるスキンケアを継続します。皮膚の重症度に適したランクの抗炎症外用薬を十分な量外用することが重要です。

適切に外用療法を行っても寛解に導入できない中等症以上の難治状態に対しては、外用療法に加え

てシクロスポリン内服、生物学的製剤(デュピルマブ、ネモリズマブ、トラロキヌマブ)の皮下注、ヤヌスキナーゼ(JAK)阻害内服薬(バリスチニブ、ウパダシチニブ、アプロシチニブ)の内服、紫外線療法、心身医学的療法などの併用を検討します。

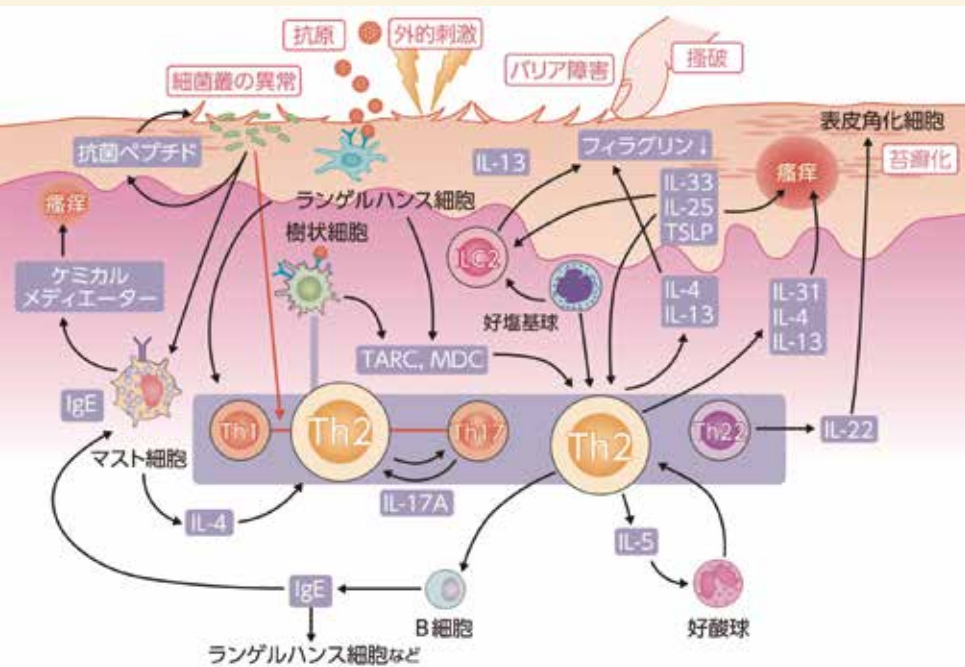


図1 皮膚の炎症メカニズム

病因性の疾患であり、疾患そのものを確実に完治させる治療法はありません。したがって、薬物療法は対症療法を行うことが原則となります。また、病変部では、皮膚の炎症による表皮バリア機能のさらなる低下や被刺激性の亢進、搔破行為の刺激などによって湿疹

がますます悪化する悪循環が生じうるため、薬物療法で炎症を制御することはアトピー性皮膚炎の悪化因子を減らすことにもなります。

あなたのアトピー性皮膚炎の状態に関する以下の質問について右の5つの選択肢から回答を1つ選び、ツメを折ってください

1	この1週間、アトピー性皮膚炎の症状(例えば、かゆみ、乾燥肌、発疹)はどの程度でしたか。	なし	軽い	中くらい	ひどい	かなりひどい
2	この1週間、アトピー性皮膚炎のために激しいかゆみが起こったことは何日ありましたか。	全くなかった	1-2日	3-4日	5-6日	毎日
3	この1週間、アトピー性皮膚炎にどの程度悩まされましたか。	全くなかった	少し	ある程度	とても	極めて
4	この1週間、アトピー性皮膚炎のためになかなか寝付けなかったり、途中で目が覚めたりすることが何回ありましたか。	全くなかった	1-2回	3-4回	5-6回	毎晩
5	この1週間、アトピー性皮膚炎がどの程度日常の活動に影響しましたか。	全くなかった	少し	ある程度	とても	極めて
6	この1週間、アトピー性皮膚炎がどの程度気分や感情に影響しましたか。	全くなかった	少し	ある程度	とても	極めて

図2 ADCT (Atopic Dermatitis Control Tool) スコア:サノフィ株式会社/リジェネロン・ジャパン株式会社のコミュニケーションカード

ロコモ・フレイル・サルコペニアって？

先回の私の担当稿では所属しているロコモフレイルセンターについてご紹介させていただきました。本稿では前半の「ロコモ」についても少し詳しくお話させていただきます。ロコモ＝ロコモティブシンドロームの略なのですが、「Locomotiveは移動する(locomotion)の形容詞型とsyndrome(症候群)を組み合わせて造られた呼称で日本整形外科学会が2007年に提唱した概念になります(日本発の概念であり、厳密には和製英語です)。高齢化が進む中で、運動器障害による移動機能が低下した

状態は要介護要因の最たる原因です。運動器とはまさに整形外科の扱う臓器としての骨、関節、筋肉、筋膜、腱に加え脊髄や神経が連携し、身体を動かす仕組みが含まれます。歳を重ねる中でそれらの臓器のケアの重要性を訴えた形になります。

現在、概念ではありませんが、gradi1(3)まで規定されており、基準が定められています。現在、日本整形外科学会がロコモティブシンドローム予防啓発サイト(<https://locomo-joa.jp/about>)を開設しており、簡単な自己スクリーニングからgradingまでが出来る仕組みになっています。また、それに留まらず、予防のための栄養知識やトレーニング法(ロコトレ)も紹介されています。それらを簡単に視て行きたいと思います。

まずは7つのロコチェック
(<https://www.ncgg.go.jp/ri/advice/11>)への



7つの質問票に1つでもチェックが入れば要注意です。



次はロコモ度テストになります。

ロコモ度テストは3種類、①立ち上がりテスト: 40cmの高さから手を使わずに立ち上がれるかが基準になります。両足で立ち上がれなければ、即ロコモ度3の判定となります。立ち上がれば片足でやってみてください。これが困難であればロコモ度1となります。②2ステップテストは大股2歩の歩幅を図り、それを身長で割った値で評価します。1.3未満であればロコモ度1です。1.1未満でならロコモ度2、0.9未満ならロコモ度

3となります。③3つめはロコモ25と言う体の痛み(4項目)と24項目におよぶ1カ月間の日常生活状態をそれぞれ5段階で回答して合計点で判定します。

いずれも詳細は予防啓発サイト(<https://locomo-joa.jp/about>)でガイドムービーなどの説明もあり、自己測定が可能です。ロコモティブシンドロームの概念とそのgrading基準は日本独自のモノですが、逆にそれだけ高齢者の運動機能の重要性を認識し、その評価、介入をしっかりおこなっている世界に先駆けた先進的な取り組みであると思っています。



我々国立長寿医療研究センターのロコモフレイルセンターでは2日間かけた総合的評価診療体制を敷いています。運動機能に不安のある方は福祉村病院での赤津の外来でご相談いただき受診を検討されてはいかがでしょうか？

リハビリテーション部症例発表会

部内全体研修

4月	リハビリテーション部 2024 年度方針説明
5月	SIDE から分かる転倒リスク
6月	2024 年度介護報酬改定説明
7月	褥瘡 / 栄養研修
8月	2024 年度診療報酬改定説明
9月	身体拘束廃止研修
10月	医療安全研修 (シミュレーション)
11月	感染対策研修 (シミュレーション)
12月	1 年目職員症例発表
1月	
2月	
3月	療法士別研修会

新入職員向け研修

①部内マニュアル説明
②病院でのリハビリテーション業務
③コンプライアンス / ハラスメントについて
④接遇対応
⑤カルテの見方、書き方、カンファレンスについて
⑥リハビリ実施時の必要書類の取り扱い方法
⑦感染対策研修
⑧医療安全研修
⑨基本動作における介助方法
⑩リハビリ関連職種の業務
⑪公認心理師 / 音楽療法士の業務
⑫褥瘡・栄養研修
⑬身体拘束廃止研修
⑭補装具等について
⑮認知症初期集中支援チームの業務
⑯介護医療院でのリハビリ業務
⑰訪問リハビリでの業務
⑱ジュゲム (老人保健施設) の役割
⑲認知症とリハビリ



福祉村病院のリハビリテーション部では、毎月部内全体研修を行っております。12～2月には今年度入職された3名の職員が順に症例発表を行いました。

普段の全体研修ではリハビリ部全員が集まり実施しますが、感染症の流行から、病院と介護医療院の担当者で分けて症例発表を行いました。

症例発表は自身が担当している患者様の病気の事、体の状態や認知症の状態から、どんなことを目標に、どんなリハビリを行い、どのような効果があったか、今後はどう発展させていくかなどをまとめ発表します。

発表することで経験豊富な先輩方からたくさんのアドバイスをもらい、より視野が広がり、より深く患者様を理解できる機会となりました。(発表者:森川)

リハビリ部では全体研修の他に新入職員向けの研修も行っており、これは4～5月にかけて実施しました。リハビリを行う上で、病気に関する知識やリハビリの技術だけでなく、様々な制度の事や医療安全や感染症対策の事も学ぶ必要があります。

これからも、よりの質の高いリハビリをご提供できるように日々精進していきます。

(川村)

特集

2025年度さわらびグループ入社式

3月21日に2025年度の入社式が執り行われました。合わせて、永年勤続表彰も行われました。



▲入社式

理事長 山本 孝之

入社式プログラム

- 一．開会の辞
さわらび会の歌「おはよう仲間」斉唱
- 二．辞令授与
- 三．歓迎の言葉
- 四．新入職員誓いの言葉
- 五．永年勤続表彰
- 六．理事・施設長紹介
- 七．閉会の辞

～記念撮影～



永年勤続表彰者

医療法人

氏名	所属
40年	
高瀬 清美	ジュゲム
35年	
堀江 由美	福祉村病院介護医療院
山本 淑子	福祉村病院
30年	
鈴木 君江	福祉村病院介護医療院
園田 尚子	福祉村病院
谷 さゆり	医師
山本 めぐみ	万葉商事
25年	
伊莉 弘之	医師
兼坂 岳志	福祉村病院
砂原 直樹	万葉商事
鈴木 まゆみ	福祉村病院介護医療院
長谷川美佐子	福祉村病院
兵藤 静香	福祉村病院
20年	
石黒 那月	福祉村病院
五明 晃代	福祉村病院介護医療院
竹内 佐枝子	福祉村保育園
田澤 民江	福祉村病院介護医療院
田島 京子	福祉村病院
坪倉 美加	福祉村病院
奈倉 琴美	福祉村病院
成田 恵子	福祉村病院介護医療院
花井 文代	福祉村病院
平尾 美保	福祉村病院
深田 紀子	福祉村病院介護医療院
横部 正樹	ジュゲム
渡邊 優樹	ジュゲム
15年	
11名	
10年	
12名	
7年	
13名	

5年

36名

3年

36名

社会福祉法人

氏名	所属
20年	
小林 志	若菜荘 調理員
白井有喜子	G H フジ 管理者
鈴木 啓嗣	常盤 介護士
萩原 幹樹	第二さわらび荘 介護士
真鍋 綾子	あかね荘 生活支援員
10年	
朝倉美佐緒	すみれ 生活支援員
伊藤 杉人	第二さわらび荘 介護士
井上 恭子	第二さわらび荘 生活相談員
大出八重子	あかね荘 看護師
グエン ティ チャミ	第二さわらび荘 介護士
鈴木久美子	第二さわらび荘 介護士
鈴木 智之	あかね荘 生活支援員
高橋 充代	カサデヴェルデ ケアマネジャー
デフィタ スタンティ	第二さわらび荘 介護士
橋本 泰代	さわらび荘 介護士
日和田規子	常盤 生活相談員
宮下 賢也	しろがね 理学療法士
山岡 宗希	天伯 調理員



新入職員紹介

2025年度に入職した新人職員19名をご紹介します。



▲中列、後列が新人職員

医療法人さわらび会 7名

	氏名	採用職種
1	たかはし りゅうへい 高橋 琉平	作業療法士
2	なかにし ゆな 中西 悠奈	放射線技師
3	はらだ こう 原田 剛	厨房業務員
4	ビスマ マウラナ BISUMA MAULANA	介護士
5	サブコタ キラン SAPKOTA KIRAN	介護士
6	アマラシンハ パヴィスラ ハンシニ AMARASINGHE PAVITHRA HANSINI	介護士
7	アマラシンハゲ デシャニ NAVODANI WICKRAMASINGHA	介護士

社会福祉法人さわらび会 12名

	氏名	採用職種
1	よねもと かの 米本 栞乃	介護士
2	テルイ ナカシマ ジェシカ ハルミ TERUI NAKASHIMA JESSICA HARUMI	介護士
3	すずき はるな 鈴木 晴南	介護士
4	あおき あいみ 青木 愛実	介護士
5	サルマン サトリヤワン SALMAN SATRIYAWAN	介護士
6	タバ アニル THAPA ANIL	介護士
7	チャウラガイ ラディカ CHAULAGAIN RADHIKA	介護士
8	フェルドス ジャキア FERDOUS JAKIA	介護士
9	ブジュエル ロサン BHUJEL ROSHAN	介護士
10	ラワル ヒマル RAWAL HIMAL	介護士
11	ソダリ プラカシュ SODARI PRAKASH	介護士
12	カドカ サンギタ KHADKA SANGITA	介護士



入社式終了後、新規採用職員研修を3月21日・24～25日・28日の4日間に実施いたしました。2024年度の中途採用職員も研修を受けています。また、3月26日～27日、3月31日～4月4日、4月7日～8日の9日間は介護技術研修も実施し、介護の基礎技術習得支援も行います。

新人職員研修

3月21日

1	挨拶（山本孝之理事長）
2	さわらび会の歴史と概要・職員としての心構え（山本ゆかり専務理事）
3	さわらび会の基本理念（山本左近 CEO・DEO）
4	感染症について（小橋修院長）
5	社会人としての基本的ルールとビジネスマナー（山本副院長）
6	業務遂行上の規則について（松澤事務長・土井事務局局長）

3月24日

7	認知症について（伊莉弘之副院長）
8	障害者福祉について①（明日香施設長）
9	障害者福祉について②（障害福祉部長）
10	ハラスメント研修（さわらび会顧問 烏野猛氏）
11	高齢者福祉について（高齢福祉部副部長）
12	組織活動の理解（高齢福祉部長）

3月25日

13	福祉村外施設見学
14	福祉村内施設見学

3月28日

15	消火器の使い方について（研修委員）
16	虐待、身体拘束防止研修、コンプライアンス研修（さわらび学園 村川真一氏）
17	人との関わり研修（さわらび学園 村川真一氏）

介護技術研修

3/26	マナー関係（さわらびスタイルの理解）
3/27	認知症の対応
3/31	AM 利用者支援（コミュニケーションの重要性の理解）
	PM 福祉車両の操作方法
4/1	PM 車椅子の操作方法
	AM 移乗介助
4/2	PM 衣類の着脱
	AM 入浴介助
4/3	PM 排泄介助（トイレ誘導・おむつ介助）
	AM シーツ交換
4/4	PM 認知症サポーター養成講座
	AM 食事介助
4/7	PM 口腔ケア
	AM 感染症・緊急対応
4/8	PM 障害の理解
	AM リフター使用



満足度調査の結果を受けて

～地域密着型サービス事業所 常盤～

社会福祉法人さわらび会では、2024年12月にご家族を対象とした「満足度調査」を実施しました。

その中で「新しい行事として行って欲しいことはありますか?」の質問に対し常盤では「家族で楽しめるイベント」のご意見が数件あったため、2月24日に「デザートデコレーション」ご家族と一緒に開催しました。

当日は、特養のご家族10組15名、グループホームのご家族10組17名の方が参加してくださり、メインのデザートにホイップクリームやフルーツなどを思い思いにデコレーションしていただきました。ご家族からは「楽しかった!」との声をいただき、今後このような行事を企画し、利用者様にもご家族にも喜んでいただける施設を目指したいと思います。(藤原)

高齢者の居場所「さくらの会」

～福祉村地域包括支援センター～

さくらの会は野依台二丁目の集会所で月一度程、団地の高齢者が集まって健康体操や手芸教室、茶話会など行う居場所です。

さくらの会に限った話ではありませんが、昨今の豊橋市内にある居場所や老人会などは運営する方が高齢になり、後継者がおらず統廃合が進んでおります。

包括支援センターでもこういった居場所が継続できるように出前講座の実施や方法を一緒に考えていきたいと思えます。(村井)



ひな人形を飾りました

～特別養護老人ホーム 第3さわらび荘～

この時期になると毎年、ひな人形と市松人形を1階ふれあいホールに飾っています。今年も2月17日から3月4日までふれあいホールをにぎやかにしてくれました。この人形たちは、以前入所されていた利用者様のご家族からいただいたものです。

今年は飾っていた期間が感染症の流行による面会禁止時期に重なってしまいました。来年以降は面会の際に多くの利用者様やご家族に見てもらえればと思っています。(塩見)



わかなの日

～軽費老人ホーム 若菜荘～

若菜荘では月に1度、「わかなの日」としてオリジナルメニューを提供しています。

嗜好調査の結果を参考にし、普段食べられないものを調理して提供します。不足しがちな栄養を考慮して副菜を組み合わせ、バランスの良い食事になるよう心掛けています。

3月の「わかなの日」では夕食時に五平餅を提供しました。入居者様からも「美味しい」との声をいただき、久々の五平餅を楽しまれている様子が見られました。(鎮浪)



行事報告

介護医療院

1月29日介護医療院4階で認知症プロジェクト「節分まめまき」を行いました。入所者様の部屋を鬼が練り歩きお手玉を豆に見立てて投げてくださいました。「鬼はー外！」と大きな声をだしながら豆まきする姿がたくさんみられました。



(西潟)

さわらびグループ各施設

日本ブレンネ音楽協会では、音楽セッションの運営、参加のために検定を実施しています。



さわらび会で

は、2名の職員が2級インストラクター試験に合格し資格を取得し、演奏会を行っています。

(白井)

福祉村障害福祉サービス事業所しらがね

障害福祉サービスマス事業所すみれ

2月3日、しらがねすみれで節分祭りを行いました。無病息災を願って鬼の面に向かって豆を撒きました。鬼の顔を怖がり近づきたがらない利用者様もいましたが、みんなに励まされ「鬼は外！福は内！」の掛け声とともに元氣よく豆を撒きました。豆撒きのあとはクレープ生地クリーム、イチゴ、ミカン、パウンドケーキを載せてクルッと巻き、甘い恵方巻を作りみんなでいただきました。



2月12日、しらがねすみれではバレンタインおやつ作りを行いました。

ワッフルにマーブルチョコ、アポロ、チョコペンなどを使って飾りつけをしたり、イチゴやバナナをチョコレートフォンデュにしてお皿に盛りつけました。イチゴが好きだからちよっと大盛りなど、楽しそうに盛り付ける様子が見られ、あつという間に完食されていました。(宮下)



軽費老人ホーム若菜荘

若菜荘では2月12日に田原まつり会館への外出を行いました。

計11名の入居者様が参加され田原の祭りの歴史を楽しみました。(鎮浪)



障害者支援施設あかね荘

2月10日、「お楽しみ会」を開催し、「扇子おとし」と「福笑い」を行いました。皆さん楽しい時間を過ごすことができました。(庵原)



障害者支援施設珠藻荘

2月26日に障害福祉部会の交流イベント「ガージェネコンサート」をすみれ事業所で開催しました。障害の事業所・施設の利用者様27名が参加され、昭和や平成に流行した音楽を楽しみました。(岩水)



日々彼是

谷さゆり

ビバー豊橋！ ビバーグランプリスラム！

今年2月21日から24日にかけて豊橋競輪場で開催された読売新聞社杯全日本選抜競輪決勝で競輪史上初グランプリスラムの偉業が脇本雄太選手により達成されました。おめでとうございます。また脇本選手と共に豊橋競輪の名が競輪の歴史に刻まれた瞬間でした。決勝当日はバックストレートや第三コーナリーのバンク侵入から最終コーナーまで向かい風の強風が吹き荒れる、まるで重い空気が何層にも折り重なった縦帳のようなコンディションでした。私は最終コーナーから最後の直線に入る辺りのコース脇で観戦しましたが誰が勝ってもおかしくないとても素晴らしいレースでした。

「グランプリスラム」とは、2023年に競輪の表彰規定に盛り込まれたGI全大会を制覇し、グランプリでも優勝した選手を表彰する規定です。具体的には、各都道府県で最も成績を残している競輪選手を中心に選抜される**読売新聞社杯全日本選抜競輪**（略称 選抜競輪）、賞金獲得額により選抜され、優勝した選手には内閣総理大臣杯などの表彰と最高賞金額で最高

の格式を誇る**日本選手権競輪**（通称 競輪ダービー）、東日本地区と西日本地区に分け各地区ごとの予選を行い戦う**東西対抗戦の高松宮記念杯競輪**（通称 宮杯）、競輪ファンがS級S班やS級1班の選手の中から出場させたい選手を9名ほど選び事前に投票、その得票数を重視して選抜される**オールスター競輪、寛仁親王牌・世界選手権記念トーナメント**（通称 親王牌）は1990年日本で開催された世界選手権自転車競技大会の名誉総裁だった寛仁親王に由来し自転車競技で活躍している競輪選手を中心に選抜されます。選抜基準の中には世界選手権自転車競技大会トラック競技出場者やの級選手で過去オリンピック自転車競技トラック種目メダリスト、アジア自転車競技選手権大会でケイリンまたはスプリントの優勝者など競輪だけでなく自転車競技も含まれています。各競輪場の記念競走の決勝で好成績を残した選手が選抜される**朝日新聞社杯競輪祭**（通称 競輪祭）以上のGIの6レース全てを制し、さらに12月30日に開催される**KEIRINグランプリ**に優勝した選手に与えられます。KEIRINグランプリはその年のGIで優勝した選手および獲得賞金額上位のS級9選手による1レースのみで開催されシリーズ最終日の最終レースに行われるため**グランプリファイナル**とも呼ばれています。また**KEIRINグランプリ**に出場した9選手は競輪選手の最高峰S級S班に所属し翌年の**KEIRINグランプリ**直前まで適応されます。

Vol. 124
relay column

さわらび会のわ

若菜荘 介護士
山下 真由美



緑豊かな福祉

村にある若菜荘は、
代々の利用者様に手入れされてきた庭の花々を楽しむことができます。

春はチューリップやネモフィラ、矢車草、キンセンカ、様々な花がこぞとばかりに咲き誇ります。藤棚の花の下でおしゃべりにも花が咲きます。

アガパンサスのブルーや様々なあじさいたちが梅雨の鬱陶しさを吹き飛ばしてくれます。ドクダミの小さい白い花が広がり、新緑の木々の葉も瑞々しく輝きます。

夏空にひまわりが元気よく伸び、セミの合唱の中、ユリやシラン、グラジオラスがさわやかな風を運びます。

秋の気配を感じるころ、赤白の彼岸花が律儀に唇を知らせてくれます。コスモスや皇帝ダリア、アメジストセージが秋風に揺れ、虫の首が良眠を誘います。

寒風の中、真っ赤なサザンカに心温まります。福寿草や水仙が力強く現れ、黄色のマンサクやサンシュユ、梅の枝のウグイスに春の足音を感じます。

さあ、桜の出番です。ひと時の桜花爛漫を目に焼き付けます。そして

「来年も一緒に楽しみましょう！」

私のふんやま

ヘリアン ハンデイ ハンドヨ

出身 ● インドネシアスマトラ島ブンクル
 学歴 ● SEKOLAN TINGGI ILMU KESEHATAN
 SAPTABAKTI BENGKULU
 資格 ● 介護福祉士



▼前回の続き

バイタットケーキは、ブンクル市の伝統的で人気のあるお菓子の一つです。このお菓子は、甘さと塩気が調和した味わいの特徴で、小麦粉、ココナッツ、卵、黒糖などの材料が使われています。



バイタットの特徴は、外側が少しサクサクしていて、内側が柔らかくてもちもちとした食感です。色は黄金色で、小さな丸い形や少し平たい形で提供されることが多いです。通常、ブンクルでの特別なイベントやお土産として人気のお菓子です。

バイタットは、適度な甘さと、ココナッツの塩気が絶妙に合わさり、その独特な風味で多くの人々に愛されています。ブンクルに行った際には、このお菓子を味わうことが、非常に本格的な食文化体験となります。

Lempuk durianは、インドネシアの伝統的な料理で、ドリアンの果肉、砂糖、時には少量の塩で作られています。この甘い料理は、特にブンクル地方で非常に人気があります。ブンクルでは、Lempuk durianは多くの人に愛されているだけでなく、旅

インドネシア スマトラ周辺の主要都市



行者へのお土産としても人気です。その独特な味と弾力のある食感、印象的な贈り物となり、その地域の食文化の遺産を反映しています。

実際、ブンクル市には他にもたくさん魅力的なことがあります。ブンクル市に訪れてみてください。きっと楽しんでいただけるでしょう。ありがとうございました。



131回 さわらびキッチン 第131回 栄養士のつぶやき

ジゲム 管理栄養士 山本 佳代子

ただのご御飯に若竹汁を添えた筍づくし献立は春を感じさせるメニューですね。4月に旬を迎えるだけのこは一日に数十センチも成長できるため、栄養豊富な食べ物です。

豊富な食物繊維は、便秘の予防・改善はもちろん、大腸がんの予防やコレステロールの吸収を抑え、体外に排出してくれるという効果があります。またカリウムは体内の余計なナトリウムを排出し、血圧を下げる働きがあります。さらに旨味成分であるグルタミン酸や、疲労回復に効果のあるアスパラギン酸を含み、脳や神経を活性化させ、集中力を高めてくれるチロシンも含まれています。

ただし、害となる成分も含まれており、エグミ成分であるシュウ酸は胃腸に負担をかけたりに悪影響を及ぼします。また、コリンやノイリンといった成分は吹き出物やアレルギーに似た症状を引き起こすことがありますので食べ過ぎには注意する必要があります。

季節感を感じる程度に食べるのがおススメです。



さわらび会後援会寄附ご芳名

令和7年2月6日～令和7年3月5日

	10,000 円
	10,000 円
	10,000 円
	10,000 円
	10,000 円
	1,000 円

たくさんのご寄付ありがとうございました。

計 **51,000円**

現在までにご寄附いただきました金額は

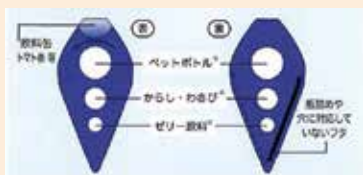
902,066,696円

●福祉用具紹介のコーナー

「フリーオープナー」

ペットボトルのキャップだけでなく、からしチューブやゼリー飲料のキャップ、直径57mmまでのフタなど様々なキャップやフタが簡単に開けられる万能オープナーです。

(たまも荘障害者生活支援センター 鳥居)



定価:650円(税抜)

問い合わせ先

福祉サービス株式会社 ☎(0532)66-1011

脱衣所の改修を行いました ～特別養護老人ホームさわらび荘～

脱衣所に手すり付きの棚を設置しました。壁にしっかり固定したことで体重をかけて立ち上がることができます。

これからも利用者様の自立を支援するため、常に環境の見直しを行っていきたいと思います。(鳥居)



明日香米販売 ～障害福祉サービス事業所 明日香～



手間暇かけて大切に育てたお米「あいちのかおり」です。自然農法で栽培し手作業で選別をしています。安心して食べていただけます。

価格:1kg 1,080円

問い合わせ先 障害福祉サービス事業所 明日香

TEL:0532-46-6579

E-mail:asuka@sawarabi.or.jp

実習生受け入れ ～障害者支援施設 珠藻荘～

中部福祉保育医療専門学校より2名2月10日～2月28日まで15日間受け入れいたしました。(岩水)

障害福祉サービス事業所 明日香 就労継続支援B型事業所 小麦の奴隷だより



今まで活用していなかった小麦の奴隷店舗空きスペースにて、利用者様の絵画や書道を展示することとなりました。

今後、さわらび会各施設の利用者様の作品も展示していく予定です。

パンの購入に合わせてこちらもぜひご覧ください。



◀小麦の奴隷
Instagramは
こちらから

dorei_toyohashi

2月19日、20日の2日間、豊橋市西幸町にあります、エデックリンセイシステム共済会様より、小麦の奴隷のパンの大型注文をいただきました。今回は共済組合様のイベントの一環として実施され、106名の社員様にパンをお渡ししました。エデック様へは毎月1回、明日香の利用者様と職員で販売をさせていただいております。

引き続き、企業様との関りを継続し、パンの売り上げを伸ばし、利用者様の工賃アップにつなげていけるよう、頑張ってくださいと思います。

(安田)

- 福祉村病院
☎ (0532) 46-7511
- 福祉村老人保健施設 ジュゲム
☎ (0532) 46-7501
- 特別養護老人ホーム さわらび荘
☎ (0532) 54-3501
法人本部 豊橋市浪ノ上町7-2
- グループホーム 白珠
☎ (0532) 66-0082
- 地域密着型サービス事業所 常盤
☎ (0532) 62-3370
- 特別養護老人ホーム 第二さわらび荘
ケアハウス カサ デ ローザ
☎ (0532) 37-1209
- 特別養護老人ホーム カサ プランカ
☎ (0532) 69-1701
- 地域密着型サービス事業所 カサ デヴェルテ
☎ (0532) 23-5552
- 特別養護老人ホーム 天白
☎ (0532) 48-1113
- グループホーム フジ
☎ (0532) 54-5477
- 軽費老人ホーム 若菜荘
☎ (0532) 48-1138
- 障害者支援施設 珠藻荘
☎ (0532) 47-1050
- 障害者支援施設 あかね荘
☎ (0532) 48-2825
- 障害福祉サービス事業所 明日香
☎ (0532) 46-6579
- 福祉村障害福祉サービス事業所 しろがね
☎ (0532) 48-1032
- あかね荘 障害者生活支援センター
☎ (0532) 38-9090
- サービス付き高齢者向け住宅 シャトーローズ八町
☎ (0532) 52-0005
- 介護付き有料老人ホーム フェリス福祉村
☎ (0532) 47-2202
- 障害福祉サービス事業所 すみれ
☎ (0532) 38-5077
- 共同生活援助事業所 すみれホーム
☎ (0532) 29-8180



医療法人・社会福祉法人
さわらび会
理事長 山本孝之

編集後記

機関誌さわらびは毎月1日発行ですが原稿の締め切りや校正などは前月に行っています。どんな記事を投稿するのはそれがいつ行われたかにもよりますが今月号の日々彼は今年2月24日に関するもので本来なら3月号に掲載したかったのですが印刷の間に合わない日程で一か月遅れとなりました。また寒波の影響で桜の開花が遅れ、桜まつりのイベント自体がなくなり参加を予定していたさわらび会の施設からのさわらび誌掲載予定だった施設報告ができず急遽別の記事に差し替えとなりました。雪が舞った切ギリギリの日程で記事を完成させました。雪が舞ったかと思えば一部の地方では夏日となるなど、今年のお天気には身体が慣れず体調を崩している方も多いかと思えます。3月下旬飛騨古川へ行った時は日陰には大量の雪が積み上げられ冷たい雪解け水が流れる中、地元豊橋の春先の装いで街歩きをしましたが全く寒さを感じることなく過ごせました。

(谷)