



高井の里だより

医療法人財団慈強会 介護老人保健施設高井の里
〒791-1111 松山市高井町 1203 番地
TEL : 089-975-7761 FAX : 089-976-5779
<http://www.jikyokai.or.jp/facility/takai/>

お遍路さんチャレンジ



1年間、参加者6名で

シールもたくさん
たまりました

450km432m 達成

おめでとうございます!

2026 年 2 月からも新しいチャレンジがスタートします。ぜひ一緒に楽しみましょう。

行事&クラブ予定

- | | |
|-------|-----------|
| 2月 6日 | 節分行事 (3F) |
| 2月10日 | 習字クラブ |
| 2月26日 | 運動会 (2F) |

※感染対策を行いながら実施しています。

皆さん、こんにちは！

デイケアでは、2025年の取り組みとして「お遍路さんチャレンジ」を1年間実施しました。リハビリスタッフの声掛けをきっかけに、6人の利用者様が参加してくださいました。施設内を移動した距離を1人1人が丁寧に記録して、毎日コツコツと積み重ねていきました。「今日はここまで」「次はもう少し」と、それぞれのペースを大切にしながら前向きに取り組まれる姿がとても印象的でした。このチャレンジを通して、継続することの大切さと、その力の大きさを、私たち職員も改めて感じることができました。

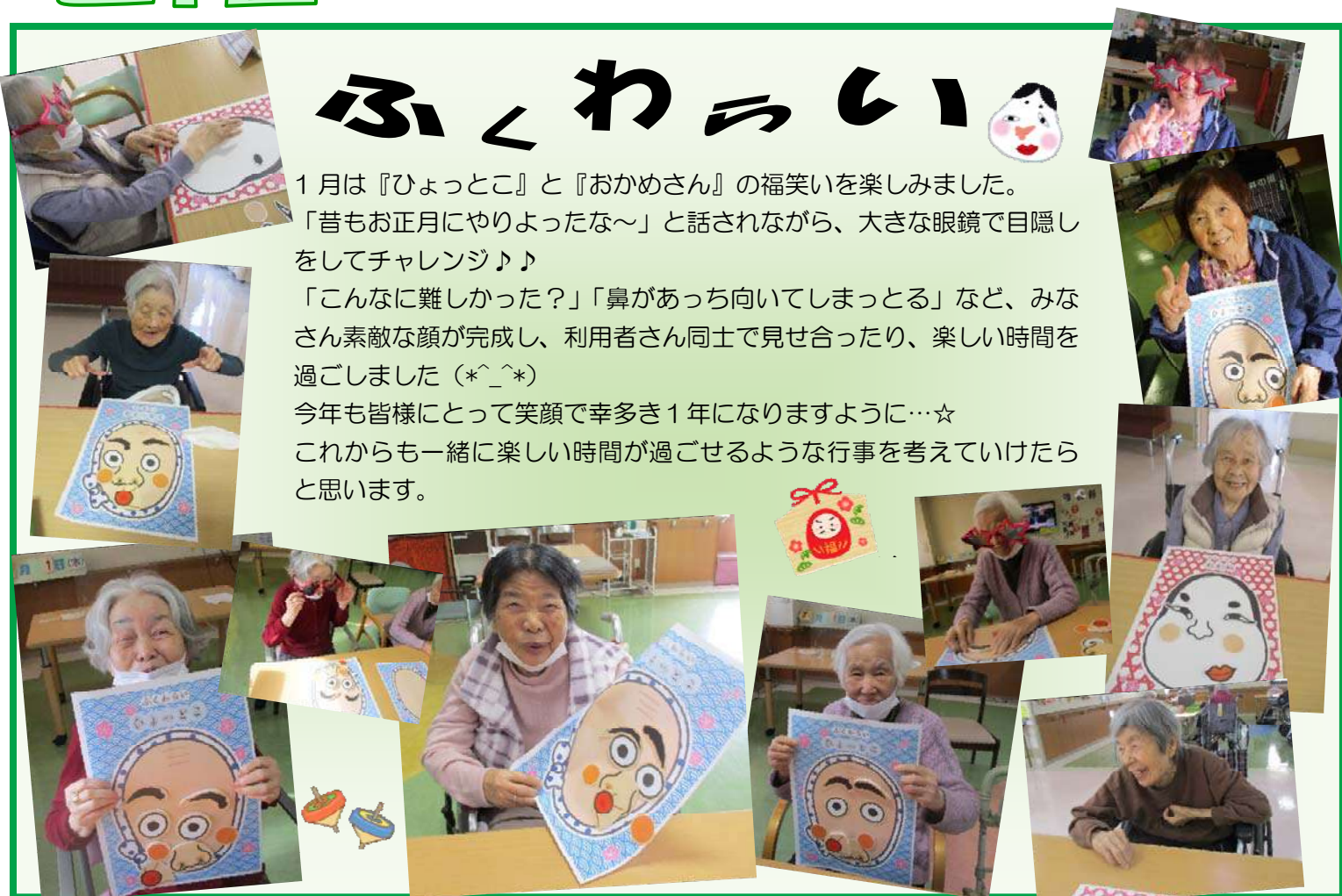
2階

ふくわらい

1月には『ひょっこ』と『おかめさん』の福笑いを楽しみました。
「昔もお正月にやりよったな～」と話されながら、大きな眼鏡で目隠し
をしてチャレンジ♪♪

「こんなに難しかった?」「鼻があっち向いてしまつとる」など、みなさん素敵な顔が完成し、利用者さん同士で見せ合ったり、楽しい時間を過ごしました(*^ ^*)

今年も皆様にとって笑顔で幸多き1年になりますように…☆
これからも一緒に楽しい時間が過ごせるような行事を考えていけたら
と思います。



3階

今年は60年に一度巡ってくる丙午（ひのえうま）の年ですね。
3階では壁面に職員が描いた丙午（ひのえうま）の絵を飾っています。とてもウマく描いてくれたので、1年のスタートとして利用者さんと一緒に記念撮影しました♪

丙午（ひのえうま）は情熱的でエネルギッシュな年とされています。今年もきっとウマくいく～！！



お遍路さんチャレンジ

参加者さんからの感想・メッセージ

足がしんどかった。本当は最後まで行きたかったけど、10 番まで行けて頑張れたと思う！
ニックネーム ハンサムさん

ただ単純に歩くだけだったら、一年も続かなかったと思うのですが、お遍路さんという事で親しみを持つことができ、助られ、続けることが出来ました。また、チャレンジャー同士で「今何番目？」とか「愛媛に入った」とか話題となり会話が増えました。また、チャンスがあればやろうと思います。
1 年で終わるのは残念ですが、次は何のチャレンジか楽しみです。1 年間お世話になりました。元気に
なったら実際に四国遍路を回りたいと思います。
ニックネーム 顔面国宝さん

デイケアに四国八十八ヶ所を巡るカードが置かれているのを見て、少し興味があり途中から参加しました。はじめは 100m コースからスタートし、体調に合わせて 500m、600m、1,000m と無理のない距離で歩いています。続けて歩かず、空いた時間を見つけて自分のペースで取り組んでいます。続けていくうちに、各県の札所番号やお寺の名前も自然と覚えるようになり、お遍路チャレンジがどんどん楽しくなりました。約 1 年かけて、徳島県の最後となる第 23 番札所・薬王寺まで到着し、お遍路は思っていた以上に大変だということも実感しました。現在は高知県に入り、第 24 番札所から室戸岬の最御崎寺を目指しています。高知県は約 75.4km と長い道のりですが、自分を励ましなが、コツコツと進んでいます。お寺の場所を地図で想像するのも楽しみのひとつです。

2026 年も、お遍路チャレンジを続けながら、みなさんと一緒にいろいろなことに楽しく挑戦していきたいと思います。
ニックネーム パンジーさん

職員FILE No.302



あったかいの里

10月より高井の里2階に就職した西原詩織です。

以前は急性期病院で勤務していました。施設での経験は初めてで不安な事が沢山ありましたが、先輩方が優しく丁寧に指導して下さい今は楽しく働いています。

私生活では子供が3人おり、長男は今年の4月から小学生になります。長男は大谷翔平に憧れ野球がしたいそうです。次男は幼稚園でサッカーするのが好きだそうです。長女は今年から幼稚園で、すでにメイク等に興味があります。お休みの時はいつもメイクを頑張っていますが、顔面真っピンクになっています。旦那はマラソンをしており、今年の愛媛マラソンを走ります。なんだか私も走れそうな気がして、来年挑戦してみようと思っています。

これからも頑張ってお仕事しますので、宜しくお願いします。



(お写真及びお名前の使用については、ご利用者様、ご家族様の許可を頂き掲載しています。)

「あったかい」をつくる 部署コーナー

ケアマネは絶滅危惧種？



今月は介護支援専門員から情報発信させていただきます。

皆さんはケアマネジャー（介護支援専門員）について、どのような印象を持たれているでしょうか？

「介護保険の中心的役割」「困った事があったらとりあえず相談できる心強い存在」そんな風に思ってもらえているなら嬉しい限りです。しかし人手不足で厳しい現在、ケアマネジャーもかなり厳しい状況になっている事はあまり知られていないかもしれません。

まずケアマネジャーの平均年齢です。

このグラフは令和5年度の介護労働安定センターのデータです。

このデータでは平均年齢はなんと53.6歳！これは介護職や高齢のイメージの強い訪問介護（ヘルパーさん）より高く、業界で最も高い数字です。

さらにこのグラフを見ると、60歳以上の合計は29.4%。つまり**全体の3割が60歳以上**です。60歳というのは世間一般では定年退職の年齢です。そういう年齢層の人達が3割も最前線で頑張っています。

一方で**40歳未満の若手は7.6%と全体の1割もいません**。



さらにケアマネジャーは募集をかけても応募してくる人が少ないのです。データを紹介させていただきます。

これは『中央福祉人材センター』の令和7年2月の有効求人倍率です。

人手不足が社会問題化し、国も積極的に人材を増やすために様々な政策が行われている介護職より、ケアマネジャーのほうが企業の採用が難しい事を示しています。なぜこのような状況になっているのか？主に以下のような理由が挙げられます。

- ・業務量が多すぎる。責任範囲も広すぎて「何でも屋」扱いされてしまう
- ・仕事の大変さに比べて給料などの待遇が見合わない
- ・色々な人達とコミュニケーションを上手に取る事が難しい



現在は若いケアマネジャーが育たず、50～60歳台くらいのケアマネジャーが最前線でなんとか踏みとどまっている状態です。現状が改善されないと、ケアマネジャーは介護業界で真っ先にいなくなってしまう、まさに**絶滅危惧種のような状態**になっているのです。

そこで一つお願いがあります。ケアマネジャーは様々な批判の矢面に立たされる事が多いです。しかし今ケアマネジャーの仕事をしている人達はこのような厳しい状況でもなんとか頑張っている人達です。

ケアマネジャーに対して批判に替えて、ぜひ温かい言葉をかけてあげてください。

利用者様、家族様、支援チームのメンバーなどから「いつもありがとう」等の言葉をかけてもらうだけで「もう少し頑張ってみようかな」という気持ちになります。

ケアマネジャーが絶滅しないためにも、皆さんの温かい気持ちを届けていただければ幸いです。



～接遇委員会コラム～

2025年度接遇委員会標語

素敵な笑顔で 素敵な1日 繋がる明日

るフリージアは、赤・紫・黄色など鮮やかなカラーが多く、それぞれ花言葉が変わります。白のフリージアは「あどけなさ」・黄色は「無邪気」・紫は「憧れ」・赤は「純潔」などの花言葉を持っています。

大切な人が生まれた特別な日に、素敵な一言を添えて、お祝いのメッセージを伝えてみてはどうでしょうか♪今日も素敵な1日になりますように。

2月の誕生月花はフリージアです。(A1調べ)
「天然の香水」と呼ばれるほど豊かな香りがする

