

2022年

第24号

7月



### 今月号のもくじ

☆挨拶 .....	2
☆決算報告 .....	3・4
☆親里の行事 .....	5
☆就任のごあいさつ / 編集あとがき .....	6

社会福祉法人 庄やの里  
介護老人保健施設 親里  
通所リハビリテーション 親里  
老人短期入所施設 すみよし  
居宅介護支援事業所 親里

〒952-0015 新潟県佐渡市住吉126番地2  
【電話番号】 0259-24-7310  
【FAX番号】 0259-24-7311

## 要介護状態の予防〜フレイル対策

親里 施設長 小 田 隆 晴



わが国では2020年度から介護予防を目的として、75歳以上の後期高齢者を対象に「フレイル健診」が導入されている。フレイルとは、医学用語「Frailty（虚弱）」で、健康と要介護

の中間の状態である。フレイルに早めに気づき適切な対応や取り組みを行うことにより要介護状態への進行を防ぎ、健康な状態を取り戻し、健康寿命を延伸できる可能性がある。フレイル状態から要介護状態への進行は身体的要因（筋力低下など）、精神・心理的要因（うつや認知能力低下など）や社会的要因（独居や経済的困窮など）に左右されるので、予防するには前述の3つの要因から総合的に対応する必要がある。何よりもフレイルを予防するには、個人の意識や生活習慣を変えることが大切であり、健康寿命を延伸させるのは、個人の努力次第なのである。

もし「今まで美味しかったものが食べなくなってきた」、「疲れやすくなる」といふ傾向が出てきたら「体重が減ってきた」といふような傾向が出たらフレイルの入口に入りかけたかもしれないと注意しなければならない。

フレイル予防には3本柱がある。一つ目に大事なものは栄養である。高齢期になったら、肥満やメタボリック症候群（メタボ）なんかはあまり気にしないで良いだろう。むしろメタボ対策（摂取過剰に注意）からフレイル対策（摂取不足に注意）に切り替えなければならない。そしてエネルギーや栄養素を十分に補給し筋肉を維持し、足腰の衰退を予防しなければならない。当施設においても、高齢者の一番の課題はリハビリと食事である。加齢が進み認知機能が低下してくると食べ物や運動する力が落ちてくる。そうすると食欲も落ちてきて、徐々に食事の量が減ってくる。そして健康を維持するエネルギーや蛋白質が不足し、筋力や免疫力が低下して様々な老年症候群（認知機能の更なる低下、感覚障害、骨粗鬆症、歩行困難、排泄困難など）が発生してくる。その進行を遅らす

ために当施設では魚や肉、乳製品、野菜、果物などのバランスのとれた日本型の食事を3食しっかり提供し、筋力低下（サルコペニア）のリスクを低くするように栄養給食課とリハビリ課が努力している。もちろん糖尿病、心疾患、腎疾患や脂質異常症の方には療養食を提供し、持病の悪化を予防している。また職員は歯の数、口腔内の健康や嚥下力のチェックにも気を配っている。

二つ目の柱は身体活動の維持である。加齢により身体活動が低下すると筋肉量が減少し、エネルギー消費量が減少し食欲も低下してくる。決して激しい運動は必要ではなく、昨日よりも10分身体を動かすように努力すべきである。身体を動かすことは食欲の増進にも繋がる。

三つ目の柱は社会参加である。ボランティア活動や地域活動への参加、文化活動や趣味の活用などを通して外出や共食などを積極的にを行い、他人との交流を深めることである。

わが国は、戦後は栄養不足で抵抗力不足となり、結核などの感染症、くる病、脚気や夜盲症に罹患し、塩分の過剰摂取で高血圧、脳卒中や胃がんで亡くなる人が多かった。ところが経済も復興し、食生活の欧米化が進み、過飲食や肥満によりメタボという新たな問題が生じ、メタボ健診などが推奨されるようになった。今、わが国は超高齢化社会に突入しつつある。確かに中年期には生活習慣病予防のために肥満やメタボには注意は必要であろう。しかし高齢期になったらフレイル予防のために栄養バランスのとれた食事をきっちりと摂ることが健康寿命延伸のために必要である。高齢期に入り、病気でなくてもやせてきたら、メタボ予防食から、フレイル予防食への切り替え時と考えるべきであろう。

フレイル予防・改善のカギは「食事」と「運動」と「社会性」です。高齢者はもう一度、毎日の食事を見直し、自分にあつた運動を日々の習慣に取り入れ、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に留意して、社会参加に取り組ましよう。

令和3年度 社会福祉法人庄やの里 決算報告

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
事業活動による収支	収入				
	介護保険事業収入	553,844,000	513,466,764	40,377,236	
	経常経費寄附金収入	6,000	50,000	△ 50,000	
	受取利息配当金収入		3,814	2,186	
	その他の収入	2,981,000	2,618,929	362,071	
	事業活動収入計 (1)	556,831,000	516,139,507	40,691,493	
支出	人件費支出	366,101,000	335,336,332	30,764,668	
	事業費支出	90,066,000	88,848,094	1,217,906	
	事務費支出	33,742,000	32,072,750	1,669,250	
	利用者負担軽減額	50,000	42,874	7,126	
	支払利息支出	11,445,000	11,444,967	33	
	その他の支出	263,000	217,500	45,500	
事業活動支出計 (2)	501,667,000	467,962,517	33,704,483		
事業活動資金収支差額 (3) = (1) - (2)	55,164,000	48,176,990	6,987,010		
施設整備等による収支	収入				
	設備資金借入金元金償還支出	57,120,000	57,120,000	0	
	固定資産取得支出	950,000	947,430	2,570	
	施設整備等支出計 (5)	58,070,000	58,067,430	2,570	
施設整備等資金収支差額 (6) = (4) - (5)	△ 58,070,000	△ 58,067,430	△ 2,570		
その他の活動による収支	収入				
	長期貸付金回収収入				
	その他の活動収入計 (7)				
支出	長期貸付金支出				
	その他の活動支出計 (8)				
	その他の活動資金収支差額 (9) = (7) - (8)				
予備費支出 (10)					
当期資金収支差額合計 (11) = (3) + (6) + (9) - (10)	△ 2,906,000	△ 9,890,440	6,984,440		
前期末支払資金残高 (12)	174,898,080	174,898,080	0		
当期末支払資金残高 (11) + (12)	171,992,080	165,007,640	6,984,440		

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	513,466,764	523,547,301	△ 10,080,537	
	経常経費寄附金収益	50,000	3,129,810	△ 3,079,810	
	サービス活動収益計 (1)	513,516,764	526,677,111	△ 13,160,347	
	費用	人件費	333,677,161	345,512,653	△ 11,835,492
		事業費	88,858,852	86,849,394	2,009,458
事務費		32,072,750	32,257,440	△ 184,690	
利用者負担軽減額		42,874	1,640	41,234	
減価償却費		52,738,568	53,032,516	△ 293,948	
国庫補助金等特別積立金取崩額		△ 635,499	△ 635,499	0	
サービス活動費用計 (2)	506,754,706	517,018,144	△ 10,263,438		
サービス活動増減差額 (3) = (1) - (2)	6,762,058	9,658,967	△ 2,896,909		
サービス活動外増減の部	収益				
	受取利息配当金収益	3,814	5,418	△ 1,604	
	その他のサービス活動外収益	2,618,929	4,803,730	△ 2,184,801	
	サービス活動外収益計 (4)	2,622,743	4,809,148	△ 2,186,405	
	費用	支払利息	11,444,967	12,692,915	△ 1,247,948
その他のサービス活動外費用		217,500	225,000	△ 7,500	
サービス活動外費用計 (5)	11,662,467	12,917,915	△ 1,255,448		
サービス活動外増減差額 (6) = (4) - (5)	△ 9,039,724	△ 8,108,767	△ 930,957		
経常増減差額 (7) = (3) + (6)	△ 2,277,666	1,550,200	△ 3,827,866		
特別増減の部	収益				
	施設整備等補助金収益		3,176,000	△ 3,176,000	
	特別収益計 (8)		3,176,000	△ 3,176,000	
費用	固定資産売却損・処分損		1	△ 1	
	特別費用計 (9)		1	△ 1	
特別増減差額 (10) = (8) - (9)		3,175,999	△ 3,175,999		
当期活動増減差額 (11) = (7) + (10)	△ 2,277,666	4,726,199	△ 7,003,865		
繰越活動増減差額の部	前期繰越活動増減差額 (12)	40,941,700	36,215,501	4,726,199	
	当期末繰越活動増減差額 (13) = (11) + (12)	38,664,034	40,941,700	△ 2,277,666	
	基本金取崩額 (14)				
	その他の積立金取崩額 (15)				
	その他の積立金積立額 (16)				
	次期繰越活動増減差額 (17) = (13) + (14) + (15) - (16)	38,664,034	40,941,700	△ 2,277,666	

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	174,937,495	187,288,312	△ 12,350,817	流動負債	15,740,493	19,849,283	△ 4,108,790
現金預金	95,540,342	106,930,990	△ 11,390,648	事業未払金	6,650,709	8,988,984	△ 2,338,275
事業未収金	74,705,012	74,442,668	262,344	預り金	434,203	449,097	△ 14,894
未収金	252,507	104,998	147,509	職員預り金	2,234,552	2,331,002	△ 96,450
未収収益	19,848	19,807	41	賞与引当金	6,421,029	8,080,200	△ 1,659,171
貯蔵品	2,285,573	2,629,006	△ 343,433				
給食用材料	610,391	621,149	△ 10,758				
前払金	1,523,822	2,539,694	△ 1,015,872				
固定資産	595,713,136	647,504,274	△ 51,791,138	固定負債	504,700,000	561,820,000	△ 57,120,000
基本財産	567,146,942	612,856,568	△ 45,709,626	設備資金借入金	504,700,000	561,820,000	△ 57,120,000
建物	530,081,932	551,334,952	△ 21,253,020	負債の部合計	520,440,493	581,669,283	△ 61,228,790
建物附属設備	37,065,010	61,521,616	△ 24,456,606				
その他の固定資産	28,566,194	34,647,706	△ 6,081,512	純資産の部			
建物	12,427,208	13,238,252	△ 811,044	基本金	207,999,560	207,999,560	0
建物附属設備	1,458,283	1,629,668	△ 171,385	第1号基本金	207,999,560	207,999,560	0
構築物	6,596,383	9,806,255	△ 3,209,872	国庫補助金等特別積立金	3,546,544	4,182,043	△ 635,499
車輛運搬具	597,560	956,093	△ 358,533	その他の積立金			
器具及び備品	7,462,676	8,897,018	△ 1,434,342	次期繰越活動増減差額	38,664,034	40,941,700	△ 2,277,666
ソフトウェア	24,084	120,420	△ 96,336	(うち当期活動増減差額)	△ 2,277,666	4,726,199	△ 7,003,865
資産の部合計	770,650,631	834,792,586	△ 64,141,955	純資産の部合計	250,210,138	253,123,303	△ 2,913,165
				負債及び純資産の部合計	770,650,631	834,792,586	△ 64,141,955

要介護度別利用状況

介護老人保健施設 親里（従来型）

		令和3年										令和4年			合計
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
延べ人数	要介護1	151	138	134	118	124	118	152	183	247	236	168	173	1,942	
	要介護2	521	545	454	475	463	482	501	519	501	447	378	484	5,770	
	要介護3	388	364	249	360	323	374	368	355	364	456	399	369	4,369	
	要介護4	223	231	296	333	357	314	336	293	336	360	340	302	3,721	
	要介護5	162	155	101	62	73	78	93	68	62	5	0	31	890	
	計	1,445	1,433	1,234	1,348	1,340	1,366	1,450	1,418	1,510	1,504	1,285	1,359	16,692	

介護老人保健施設 親里（ユニット型）

		令和3年										令和4年			合計
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
延べ人数	要介護1	150	186	151	93	128	202	218	223	260	253	206	195	2,265	
	要介護2	236	199	187	237	261	269	293	294	265	300	232	251	3,024	
	要介護3	219	325	300	248	216	150	123	120	161	124	92	113	2,191	
	要介護4	90	85	86	73	105	85	137	201	226	238	211	266	1,803	
	要介護5	35	62	87	48	31	30	10	0	0	0	0	0	303	
	計	730	857	811	699	741	736	781	838	912	915	741	825	9,586	

介護老人保健施設 親里（通所）

		令和3年										令和4年			合計
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
延べ人数	要支援1	22	25	21	16	12	15	16	8	7	6	7	7	162	
	要支援2	50	50	53	54	48	53	46	53	54	42	39	54	596	
	要介護1	155	160	175	174	153	172	171	166	188	189	161	174	2,038	
	要介護2	222	206	207	202	194	192	208	225	232	215	204	256	2,563	
	要介護3	85	82	88	79	61	71	80	80	71	49	40	47	833	
	要介護4	35	40	40	67	77	69	58	73	55	45	54	65	678	
	要介護5	22	25	25	19	24	27	26	30	26	25	16	32	297	
	計	591	588	609	611	569	599	605	635	633	571	521	635	7,167	

短期入所施設 すみよし

		令和3年										令和4年			合計
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
延べ人数	要支援1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	要支援2	5	9	5	12	8	4	6	9	5	8	8	11	90	
	要介護1	91	121	139	120	101	129	154	108	129	188	150	152	1,582	
	要介護2	91	100	127	139	78	67	78	80	86	98	114	109	1,167	
	要介護3	89	110	139	135	98	86	104	102	101	98	114	139	1,315	
	要介護4	94	63	46	42	98	138	94	108	102	87	80	102	1,054	
	要介護5	4	40	29	41	52	41	37	43	46	47	58	43	481	
	計	374	443	485	489	435	465	473	450	469	526	524	556	5,689	

居宅介護支援事業所 親里

		令和3年										令和4年			合計
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
延べ人数	要介護1	12	13	13	14	13	12	11	12	13	14	16	19	162	
	要介護2	10	11	10	11	10	12	12	12	13	11	10	10	132	
	要介護3	4	6	6	9	9	9	8	8	7	7	7	9	89	
	要介護4	4	4	5	5	6	5	5	4	3	3	3	1	48	
	要介護5	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	32	
	計	31	36	36	42	41	41	39	39	39	38	39	42	463	

# ユニット行事

1月→5月

1月

1月31日 すみれ 新年会



3月

3月17日 あじさい クレープ作り



5月

5月17日 すみれ 野菜を育てよう

花植え 5月20日 すずらん



5月21日 あじさい



5月27日 ひまわり 種まき、苗植え



## 就任のごあいさつ

事務長 坂田 和三

この4月から当法人の事務長に就任いたしました。介護は経験したことのない職種ですが、これまで培ってきた経験を活かしながら皆様のお役に立てればと考えています。よろしくお願いいたします。

佐渡市の高齢化率は40%を超えていますが、いわゆる団塊の世代がすべて75歳以上となる2025年、さらに団塊ジュニア世代が65歳になるとともに介護ニーズの高い85歳以上の人口が急速に増加することが見込まれる2040年が着実に迫ってきています。4月には佐和田病院が5つの診療科を閉鎖し、また、相川病院が有床の診療所になるなど、地域医療が縮小し、医療圏における病床機能の再編が進められる中で、介護施設が果たす役割もこれまで以上に大きくなると考えています。

当法人を多くの皆様から利用していただけるよう、法人の理念である「『慈愛』 明るい暖かい愛と慈しみの里、この人もあの人もみんな「親」。愛と感謝で「恩返し」をモットーに、質の高いサービスを継続して提供し、利用者、ご家族をお支えしたいと考えています。そのためにも職員が意欲と向上心を持って働ける職場づくりと安定した経営を目指して取り組んでまいります。

4月に入り、県内、佐渡市内の新型コロナウイルス感染者が急増し、当法人でも職員の感染が確認されましたが、利用者、職員に濃厚接触者はなく、感染防止対策を徹底しながら業務を継続することができました。現在も感染を防止するため面会の制限を継続しており、ご家族の皆様にご心配をおかけしていますが、感染状況などを踏まえながら対応してまいりますので、ご理解ご協力をお願いいたします。

皆様から安心して利用していただけるよう職員一同取り組んでまいりますので、今後ともご支援ご協力をお願いいたします。

## 中庭のお花がとてもきれいです

中庭にはすみれユニットの利用者さんたちが植えたベゴニアやマリーゴールドが見事に咲いています。

ふと見ると、傍にある松の木の根本に鳥の巣が！

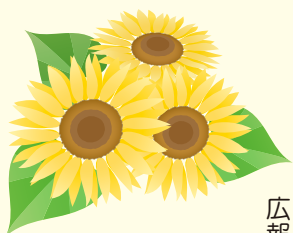
職員の話では、少し前までこの巣の中には雛がいて、親鳥が餌を運んでくるのを口を開けて待つ姿がとても微笑ましい様子だったそうです。

今は巣立っていった雛たちが、どこかで元気に羽ばたいていますように…



## あとがき

『おやさと第24号』をお読みいただきありがとうございます。本年度最初の表紙を飾ったのは、ひまわりユニットの利用者さんたちによるおはながみを使った作品「ひまわり」です。一枚一枚丁寧に丸めてくっつけて、ゴッホに勝るとも劣らない出来栄えだと思いませんか？もうすぐ開花を迎えるひまわり。陽に向かってまっすぐに咲くひまわりは、見る人に元気や希望を与えてくれる植物です。今年度の広報委員は未経験者ばかりですが、そんなひまわりのように明るく前を向いてがんばりたいと思います。どうか最後までお読みいただき、ご感想などお寄せいただけましたら幸いです。



広報係