



山中湖村
デイサービスセンター再開！
改修工事を行っていましたが、
12月1日より営業を再開しました。



外科・小児外科の先生が
加わりました
小児の臍(さい)ヘルニア、そけい
ヘルニアなど赤ちゃんから乳児、
小児に多い疾患に対応します。



フジ虎ノ門グループ

医療施設

フジ虎ノ門 整形外科病院

〒412-0045
静岡県御殿場市川島田1067-1
☎0570(00)7872

フジ虎ノ門こどもセンター

〒412-0045
静岡県御殿場市川島田1067-1
診療/相談
☎0550(88)0043
こども福祉
☎0550(88)0041

フジ虎ノ門 健康増進センター

〒412-0045
静岡県御殿場市川島田1067-2
☎0550(89)5851

フジ河口湖クリニック

〒401-0301
山梨県南都留郡富士河口湖町
船津 6887
☎0555(72)3298

ツル虎ノ門整形外科・ リハビリテーション病院

〒402-0005
山梨県都留市四日市場
字瀬中188
☎0554(45)8861

高嶺の森の診療所

〒412-0002
静岡県御殿場市上小林1476-1
☎0550(75)7977

フジ高砂クリニック

〒410-0016
静岡県沼津市高砂町2-5
☎055(941)5684

メディカルフィットネス プラーナ

フジ虎ノ門
☎0550(88)0555
ツル虎ノ門
☎0554(45)8865

保育施設

とらのこ保育園

〒412-0045
静岡県御殿場市川島田1073-1
☎0550(88)0223

菜の花こども園

〒410-1313
静岡県駿東郡小山町竹之下570-1
☎0550(76)6622

高嶺の森のこども園

〒412-0011
静岡県御殿場市古沢字割地1181
☎0550(80)1010

河口湖とらのこ保育園

〒401-0301
山梨県南都留郡富士河口湖
町船津2211-5
☎0555(72)9558

介護福祉施設

介護老人保健施設 あすなろ

〒412-0045
静岡県御殿場市
川島田1076-2
☎0550(88)0007

グループホーム ふれんど(1F) ショートステイ たんぽぽ(2F)

〒412-0045
静岡県御殿場市
川島田1084-1
グループホーム ふれんど
☎0550(89)5722
ショートステイたんぽぽ
☎0550(89)6100

特別養護老人ホーム 白雪

〒412-0045
静岡県御殿場市
川島田南原270
☎0550(82)7601

短期入所生活介護 百寿 白雪居宅介護支援センター

〒412-0044
静岡県御殿場市
杉名沢字久保田351
☎0550(84)8100

介護老人保健施設 / 介護付き有料老人ホーム 菜の花の丘

〒410-1313
静岡県駿東郡小山町
竹之下321
☎0550(76)5800

サービス付き高齢者向け住宅 ゆずり葉の森

〒412-0002
静岡県御殿場市
上小林字西野原1527-431
☎0550(89)1616

特別養護老人ホーム / ケアハウス すずらん

〒412-0002
静岡県御殿場市上
小林字西野原1527-19
特別養護老人ホーム
☎0550(78)7900
ケアハウス
☎0550(70)9600

特別養護老人ホーム ふじあざみ

〒412-0008
静岡県御殿場市印野字程塚
1549-1
☎0550(80)0077

特別養護老人ホーム 高砂

〒410-0016
静岡県沼津市高砂町1-5
☎055(941)5681

ケアハウス やまぼうし

〒410-0001
静岡県沼津市
足高字尾上251-7
☎055(925)2660

ツル虎ノ門整形外科・ リハビリテーション病院 介護医療院

〒402-0005
山梨県都留市四日市場
字瀬中188
☎0554(45)8861

介護老人保健施設 はまなす

〒401-0301
山梨県南都留郡富士河口湖町
船津6901
☎0555(83)3285

グループホーム はまなす

〒401-0301
山梨県南都留郡富士河口湖町
船津2207
☎0555(83)3310

特別養護老人ホーム / 高齢者住宅 なでしこ

〒401-0301
山梨県南都留郡富士河口湖町
船津2210
特別養護老人ホーム
☎0555(72)5601
高齢者住宅
☎0555(72)5600

山中湖村

デイサービスセンター
〒401-0502
山梨県南都留郡山中湖村平野
1450
☎0555(28)1025

福利厚生提携施設

高嶺の森のキャンプ場

〒412-0002
静岡県御殿場市上小林1489-1
☎090(1078)6213

高嶺の森のゴルフクラブ

〒412-0002
静岡県御殿場市上小林1489-1
☎090(1078)6213

高嶺の森のコテージ

〒412-0002
静岡県御殿場市上小林1506-6
☎0550(75)7981

公益財団法人

日中アジア人事交流援護会

〒412-0045
静岡県御殿場市川島田1065-2
☎0550(98)8721

フジ虎ノ門グループマガジン

とらのわ

t o r a n o w a

2 0 2 5

1 月号



MEDICAL information 1
認知症患者へのケア

MEDICAL information 2
ストレスフリーなダイエット！

TORANOWA topics 1
ショートステイはなみずきのご紹介

TORANOWA topics 2
グループ施設 秋のイベント特集

TORANOWA topics 3
同好会活動紹介

COLUMN 1
地元のおすすめグルメ&スイーツ紹介

COLUMN 2
動物写真インナーコンテスト

Yumiko's Kitchen
シェントウジャン / ルーローハン

表紙アート / 安本奈々
「ツル虎ノ門整形外科・
リハビリテーション病院 / 介護医療院」
と山梨の景色



介護施設における

認知症ケアの現状と課題

介護の現場における認知症患者へのケアと支援方法をご紹介します。

認知症とは？認知症ケアの現状と課題

認知症とは、さまざまな原因によって脳の細胞の働きが徐々に低下し、日常生活に支障をきたす病気のことです。認知症ケアは医療的な対応だけでなく、本人の気持ちや生活全般に寄り添い、多角的なサポートを提供することが求められます。適切なケアにより、認知症の方々が安心して生活できる環境を整えることが重要です。

現状

現在、認知症ケアに苦手意識のある職員もあり、一人ひとりの利用者さんとの向き合いながら試行錯誤が続いています。

課題

職員全員が認知症ケアについて学び直し、利用者の生き方や生活に重点を置いたケアを浸透させることが課題です。これにより、より質の高いケアが提供できるようになります。



介護老人保健施設あすなろでの取り組み

コロナ禍を乗り越え、当施設では研修体制が強化されています。外部研修に参加した職員や指導経験を持つ職員が増え、施設全体のケアの質向上が期待されています。今後は、施設長の「生涯学び続ける姿勢」を引き継ぎ、外部および内部研修を充実させ、認知症ケアの更なる向上を目指します。



Toranowa People



介護主任 富田 英博 (とみた ひでひろ)

- ① 入職年：1997年
- ② 資格：介護支援専門員(ケアマネジャー)
- ③ 目指す介護：皆(自分を含む)がこの仕事にやりがいを感じ、利用者さんが1日1日を楽しみ活気ある生活ができるように努める。また、施設に入所していても居心地がよく楽しいと思ってもらう介護。

医療現場における

認知症患者へのケアと支援 ～尊厳と可能性を大切にするアプローチ～

医療現場における認知症患者へのアプローチの基本と当院での取り組み、支援方法をご紹介します。



1人の人として尊重する

認知症の方を1人の人として尊重し、その人の「できないこと」ではなく、「できること」に着目することを大切にします。また認知症の人は記憶力や判断力の低下により、日常生活や意思決定に様々な問題が生じます。その人ができる限り自分の意志や希望に基づいて生活を送れるよう支援することが求められます。

7つの重要な取り組み

- ① 総合的な状態評価
身体的、認知的機能を総合的に評価
- ② 安心・安全な環境づくり
入院による環境変化を最小限に
- ③ 症状に応じたケア
薬物療法と非薬物療法の適切な組み合わせ
- ④ せん妄やBPSDへの対応
予防とケア
- ⑤ 身体合併症の管理
転倒、誤嚥、褥瘡予防
- ⑥ 多職種による包括的ケア
医師、看護師、介護職など多様な専門家の連携
- ⑦ 家族のサポート
入院中および退院後の不安への対応

意思決定支援のプロセス

- 01 意思形成支援
・適切な情報提供
・繰り返しの説明
・本人の理解確認
- 02 意思表示支援
・表明しやすい環境づくり
・タイミングへの配慮
- 03 意思実現支援
・本人の能力を最大限に活かす
・多職種による支援

中心を担う

認知症認定看護師の役割

- ・専門知識に基づいた看護実践
- ・自らが手本となり、他の看護師への指導
- ・現場の問題解決支援



当院の身体拘束最小化への取り組み

- ・身体拘束最小化委員会の設置
- ・マニュアル作成
- ・定期的な状況評価と事例検討
- ・職員研修の実施

今後は
チームを更に強化して
身体拘束の最小化を
目指します

Toranowa People



看護師 勝又 浩気 (かつまたひろき)

- ① 入職年：2022年
- ② 資格：看護師、認知症認定看護師、BLS・ACLS インストラクター、呼吸療法認定士
- ③ 目指す看護：私の看護観は、誰に対しても優しく差別することなく接し、信頼される看護を提供することです。

ストレスフリーなダイエット！

今回は、「あなたに合ったダイエット」についての内容でした。
今回は、外見重視の社会が生む「痩せ願望」について。
皆さんがどうして痩せたいと思うのかを考えてみましょう！

痩せたい気持ちの背景を考える



世界中で見られる容姿への不安

2017年に実施された「ダヴによる少女たちの美と自己肯定感に関する世界調査レポート」によると、70%の少女が容姿に自信がなく、食事制限をするなどしており、それが健康に影響を与えていました。日本の健康な中学生では、女性であること、カロリー制限のある食事をしていること、その人の心理症状が、実際の体格と理想の体格の間に乖離を生じさせる要因となっていました(出典: Nomura K, et al. 2021)。

誤った自己認識の問題

では、どうして「痩せ願望」が生まれるのでしょうか。自分を「太っている」と誤認識することが「痩せ願望」を生むと推測する論文があり、Yasuda T. (2023) は、日本人の普通体重の女性の52.2%が自分を肥満だと認識していて、逆に肥満であるにもかかわらず「痩せ願望」があるひとは6.5%しかいないと報告しています。女子大学生では、「痩せていることが美しい・かわいい」という認識、「周りの人から美しい・かわいいと思われたい」という欲求、「痩せていると似合うかわいい流行の服を着たい」、雑誌のモデルやタレントの体型を理想とする傾向などを「痩せ願望」の理由としており、SNSの影響が大きいと報告されています。

「外見至上主義」という考え方

人の価値を外見だけで測る差別的な考え方や言動のことを「外見至上主義」や「ルッキズム lookism」といい、New Oxford American Dictionaryでは「美や魅力の基準を作り上げ、その基準を満たすか満たさないかで人を判断すること」としています。



Toranowa People



医師 関 隆志 (せきたかし)
日本統合医療学会 業務執行理事
東洋医学会 代議員/認定医
日本中医学学会 理事 等

高嶺の森の診療所 YouTubeチャンネル開設しました

統合医療に関する情報をわかりやすく発信する
YouTubeチャンネルを立ち上げました。
是非ご覧ください！

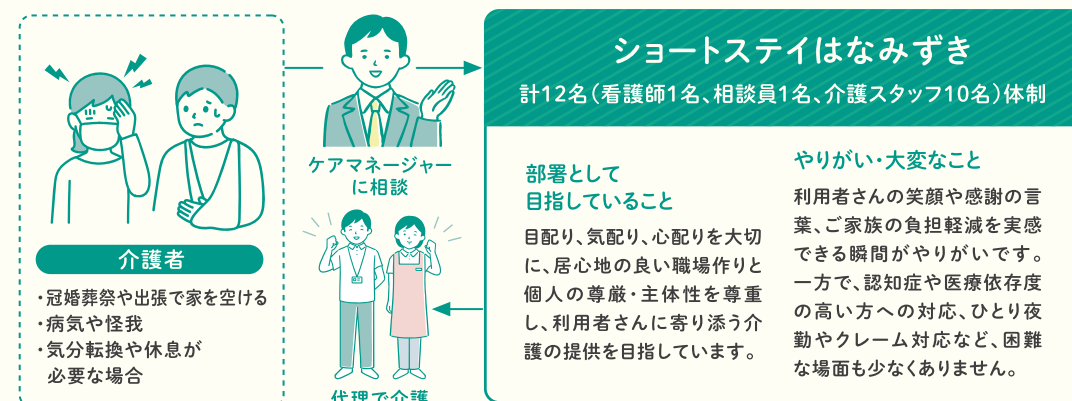


ショートステイはなみずき のご紹介

フジ虎ノ門グループの様々な部署をご紹介します。

ショートステイってなんですか？

最短1日からという短期間で宿泊でき、介護や生活支援サービスが受けられるサービスのことです。在宅介護を続ける中で、やむを得ず介護が提供できない場合が生じた際にケアマネージャーを通してご利用になります。また社会資源が乏しい中、行き場のない方を積極的に受け入れる地域のセーフティネット的な役割も担います。



おかげさまで20周年を迎えました!!



Toranowa People



2005年に入職し、現在はショートステイはなみずきの介護主任を務める。座右の銘は「何とかなる!」

生活相談員 仲川 美雪 (なかがわみゆき)

Q1. 大切にしていることは? / 職員や利用者さんのはなをじっくり聞くようにしています。
他部署、他事業所との連携を大切にしています。
Q2. やりがいは? / 困難なケースに対応すること。
Q3. リフレッシュの方法は? / 娘とショッピングやライブに行くこと、星を見ること(流星群)、飛行機を見ること・グッズ集め



TORANOWA topics トピックス 02

秋のグループ施設 イベント特集

今回は高嶺の森のこども園と特養なでしこで行われた秋のイベントの様子をお届けします。

ハロウィン

高嶺の森のこども園

この日の為に自分達で作ったカボチャや魔女のマントを身に付けて歌やダンスを楽しみました。スタンプラリーでは仮装した職員を探してお菓子をもらい、Happy faceなこども達でした。



秋を満喫

特別養護老人ホーム・高齢者住宅 なでしこ

毎年恒例で行っている「秋の味覚を楽しむ会」で脂ののった鯖を皆さんに食べていただきました。また、河口湖畔の紅葉狩りを短い時間でしたが楽しんでいただきました。「お出かけは楽しい、また連れて行って」と皆さん大興奮でした。



TORANOWA topics トピックス 03

新制度発足！同好会会長からひとこと 同好会活動紹介

7月より新設された、同好会制度。今回は「バルーンアート同好会」と「船釣り同好会」のご紹介と、会長に魅力を伝えていただきました。

バルーンアート同好会

Toranowa People



バルーンアート同好会 会長
あすなろ デイケア 渡部 基男 (わたなべ もとお)
長い風船が形を変えていき、見ている人が笑顔に変わる。
そんな魔法の世界の魔法使いを増やしたい。バルーンアート同好会の発足です!!

悪戦苦闘しながらも、
毎回楽しく
ネジネジしてます!



船釣り同好会

Toranowa People



船釣り同好会 会長
フジ虎 診療支援部 放射線科 下山 拓郎 (しもやまたくろう)
フジ虎の船釣り仲間を中心に発足し、現在では初心者さんも加わりました。
食べて美味しい魅力的な魚種を狙って楽しく活動していきましょう。

活動動画はコチラ



シマアジ五目



シロアマダイ

第1回:伊東シマアジ五目



第2回:焼津シロアマダイ



ゴキゲンな理事長



料理研究同好会とのコラボが実現!
シロアマダイをカルパッチョで
最高に美味しくいただきました!

地元の おすすめグルメ&スイーツ紹介

ツル虎ノ門整形外科・リハビリテーション病院
ショートステイはなみずきスタッフがオススメする
山梨県都留市 周辺スポット!



介護老人保健施設
あすなるスタッフがオススメする
静岡県御殿場市・裾野市 周辺スポット!



1 ハンドメイド レストラン鎌倉

都留市
上谷



煮込みハンバーグ ¥1,650 (税込)

30年以上続く洋食屋さんです。煮込みハンバーグは、ジューシーな上にボリューム満点、心が満たされ身体が喜ぶ一品です。他にもナポリタン、グラタンなどおいしいものばかり!

はなみずき 介護スタッフ
さかい ふじこ
酒井 富士子さん おすすめ



ACCESS

住所 都留市上谷5-9-15
営業 11:30~21:00
休み 木曜定休
電話 0554-45-1131

2 はなちゃん カフェ

都留市
上谷



ケーキセット ¥500 (税込)

社会福祉法人小さな花さんが経営する可愛いカフェで、障害を持った方が元気に働いています。リーズナブルで食べきれないほどフルーツとケーキが提供されます。ランチもあり、こちらもオススメ!

はなみずき 介護スタッフ
やの まゆみ
矢野 真弓さん おすすめ



ACCESS

住所 都留市上谷5-6-22
営業 10:00~17:00
休み 日曜定休
電話 0554-56-7329

3 中国料理 リき 李記

御殿場市
萩原



酢豚 ¥880 (税込)

中国人の料理人さんが来日してやっているお店です。どれも美味しいですが、僕は酢豚がおすすめです。本場中国の味を堪能したい方はぜひ、食べに行ってください。

あすなる 介護スタッフ
さの しんじ
佐野 伸治さん おすすめ



ACCESS

住所 御殿場市萩原779-8
営業 11:00~14:30 / 17:00~22:00
休み 火曜定休
電話 0550-78-6970

4 すくすく

裾野市
伊豆島田



シフォンサンド ¥250 (税込)

写真のメニューは「シフォンサンド」でイチゴとかぼちゃが乗ってます。シフォンケーキの生地ふわふわとした柔らかさがポイントです。

あすなる 看護師長
たかだ
高田 ときえさん おすすめ



ACCESS

住所 裾野市伊豆島田400-1
営業 11:00~17:00
休み 日・月・祝日定休
電話 055-993-5944

コラム
COLUMN
02

フジ虎ノ門グループ

動物写真インナーコンテスト

前回の夏の富士山写真コンテストに続き、今回もたくさんの素敵な写真が集まりました。応募数は前回を超え、日常の風景を切り取ったものからユニークなものまで、思わず見入ってしまう写真ばかりです。その中から職員投票により多くの支持を集めた作品を順にご紹介いたします。

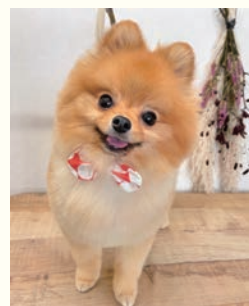
👑最優秀賞



『ケンカ勃発!!!』

先住犬と子犬のケンカが絶えない日々です。いつも温和な子なのに、こんな鬼のような表情に!!

撮影者: 小林勝美(ツル虎ノ門整形外科・リハビリテーション病院居宅介護支援センター)
撮影場所: 自宅 / 撮影機材: iPhone14



👑優秀賞

『「ゆずり葉の森」副支配人のソラ2歳です。』

副支配人のソラ2歳です。今日はトリミングしてきたのでご挨拶。ヨロシクお願いいたします。

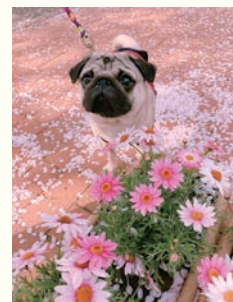
撮影者: 嶋田正(ゆずり葉の森)
撮影場所: ゆずり葉の森
撮影機材: Galaxy SC-53C

👑優良賞

『桜の花びらとあまぐり』

桜咲く日にお散歩して花びらの上で上目遣い。あざと可愛いショットです。

撮影者: 酒井裕美(フジ虎ノ門整形外科病院 看護部)
撮影場所: 御殿場時の栖
撮影機材: iPhone15Pro



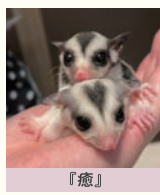
👑佳作



『初冠雪』

外を眺めているので見ると、富士山に雪が。寒くて毛布にくるまっていました。

撮影者: 酒井真紀(はまなす ラベンダー)
撮影場所: 自宅
撮影機材: iPhone13



『癒』

我が家で産まれたフクロモモンガの双子の赤ちゃんです♡

撮影者: 成澤侑伽(フジ虎ノ門整形外科病院 看護部)
撮影場所: 自宅
撮影機材: iPhone12



『みーんな集合〜♪』

この場面を見てもみんな同じ顔が集まっていて、可愛すぎたので写真を撮りました。それぞれ動くことなくじっとしていました。

撮影者: 櫻井絵美子(フジ虎ノ門整形外科病院 看護部)
撮影場所: イベントの出張動物園
撮影機材: スマートフォン

★特別賞★



『ごてんばのムツゴロウ』

芝生で動物とたわむれている会長先生の姿は普段と違いとても印象に残りました。

撮影者: 山崎昌子(フジ虎ノ門整形外科病院 看護部)
撮影場所: 高嶺の森
撮影機材: DIGNO SX3

コラム
COLUMN
03



冷たい風が吹き、空気が乾燥してくる季節になると、食卓には温かいスープと煮込み料理が並ぶようになります。今回は台湾の温かいスープとお肉料理です。冬の料理は、寒い季節をしっかり支えてくれる大切なもので、食べる事で心と体がほっとりと温まり、温かさが身体中を巡り、力が湧いてきます。

シェントウジャン

温かい豆乳をベースにした、台湾の朝ごはんとして人気のスープです。



材料

A	黒酢	大さじ 1	B	桜エビ
	ナンプラー	大さじ 1		ザーサイ
	胡麻油、塩	少々		油麩or焼パン
	豆乳	300cc		パクチー

※沸騰寸前まで温める

作り方

1. 大きめの器にAを入れる。
2. 豆乳300ccを沸騰寸前まで温めて1の器に入れ、2~3回軽く混ぜてトロミをつける。
3. Bを乗せて、辣油をちらし油麩をのせる。

ルーローハン

豚肉を八角と五香粉などのスパイスで甘辛く煮込み、ご飯の上にかける台湾の家庭料理です。本格的なルーローハン豚バラ肉で作りますが、短時間で柔らかく仕上がる方法にアレンジしました。



材料

豚ヒレ肉	300g 1センチ角	片栗粉	小さじ 1
しめじ	半袋 1センチ角	八角	1ヶ
生姜	適宜 みじん切り	胡麻油	大さじ1
ニンニク	1片 みじん切り		
醤油	大さじ 1		
砂糖	大さじ 1		
酒or紹興酒	大さじ 2		
みりん	大さじ 2		
オイスターソース	大さじ 1		



作り方

1. 豚ヒレは紹興酒と塩を少しして置き、水分を取り、片栗粉小さじ1を振って置く。
2. フライパンに胡麻油とニンニク、生姜、八角を炒め、お肉、しめじを入れ炒める。
3. 2に火が通ったら調味料を入れ、馴染んでトロツとするまで炒め、五香粉(ウーシャンフェン)を振る。
4. ごはんを器に盛りお肉をのせ葱orパクチー、温玉を添える。