



MIKASA no MORI Nursery School Communication.  
みかさの森保育園通信

2026  
vol.14



可愛く「ハート」

もも組クラスルーム



元気に「押忍！」

今回表紙を飾ってくれたのは、もも組（4歳児クラス）のお友達です！お外での撮影を予定していましたが、当日は雨のためクラス内での撮影となりました…それでも、にこにこ笑顔はいつも通り！大きなハートも、元気な「押忍！」も、一人ひとりの個性が光る、とても愛らしい写真になりました。これからも、笑顔いっぱい成長していく姿が楽しみです！

フェイスブック Instagram  
FacebookとInstagramで  
みかさの森保育園の最新情報  
をお届け致します！



保育士さん募集中！

みかさの森保育園

〒816-0906 福岡県大野城市中2丁目5番地5号  
TEL:092-504-1212 FAX:092-504-1133

ホームページアドレスはこちら  
<https://mikasanomori.jp/>

- 園児募集について ●こども達の日常
- 園でのイベント情報 ●求人募集...etc



社会福祉法人  
悠生会通信  
悠  
H H H H H H H H

2026  
vol.27



【愛犬紹介】  
今回表紙を飾ってくれたのは、中央デイ職員の愛犬「愛（あい）ちゃん」1歳・女の子・ラブラドルレトリバー」です。「名前は子どもが名付けました。とても人懐っこくて賢い、わが家のアイドルです」と話してくれました。写真上部は、糸島ファームリゾートのドッグランでたくさん遊んだあとの一枚。素敵なお洋服に身を包み、ペロを出してにっこり笑っています。写真右下部は、お風呂あがりのリラックスタイム。足をクロスして、かわいくポーズを決めてくれました。



【広報誌のご感想をお聞かせください】



悠生会通信「悠」/  
みかさの森通信について  
オンラインアンケート

地域密着型トータルケアサービス



〒816-0906 福岡県大野城市中2丁目5番5号  
TEL.092-504-1000 FAX.092-504-2192



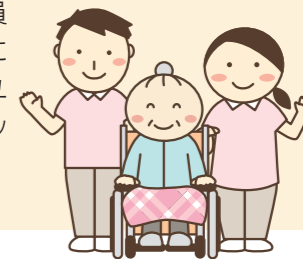
詳しくは、弊社ホームページ  
<http://www.yuseikai.jp/>  
を御覧ください。



# 特別養護老人ホーム悠生園 ユニット

～その人らしい暮らしをチームで実現する、ユニットケア～

介護職員、看護師、機能訓練指導員（PT/OT/ST）、管理栄養士、生活相談員等、多職種が連携しながら、ご利用者様一人ひとりの生活リズムを大切に、「その人らしい暮らし」を支えています。特別養護老人ホーム悠生園ユニットは、「さくら坂」「すみれ台」「ひまわり通り」の3フロアがあり、1ユニット9名、計27名のご利用者様が生活されています。



ユニットでの1日の流れをご紹介します。



■起床  
朝の光で一日が始まる。



■ショートステイ  
ご利用者様をお迎え・バイタル測定・持ち物チェック等を行う。



■ご入浴  
特浴やヒバ(ヒノキ)製風呂で、安心して入れる設備。



■お食事  
それぞれのペースで。



■レクリエーション・行事  
クッキングや季節行事等で日常に彩りを。保育園児との交流で幼老共生も実現。

**生活の場面**

**7:00 1日の始まり**  
 ・起床  
 ・身支度

**8:00 朝食**  
 ・口腔体操  
 ・歯磨き  
 ・休息

**9:00 午前の活動**  
 ・体操  
 ・入浴(週2回)  
 ・水分補給  
 ・休息

**12:00 昼食**  
 ・口腔体操

**13:00 午後の活動**  
 ・体操  
 ・入浴(週2回)  
 ・水分補給  
 ・休息

**15:00 レクリエーション 行事、ティータイム**

**介護士**

・夜勤→日勤申し送り  
 ・起床のお声かけ  
 ・洗顔、更衣、排泄介助

・食前準備  
 ・食事介助  
 ・服薬  
 ・口腔ケア  
 ・排泄介助

・ショートステイお受入れ  
 ・入浴介助(午前の部)  
 ・フロア体操

・食前準備  
 ・食事介助  
 ・服薬  
 ・口腔ケア  
 ・排泄介助

・休憩  
 ・入浴介助(午後の部)  
 ・フロア体操

・行事、レク支援  
 ・日勤→夜勤申し送り  
 ・おやつ介助  
 ・ショートステイお送り

**看護師**

・夜勤→日勤申し送り  
 ・夜間の体調変化確認  
 ・バイタル測定  
 ・排泄管理  
 ・経管栄養

・体調確認  
 ・服薬管理

・ショートステイの服薬確認  
 ・医療処置

・食事介助  
 ・服薬管理

・休憩  
 ・健康管理  
 ・バイタル測定  
 ・服薬管理  
 ・回診・カルテ準備

・経管栄養  
 ・日勤→夜勤申し送り  
 ・バイタル測定

**【随時・その他】** ・バイタル測定 ・医療処置 ・記録入力 ・体調管理  
 ・カンファレンス等各種会議 ・ご家族様ご面会対応 ・訪問理容 ・見守り ・巡視



■ティータイム  
おやつを楽しみながら、ゆったり過ごす。



■体操  
"ばたから体操"や"ユニット体操"等、て体を動かす。



■医療的ケア(服薬・経管栄養等)  
看護師が、ご利用者様の状態に応じた適切なタイミングで実施。

**生活の場面**

**17:00 夕食**  
 ・口腔体操

**18:00 入眠前準備**

**21:00 1日の終わり 消灯 ~翌朝**

**7:00 1日の始まり**

**介護士**

・食前準備  
 ・食事介助  
 ・服薬  
 ・口腔ケア  
 ・排泄介助

・休憩  
 ・排泄介助  
 ・身支度  
 ・服薬

・休憩  
 ・排泄介助  
 ・フロア巡回  
 ・コール対応

**看護師**

・服薬管理

・休憩  
 ・服薬管理

・休憩  
 ・排泄管理  
 ・フロア巡回  
 ・コール対応

夜間は職員が見守り・巡回を行い、安心して過ごしていただけるようケアを行っています。

※時間や生活の場面、職員の対応は目安です。  
ご利用者様の状態に応じて適切に対応しています。

**多職種連携**  
 他にもさまざまな職種が協力し、ご利用者様の状態に応じてケア内容を随時相談・調整しています。

**機能訓練指導員(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)**

- ・生活動作、身体機能面、食事状況の確認
- ・評価、プログラムの立案
- ・ご家族への指導(外泊時の車いすの乗降など)
- ・個別計画に基づく機能訓練の実施 ・福祉用具の選定、調整

**生活相談員**

- ・ご利用者様やご家族様の相談窓口
- ・長期入退所、ショートステイに関する手続きや調整
- ・関係機関との連絡・調整

**管理栄養士**

- ・食事 ・給食 ・栄養状態の管理と評価

毎週末、多間ホールにて、ホールリハを実施。

**ご見学・ご相談は随時受け付けております。お気軽にお問い合わせください。**

**お問い合わせ先**  
 電話 | 092-504-1000(音声案内「2番」)  
 受付時間 | 8:30~17:30(日曜・祝日・年末年始を除く)  
 施設名 | 特別養護老人ホーム悠生園(ユニット)  
 担当 | 地域連携部

# お手軽レシピの紹介

～新生活の疲れに！ビタミンたっぷり～

## 豆苗ともやしのシャキシャキナムル



IT'S COOKING TIME!



### 材料

- 豆苗 : 1袋 (約100g)
- もやし : 1袋 (200g)
- 人参 : 1/2本 (約70g)

### 作り方

- ① 豆苗は根を落とした後、3等分に切る。人参は千切りに。
- ② ①をレンジで耐熱ボウルに野菜を入れ、ふんわりラップをして電子レンジ (600W) で約3分加熱。
- ③ レンジの後は、キッチンペーパーで水気をしっかりギュッと絞る。
- ④ タレで和える。

### 黄金のタレ

- 鶏ガラ : 大さじ1/2
- ごま油 : 大さじ1.5
- にんにくチューブ : 1cm
- 塩・こしょう : 少々
- すりごま : 大さじ1~2

### 栄養UP! ちょい足しアレンジ

・桜えび(カルシウムUP) ・ツナ缶(たんぱく質UP) ・ちりめんじゃこ(香ばしさUP)

特別養護老人ホーム悠生園 管理栄養士 西さんより ✨栄養メモポイント✨



春は環境の変化で疲れが出やすい季節。豆苗には代謝を助けるビタミンB群や抗酸化作用のあるビタミンCが豊富で、手軽に体調管理をサポートします。安価で手に入りやすい食材で元気をチャージしましょう。

#### 【豆苗の豆知識】

根元を水につけると1週間ほどで再収穫できます(再生栽培)。食育として育ててみると楽しいですよ!



## 悠生園デイサービスセンター 理学療法士 坂本さんが優秀演題4選に選出されました!

2025年11月14日~16日、広島県民文化センター(広島県福山市)で開催された「第23回日本通所研究大会」において、「悠生園デイサービスセンター 理学療法士 坂本京陸さん」が研究発表を行い、見事に優秀演題4選に選ばれました。

#### 演題名:

"在宅生活を維持するリハビリテーション介入とマネジメント～前庭系へのアプローチによる転倒予防の一症例～"

#### 発表内容や感想

超高齢社会において、要介護高齢者の在宅生活の維持は重要な課題であり、転倒はその継続を妨げる大きな要因の一つです。転倒予防にはバランス機能の向上が不可欠であり、特に前庭系の賦活は転倒リスクの軽減に有効とされています。デイサービスで働く中で、ご利用者様の在宅生活を継続していくためにはどのような介入が良いのか、日々悩みながら業務に取り組んでいます。

本研究では、前庭系へのリハビリテーション介入を通じて、身体機能や活動レベルの向上がみられ、転倒リスクの軽減と在宅生活の継続につながった一症例について報告しました。今回の発表を通して、在宅生活の維持につながったことを嬉しく思っています。

今回の研究にご協力いただいたご利用者様、ならびに法人の支援に感謝するとともに、今後も、より質の高いリハビリテーションの提供を通じて、在宅生活の継続を支援し、デイサービスの役割と価値を示していけるよう努めてまいります。

## 2025年度 お客様満足度調査の集計が終了いたしました。

集計結果につきましては、右記QRコード、悠生会HP『2025年度 お客様満足度調査報告』に常時掲載しております。または、ご利用されている各事業所までお問い合わせください。



## 『令和7年度家族会』へのご参加ありがとうございました。

令和7(2026)年2月28日(土) 10:00~12:00、特別養護老人ホーム悠生園 多間ホールにて開催し、50家族(計70名)がご参加されました。機能支援部より嚙下機能についてや、各委員会での取組みについて発表を行いました。



### 職員紹介

特別養護老人ホーム悠生園

おだ しょうた

## 小田 祥太

①「子どもと一緒に楽しくゴルフを練習中! この前はいいスコアが出ました!」と、親子でスコアはみるみる上達中! ②ボウケンノモリ(篠栗町)で、子どもと一緒にアスレチックを楽しみました! ③「一家でUSJに行きました!」と、全員でキャラクターに大変身!



- Q 好きな食べ物 A 焼肉・寿司
- Q 理想の上司 A 成長意欲が高く、責任感がある人
- Q 好きなもの(趣味) A ゴルフ、野球観戦
- Q 好きな言葉 A 「一期一会」

- Q この仕事について理由 A 母が老人ホームで看護師をしていたこともあり、高齢者の方と接する機会も多く、自分自身も母親と同じように高齢者の方と関わる仕事がしたいと思い、介護の道を選びました。

### Pick Up

## 育児休業を取得されたご感想をインタビュー

- Q 育児休業を取得しようと思ったきっかけは? A 制度が変わり、取得しやすい環境になったことが一つのきっかけです。また、上司から「取ってみたいなら?」と声をかけてもらえたことも大きかったですね。これまで3人の出産時は5日間の休暇のみだったので、今回はしっかり取ってみたいと思いました。
- Q どのくらいの期間取得されたのですか? A 育休としては約2週間取得しました。出産前からリフレッシュ休暇も活用し、いつ生まれても対応できるような体制を取らせてもらいました。
- Q 実際に取得してみてどうでしたか? A 本当に取って良かったと思っています。生まれたばかりの子どもと過ごす時間がしっかり持てましたし、ミルクをあげたり、抱っこしたり、これまでよりも深く関わることができました。
- Q ご家庭ではどのように過ごされましたか? A 上の子どもたちの送り迎えや食事の準備、お風呂なども担当しました。正直、仕事より忙しかったです(笑)。でも、妻がこれまでずっとやってくれていたことを実感できましたし、少しでも支えられたのではないかと思います。
- Q これから育休を考えている職員へメッセージをお願いします。 A 迷っているなら、ぜひ取ってほしいです。この時期の子どもとの時間は今しかありません。職場の雰囲気も温かく、応援してもらえる環境があります。安心して制度を活用してほしいですね。



スタッフ募集中!  
採用サイトはこちら→



# お別れ遠足

2026年2月24日(火)、りんご組(5歳児)が楽しみにしていたお別れ遠足。バスや電車を乗り継いで向かった先は、NHK福岡放送局です!



↑原稿を見ながらカメラ目線で読める特殊な機械に「すごい!」と驚きながらの、アナウンサー体験。天気予報の原稿読みには「むずかしい!」と言いながら挑戦しました。



←ななみちゃん(NHK BS放送のイメージキャラクター)のアニメができるまでを映像で学び、「へえ〜!」とテレビの裏側に興味津々。

お弁当タイム



最後はお楽しみのお弁当タイム!「見て見て!」と見せ合いながらあつという間にべろり、「たりない!」のお声も。特別な時間になりました。

←グリーンバック体験では、まるでテレビの中に入ったよう!画面に映る自分たちの姿に大興奮でした。



# 卒園式

2026年3月14日(土)、みかさの森保育園にて卒園式を執り行いました。りんご組(5歳児クラス)22名がこの日、園を巣立ちました。



保護者の皆さまともも組(4歳児クラス)に見守られながら、卒園児たちは一人ひとり名前を呼ばれ、卒園証書を受け取りました。少し緊張しながらも、しっかりと前を向く姿に成長が感じられました。



クラスでは、これまで練習してきた歌を披露。心をひとつにした歌声が会場に響き、あたたかな雰囲気に包まれました。



もも組(4歳児クラス)が持つ花のアーチをくぐりながら退場。



式の最後には、保護者の皆さまとともに笑顔で記念撮影。たくさんの思い出とともに、新たな一歩を踏み出しました。

# 新0歳児室のいま

—スタートから1年を迎えて



2025年4月より運用を開始した新0歳児室。地域の子育て支援の充実に目的に、特別養護老人ホーム悠生園ユニット棟1階を改修いたしました。

広い保育室は床暖房を完備し、園庭側は全面ガラス張り。自然光が差し込み、窓からはみのりのもり(里山)や園庭を望むことができます。



空間の広がり、子どもたちの活動の広がりへ。今後も安全で安心できる保育環境づくりを進めてまいります。



みかん組(0歳児クラス)を代表して、園児さんにズバリお聞きしました。

Q. ほいくえんはどうですか?

A. たのしい!(こころのこえ)

みかん組(0歳児クラス)の担任だけでなく、フリーの先生にもお聞きしました。

Q. 実際に使ってみていかがですか?

A. 新しい保育室で、ハイハイやつかまり立ち、走るなど、身体をしっかりと使って気持ちよさそうに遊んでいます。

窓から外で遊ぶ他クラスのお兄ちゃんお姉ちゃんの様子を真剣に見たり、遊びを真似したりする姿も見られ、子どもたちにとって良い刺激になっています。

# 充実の課内・課外保育

こころが動く、からだ弾む。その瞬間を大切に。

ピアノに合わせて表現する力を育む「音楽リトミック」や、リズムに合わせて楽しく体を動かす「ダンス教室」、マット・鉄棒・跳び箱・トランポリン等を通して運動能力の基礎を養う「体操教室」、英語に親しみながら言葉への興味を広げる「英語教室」などの課内保育に加え、水に親しみながら全身を使った活動を行う「スイミング」も実施。

また、保育理念である「6育(知育・体育・徳育・情育・意育・食育)」のもと、非認知能力(最後までやり遂げる力、人と上手にコミュニケーションする力、気持ちをうまくコントロールする力)の向上を育成。多様な体験を通して一人ひとりの成長を支え、心と体のバランスのとれた発達を育むとともに、安心して新たな一歩へ挑戦できる環境づくりを大切にしています。

## スケジュール

	毎週	名前	対象年齢
課内	月曜日	音楽リトミック	1歳児~
課内	水曜日	ダンス教室	3歳児~
課内		体操教室	3歳児~
課内	木曜日	英語教室	1歳児~
課外	金曜日	スイミング	4歳児~



音楽リトミック



ダンス教室



体操教室



英語教室



スイミング