

# Wa!

vol. 57  
2026 Winter



新年のご挨拶 ..... 2

かすみケアグループカレンダー 2026 ..... 3

かすみケアグループニュース

「ここえどマップ」「ここえどカード」が厚生労働大臣最優秀賞を受賞しました／  
地域感謝祭を開催しました ..... 4

健康のキホン

聞こえづらいをあきらめないで 番外編

「きこえの相談外来」を受診してみませんか ..... 5

管理栄養士監修レシピ Kasumi Keittio

鶏団子の柚子みぞれ鍋 ..... 6

# ハドルを組んで 伝える言葉は 思いやり



かすみヶアグループ  
社会福祉法人真正会 理事長  
医療法人真正会 理事長  
一般社団法人Hauskaa 代表

**齊藤 正身**

明けましておめでとうございます。数年前から経営危機が叫ばれていた中、今回の報酬改定では、医療、介護ともにプラス改定が実現しそうです。私たちグループも、個々のスタッフの精一杯の努力も限界に来ていきましたので、有難い結果になりました。修繕などに充てられることも嬉しいですが、特に求められているのは間違いなく賃金アップ、処遇改善です。人や地域に尽くす私たちの仕事が報われること、前を向いて今年も頑張っていきたいと思います。

私たちの今年のテーマは、「ハドルを組んで伝える言葉は思いやり」です。

2023年11月に行ったスタッフ海外研修はオーストラリアのタスマニア州でした。州都であるホバートの施設や病院など5か所を視察しましたが、ロイヤルホバート病院のRepatriation Centre（亜急性期から緩和ケア、リハビリテーション、地域医療の拠点）に訪問した際に、そこで毎朝行われているミーティングの名称がHuddle Meeting（ハドル・ミーティング）でした。ハドルとはアメリカンフッ

トボールなどの試合中、フィールド上で行われる作戦会議です。円陣を組み、情報共有や作戦の伝達を短時間に行います。この手法を医療の現場に応用していることを知った私たちは、帰国後早速、長時間になりがちな朝の申し送りを「ハドル」と名付けて、有意義な情報共有や速やかに課題解決ができる場として意識改革を図ってまいりました。スタッフたちは、ハドルを組むことの大切さや意味は理解していると思いますが、「伝える言葉は思いやり」という意識を持って取り組んでいるのかどうかを問い合わせる素晴らしいテーマだと思います。思いやりの対象となるのは、患者さん、入居者さん、利用者さん、ご家族、そして仲間たちですね。単に情報を伝えれば良いとか、性急な解決を図るのではなく、思いやりを持って対応する、まさに人と人だからこそ取り組みです。AIやDXだけでは私たちの仕事は成り立ちません。医療、介護、ケア、リハビリテーション、全てに必要な「思いやり」を忘れずに、私たちのグループは今年も心のあるチームとして進んでいきたいと思います。

2026年1月吉日

# かすみケアグループカレンダー 2026

Spread your wings.

## 翼を広げて



『翼を広げて』は、「自分の力を試してみよう」「自立しよう」のような意味を込めています。様々な災害や戦禍で暮らす人々のことを考えると、下を向いて立ち止まってしまうような日々ですが、今こそ一人ひとりが、次の世代のために切り拓いていく、ワクワクする明日を夢見て羽ばたいていくことが求められている気がします。

今年のカレンダーもオーストラリア、海外研修の原点であるタスマニア州ホバートの近郊、ジョージア様式の建物が並ぶ町リッチモンドです。リッチモンドブリッジは、コール川に架かるオーストラリア最古の砂岩を積んで作られた石橋ですが、視察研修の際には必ず訪れる素敵な場所です。

橋を渡って次の町へ、新たな発見を求めて今年も前に進んでいきたいですね。

かすみケアグループ 代表

斎藤 正身

※なお、カレンダーは、かすみケアグループの各施設で配布しております。  
予定枚数が終了次第、配布は終了させていただきますので、予めご了承ください。

これまでのカレンダーも  
こちらからご覧いただけます。  
<https://kasumi-gr.com/calendar/>





## 「ここえどマップ」「ここえどカード」が厚生労働大臣最優秀賞を受賞しました



このたび、川越市地域包括支援センター中央ひがしが取り組んできた「ここえどマップ」「ここえどカード」の活動が、厚生労働省主催「第14回 健康寿命をのばそう！アワード」(介護予防・高齢者生活支援分野)において、厚生労働大臣 最優秀賞を受賞しました。

「健康寿命をのばそう！アワード」は、国民一人ひとりが健康で自立した生活を送れる期間、いわゆる“健康寿命”的延伸を目的として、厚生労働省が全国の優れた取り組みを表彰する制度です。介護予防や高齢者の生活支援、地域づくりなどの分野で、社会的効果や独創性、継続性、発展性が高く評価された事例が選ばれます。

「ここえどマップ」は、高齢者の方が安心して外出できるよう、地域の散歩コースやトイレ・ベンチの位置などを掲載したお散歩マップです。地域住民の声をもとに作成され、外出のきっかけづくりとして活用されています。さらに、このマップを土台として発展したのが「ここえどカード」です。協力店舗に立ち寄ることでポイントが貯まる仕組みを取り入れ、継続的な外出や運動を促すとともに、



店舗スタッフとの自然な会話や声かけを通じて、地域での見守りや交流につながっています。

今回の受賞は、地域住民の皆さん、協力店舗、川越市社会福祉協議会、関係機関、そして日々現場で支えてきた職員一人ひとりの力が結びついた成果です。この取り組みが全国的にも評価されたことは、かすみケアグループにとって大きな誇りです。今後も、地域に根ざした支援を大切にしながら、誰もが安心して暮らし続けられるまちづくりに取り組んでまいります。

### ● 川越市のサイトにも掲載されています

<https://www.city.kawagoe.saitama.jp/kenko/fukushi/1006925/1019851.html>



## 地域感謝祭を開催しました

2025年11月2日(日)に第29回地域感謝祭を開催しました。

今年は天候にも恵まれ、1,200人以上の方にご来場いただきました。

恒例のマグロ販売も大盛況で、ステージでは、地域の皆さんによる太鼓演奏や学生によるパフォーマンス、職員の「よさこい」など、大変盛り上りました。

地域への感謝とつながりを改めて感じる機会となりました。





健康生活に役立つ医学知識をわかりやすく解説！

# 健康のキホン

聞こえづらいをあきらめないで《番外編》

2026年1月より  
補聴器の対応も  
可能となりました

## 「きこえの相談外来」を受診してみませんか

人の聴力は、40歳代から徐々に衰え始め、60歳代で聞こえにくい音が増え、70歳代後半になると約半数の人が難聴に悩むようになるといわれています。また、難聴は認知症の危険因子の一つにも挙げられています。一度、耳鼻咽喉科専門医（補聴器相談医）を受診してみませんか。

医療法人真正会 言語聴覚士  
大住 雅紀

### ● 実際の対応の流れ

1. 聞こえの問診表記載や、聞こえのセルフチェック
2. 補聴器相談医による聞こえに関する問診と耳の診察
3. 言語聴覚士による聴力検査



- ① 純音聴力検査（気導・骨導）  
「どれくらい小さな音まで聞こえるか」を調べる検査です。さまざまな高さ（周波数）の音を聞き、その音が聞こえた最小の大きさを測定することで、耳の聞こえの程度を数値で評価します。
- ② 語音聴力検査  
「聞こえた音をどれだけ正しく理解できるか」を調べる検査です。言葉を聞いて、書き取ってもらい、その正答率から、会話の聞き取りやすさを評価します。
4. 聴力検査結果の説明や難聴の診断
5. 補聴器適合の判断や補聴器に関する情報提供
6. 聞こえにくさに対するコミュニケーションや生活上のアドバイス
7. 認定補聴器専門店への情報提供や、補聴器の試聴のサポート
8. 定期的なフォローアップ（耳の診察や聴力の状態など）

### ● 利用された方の声

開始して10か月  
「聞こえていると思っていたけど、聞こえていなかったんですね」「補聴器をつけるようになって、聞こえるようになりました」「会話も仕事も楽になりました」「相談してよかったです」など好評の声をいただいております。



聞こえに問題を感じたら、霞ヶ関南病院外来までお気軽にご相談ください。  
「きこえの相談外来（月曜午後 予約制）」にてご相談をお受けいたします。  
お問い合わせ先：霞ヶ関南病院 外来直通電話 TEL. 049-239-7272

元気においしく!  
管理栄養士  
監修レシピ



*Kasumi  
Keittio*

カスミ・ケイッティオ

かすみケアグループの  
管理栄養士がおススメする、  
この季節にぴったりの  
ヘルスケアレシピを  
ご紹介します。

Keittioは「台所」を意味する  
フィンランド語

柚子の香りと色で華やか、寒い季節にピッタリ!

# 鶏団子の柚子みぞれ鍋



柚子独特の香りと鮮やかな色はもちろん、皮の苦みと果汁の酸味も良いアクセントに

## ●材料(2人分)

鶏ひき肉(もも)…200 g	A
卵…1個	
長ねぎ…1/3本	
生姜…1/2かけ	
柚子の皮…1/2個分	
塩…小さじ1/4	
片栗粉…大さじ1	
大根…1/2本	
白菜…1/2個	
水菜…1/2束	



消化も助ける大根おろしですが、フードプロセッサーを使えばより簡単に



鶏団子はスプーン2本を使って一口大に丸め、鍋に落とし入れます

- ① 焼き豆腐は4等分に切る。人参、大根、生姜は皮をむいて人参は短冊切り、大根、生姜はすりおろす。白菜はざく切りにし、ぶなしめじは石づきを落として手でほぐす。水菜は5cm程度に切る。長ねぎは2/3本は斜め切りにし、残りの1/3はみじん切りにする。柚子は1/2を輪切りにし、残りの1/2は皮をすりおろす。
- ② ボウルにAを入れ、よく混ぜ合わせる。
- ③ 鍋に水と白だしを入れて、しっかり混ぜ合わせてから中火にかけ、沸騰したら②をスプーンなどですくい、落とし入れて8分ほど弱火で煮込み火を通す。
- ④ 白菜、水菜、長ねぎ、人参、ぶなしめじ、焼き豆腐を入れて煮る。火が通ったら大根おろしと輪切りにした柚子を乗せて煮込む。



医療法人真正会 管理栄養士

福井 千尋

柚子の皮はヘスペリジンやリモネンといった血行促進作用のある成分を含むため、寒い冬にも身体を末端まで温めてくれます。今回は皮をすりおろし、鶏団子に混ぜて使用し、残りの半分も輪切りにして鍋の具材として召し上げるようにしました。白だしと大根おろし、柚子を合わせることで、さっぱりとした飽きのこない味に仕上がり、見た目も華やかです。鍋を作った翌日にも、野菜と鶏団子の旨味、栄養とともにスープとしても美味しい召し上がれます。アクセントには柚子胡椒、鍋のシメとしてはご飯や焼き餅、うどんなどいろいろなアレンジで楽しむことができますのでぜひお試しください。

# 外来担当医のご案内

2025年6月1日より

●休診の場合がございます。ホームページなどでご確認ください。

## 霞ヶ関南病院

●受付時間… [午前] 8:30~11:00

[午後] 13:30~16:30

●診察開始時間… [午前] 9:00

[午後] 14:00

		月	火	水	木	金	土
内 科	午前	担当医	伊藤 薫	海津 啓之 永原 昂太	徳永 貴久 (第1、3、5週) 井上 和之 (第2、4週) 伊藤 雅美	伊藤 薫	埼玉医大総合 医療センター
	午後	長川 史	伊藤 薫	永原 昂太	埼玉医大国際 医療センター (第1、3、5週) 井上 和之 (第2、4週)	伊藤 薫	
脳神経外科	午前			海津 啓之			
	午後		海津 啓之		埼玉医大国際医療センター		
糖尿病内科	午前		(伊藤 薫)	松本 博 (第1、3、5週)	(井上 和之) (第2、4週)	(伊藤 薫)	松本 博 (第2、4週)
	午後		(伊藤 薫)	松本 博 (第1、3、5週)	(井上 和之) (第2、4週)	(伊藤 薫)	松本 博 (第2週)
眼 科	午前				橋本 加奈 (診察開始9:30~)	木下 望	
	午後					木下 望	
整形外科 (予約制)	午前	渡邊 芳子		渡邊 芳子		渡邊 芳子	
	午後				渡邊 芳子 (隔週)		
検査 (予約制)	午前			腹部エコー	胃カメラ	視野検査	
	午後	心エコー			頸動脈エコー	視野検査	
もの忘れ外来 (予約制)	午前	長島 一公				長島 一公	
	午後			長島 一公		長島 一公	
リハビリ テーション科	担当	伊藤 雅美	原 元彦	海津 啓之 伊藤 雅美	伊藤 雅美	大林 茂 (第1、2週) 伊藤 雅美 (第3、4週)	
きこえの相談外来 (予約制)	午後	佐々木 祐佳子					
歯 科 (完全予約制)	担当		廣井 美紀	佐伯 真弓	中山 京英		

その他検査について レントゲン、MRI検査、CT検査、心電図、骨密度検査：随時

※予約優先となります。 ※各科、休診の場合がございます。

※川越市特定健康診査、個別がん検診、個人健診（予約制）

※インフルエンザ、肺炎球菌、風疹ワクチン対応しています。

外来直通電話 **049-239-7272**

※詳しくは外来受付までお問い合わせください。

●休診の情報はホームページ からご覧いただけます。

[https://kasumi-gr.com/kasumi\\_south/outpatient/day\\_off/](https://kasumi-gr.com/kasumi_south/outpatient/day_off/)

こちらのQRコードからも  
ご覧いただけます



## あいなクリニック

●受付時間… [午前] 9:00~11:30

[午後] 14:00~16:30

●診察開始時間… [午前] 9:00

[午後] 14:00

		月	火	水	木	金	土
皮膚科 小児皮膚科	午前	太田 房代	佐藤 綾子	太田 房代	佐藤 綾子	佐藤 綾子 佐藤詩穂里	太田 房代
	午後	太田 房代	佐藤 綾子	太田 房代	太田 房代	太田 房代	

※予約なしでも当日受付で受診できます。

※帯状疱疹ワクチン対応しています。

※再診（前回と同じ症状で受診希望）の場合はお電話にて予約できます。

※美容皮膚科については金曜日午前の佐藤詩穂里外来で行っています。

施術は要予約になります。

電話番号 **049-231-1131**

※詳しくは受付までお問い合わせください。



## かすみケアグループのご案内



### 社会福祉法人 真正会

#### ● 介護老人福祉施設 真寿園 〒350-1173 川越市安比奈新田292-1

TEL.049-234-8838

- ・短期入所生活介護真寿園……TEL.049-233-3661
- ・居宅介護支援事業所真寿園……TEL.049-234-4140
- ・デイサービスセンター真……TEL.049-239-3581
- ・デイサービスセンター寿……TEL.049-277-7315
- ・小規模多機能型居宅介護事業所園 (SONO) ……TEL.049-236-3300
- ・グループホーム園 (SONO) ……TEL.049-272-7935

#### ● ケアセンターよしの 〒350-0844 川越市大字鴨田3355-1

- ・デイサービスセンターよしの……TEL.049-223-3288
- ・ホームヘルプサービスよしの……TEL.049-226-2163
- ・居宅介護支援事業所よしの……TEL.049-225-1166
- ・川越市地域包括支援センターひがし分室……TEL.049-298-7807

#### ● ケアセンター小仙波 〒350-0031 川越市大字小仙波947-1

- ・デイサービスセンター小仙波……TEL.049-227-5050
- ・居宅介護支援事業所小仙波……TEL.049-227-5151

#### ● グループホームアーツあいな 〒350-1173 川越市安比奈新田278-2

TEL.049-237-2770

#### ● 川越市地域包括支援センター中央ひがし 〒350-0036 川越市小仙波町2-53-1 川越市医師会館1階 TEL.049-227-7878

#### ● 川越市地域包括支援センターひがし 〒350-0024 川越市並木新町2-5 桜ビル2階 TEL.049-235-7731



### 医療法人 真正会

#### ● 霞ヶ関南病院 〒350-1173 川越市安比奈新田283-1

TEL.049-232-1313 (代表) TEL.049-239-7272 (外来専用)

- 入院 (医療療養病棟、障害者施設等一般病棟、回復期リハビリテーション病棟)、外来
- ・通所リハビリ・デイホスピタル……TEL.049-232-1400
- ・健康増進施設 SKIP トレーニングセンター……TEL.049-232-1313

#### ● 霞ヶ関在宅リハビリテーションセンター 〒350-1173 川越市安比奈新田259-2 TEL.049-231-5121 (代表)

- ・通所リハビリ デイリビング……TEL.049-231-5123
- ・霞ヶ関中央クリニック 訪問医療、訪問リハビリ……TEL.049-239-3353
- ・訪問看護ステーション・スマイル……TEL.049-233-2525
- ・訪問介護 コール、定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業所 コール……TEL.049-233-8341
- ・居宅介護支援事業所しんしあ……TEL.049-239-3560

#### ● ケアラウンジ南大塚 〒350-1165 川越市南台2-11-4 南台ハイツ1F

TEL.049-238-1188

#### ● 川越市地域包括支援センターかすみ 〒350-1174 川越市かすみ野1-1-5 Hauskaaかすみ野 1F TEL.049-234-8181

#### ● 川越市地域包括支援センターだいとう 〒350-1165 川越市南台2-11-4 南台ハイツ1F TEL.049-249-7766

#### ● あいなクリニック 〒350-1175 川越市笠幡5053-2 TEL.049-231-1131



### 一般社団法人 Hauskaa

#### ● Hauskaa かすみ野 〒350-1174 川越市かすみ野1-1-5 TEL.049-233-9265 (代表) TEL.049-239-3933 (賃貸住宅運営)

(介護予防) 福祉用具貸与／特定(介護予防) 福祉用具販売／住宅改修事業所／賃貸住宅運営／

Rikas カフェ、焼きたてパン、北欧雑貨、駄菓子



#### 今号の表紙写真は……

今号の表紙写真は、介護老人福祉施設「真寿園」1階にある地域交流スペース「あいな一番街」の談話コーナーの一つで、奥は茶室になっています。ほかにも、入居者がさり織りを染しめる「さり工房」や、指導員とともに陶芸が学べる「河肥焼 真寿窯」などがあり、真寿窯は一般の方もご利用可能(有料)です。ご利用希望者は、介護老人福祉施設「真寿園」までお問い合わせください(連絡先は本ページ上)。

#### Wa! とは?

手に手をとる“輪”、みんなの“和”、喜びの“わあ!”を、表現しています。かすみケアグループは、「Wa!」を通じて地域の皆さんに、保健・医療・福祉に関するお役立ち情報を届けいたします。

かすみケアグループの情報をお届け

**Wa!** [ワ!] vol.57 2026 Winter  
発行: かすみケアグループ