

ご自由にお持ち帰り下さい

wakamatsu  
dayori

若松  
だより



日本医療機能評価機構  
第JC423号 認定病院

2026  
140  
号

変えるべきもの  
変えてはいけないもの ..... 1

「余白を残す大切さ」 ..... 2

認知症デイケアあしやぎの紹介 ..... 3

高額介護サービス費とは？ ..... 4

地域包括ケア病棟の日々の取り組みについて ..... 5

Medical Healthy Recipe・寒さに負けない体作り ..... 5

こころのサプリメント・小さな美術展 ..... 6

「北中城若松病院療養者の権利」について ..... 6





## 変えるべきもの 変えてはいけないもの

アガペ会理事長 涌波 淳子

新年あけましておめでとうございます。2026年も神様に守られ、  
こうして皆様と共に新年を迎えられることを心より嬉しく思います。

昨年は物価高騰と人財確保の厳しさに直面し、私たちも苦しい判断を迫られる場面が多くありました。その中で療養者やご家族の皆様にもお願いせざるを得なかったこともあり、ご負担やご不便をおかけしたことと思います。改めて深くお礼申し上げます。

一方で、人口が減少する中、後期高齢者数がピークを迎える2040年に向け、より良い医療・介護を将来にわたって提供し続けるためには、「変えるべきもの」を前向きに変えていく努力も欠かせません。私たちは昨年、医療DXを一歩ずつ進めてまいりました。若松苑では介護職員が音声入力でカルテを記載できるシステムを導入し、回復期リハビリ病棟では眠りスキャン(睡眠データ解析ベッド)や見守りカメラを整備しました。クリニックでは、AIを活用してカルテ記載を効率化し、医師が少しでも多くの時間を患者さんとの対話に充てられるようにしました。また、事務部門でも議事録作成の自動化やクリニック電話対応のコンピュータ化など業務の見直しを図っております。

こうした変化は、慣れるまでは職員にも患者さんにも不安や戸惑いを与えてしまうことがあります。実は、私自身も、昨年末にパソコンとスマートフォンを新調し、「連動すると便利になる」と説明を受けながら、まだ使いこなせずに四苦八苦しています。それでも慣れた先には、きっと今より効率的に仕事ができるはずだと信じてチャレンジを続けています。保険証の仕組みも変わり、社会全体が大きく動いている今こそ、「変化を受け入れる姿勢」が求められていると感じます。

しかし同時に、「変えてはいけないもの」を守り抜く覚悟も必要です。アガペ会の理念である『アガペ(神の愛)に生かされ、アガペに生きる ~療養者とそのご家族の幸せ、職員とその家族の幸せ、地域社会の幸せ~』、これは、どれほど時代が変わっても揺らぐことのない私たちの医療と介護の土台となります。聖書の中に「いつまでも残るものは、信仰と希望と愛です。その中で一番優れているのは愛です。(コリント人への第一の手紙13章13節)」という言葉があります。どれほど技術が進んでも愛に基づく医療・介護という原点は変わりませんし、変えてはいけないものです。

効率化やデジタル化は、それ自体が目的ではありません。すべては、療養者のご家族、そして働く仲間の「真の幸せ」を守り、育てていく手段です。それには、政治や経営側の知恵も職員の努力も必要ですが、同時に療養者とそのご家族のご理解やご協力も必要です。2026年も皆さまとともに歩んでまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

# 「余白を残す大切さ」

ケアプランステーションゆい 玉元 英理

## 皆さんは日頃の生活で余白を意識することはありますか？

私たちは暇を見つけては何かと予定を入れがちですが、情報過多の現代、「何もしない時間」や「余白を作る大切さ」が意識され始めています。同様にケアマネジメント業務でも余白を残す大切さを感じる事があります。

これは十年ほど前に担当した脳梗塞により麻痺が残った80代男性のお話ですが、奥様と長男さん、嫁いだ長女さんと、とても仲の良いご家族でした。一年ほどデイケアへ通い順調に回復していたのですが、その後、再発し入院され、介助量が増え、経管栄養を選び退院することとなりました。長男さんは夜勤もあり、長女さんも頻繁に実家へ通う事が難しい為、退院後は有料ホームで生活する事になりました。

当時はご本人の安全とご家族の負担を減らす事を一番に考え、ケアが必要なところは全てサービスで埋めていましたが、入院から数えて一年ほど経った頃、その方は施設で静かに最期を迎えました。奥様は「あの人は一年かけて覚悟を決めさせてくれた」と穏やかなご様子でしたが、「私は何もしてあげられなかったな」と言う長女さんの寂しげな表情が忘れられません。

それから数年経ち、看取り調整を担当した時のお話です。ご利用者は百歳の女性で徐々に食事も摂らず寝る時間も長くなっていました。医師から看取りの時期に来ている事が告げられ、予後はひと月から三か月程。お子様たちは協力的で時間に余裕はあるものの、体力的には厳しい面がありました。しかし、残された時間を悔いなく過ごせるよう、訪問看護師から喀痰吸引の方法を指導してもらい、看護師不在の時間帯はお子さんたちが傍につき、夜間も適時吸引をしていました。それからひと月ほど経った日の早朝にその方は旅立たれました。深夜から6時までは長男さんが付き添い、長女さんと交代するタイミングだったそうです。

当初長男さんは現状が受け入れられず「お母さんはまた元気になる」とおっしゃっていましたが、傍につきる事で徐々に現状を受け入れ、次第に覚悟も固まっていきました。葬儀なども終わりご家族とお会いした際、「親孝行できましたね」と伝えると「お陰様で最期まで母につき添ってあげる事が出来ました」と、その表情は穏やかでした。

ケースは違えど全てをサービスで埋めるのではなく、場合によっては「家族がしてあげる事を残す」大切さを実感した出来事でした。

認知症デイケアあしやぎは、



認知症のある方が、安心して日中を過ごせるよう  
病院が運営する通所型の支援サービスです。

デイケアあしやぎ 高垣 弘志 (作業療法士)

医師・看護師・作業療法士・公認心理師・介護福祉士など多職種のスタッフが連携しながら、一人ひとりに合わせた支援を行っています。

薬の管理や血圧・体調の確認といった医療的ケアに加え、回想法、園芸活動、体操、手工芸、レクリエーションなど五感を刺激し脳を活性化する活動を実施しています。心身の機能維持・回復を図り、認知症の進行をゆるやかにすることを目指しています。

## 利用対象

- 医療的ケアが必要な認知症の方
- 医師がデイケアの利用が適していると判断した方

## 利用の流れ

- ① 認知症外来  
の受診 ※認知症外来は予約制です。  
北中城若松病院外来へ電話でご予約して下さい。
- ② デイケアの  
見学・説明 認知症と診断された方は、まずデイケアの様子を見学していただきます。  
ご本人・ご家族にプログラムの内容や過ごし方をスタッフが丁寧に説明します。
- ③ デイケアあしやぎの利用開始

## どんなことをしているの？

利用開始時には医師の診察と看護師による健康状態の確認を行います。午前中は回想法など人との交流を中心に、ゆったりとした時間を過ごします。午後は園芸・アロマセラピー・体操・散歩などを通して心と体をリフレッシュし、脳の活性化を図ります。

また、ご本人の興味や関心、これまでの職業経験や特技を活かした活動も取り入れています。



※写真はご本人・ご家族の承諾を得て掲載しています

認知症の方が住み慣れた地域で「その人らしい生活」を続けられるよう、あしやぎはサポートしていきます。

# 高額介護サービス費とは？

## 知っておきたい払い戻し制度について

若松苑 事務課  
與那嶺 道代

介護保険のサービスを利用すると、原則として1割～3割を自己負担して頂いています。しかし、月によってはサービスの利用が多くなり「思ったより自己負担が高くなった」と感じることもあるかと思います。そんな時に役立つのが「高額介護サービス費」という制度です。

どのような制度かといいますと、介護保険サービスには月ごとに「自己負担の上限額」が決まっています。(所得によって変わります。

下表を参照してください) 月の自己負担がその上限を超えた場合は、超えた分が後から払い戻されるという制度です。

例えば、1ヶ月の介護保険サービスの自己負担の合計が30,000円の場合(自費分除く。食事代・居住費等)

- 上限額44,400円の方→払い戻しなし
- 上限額24,600円の方→5,400円払い戻し
- 上限額15,000円の方→15,000円払い戻し

区分	限度額
課税所得690万円(年収約1,160万円)以上の方	140,100円(世帯)
課税所得380万円以上690万円未満(年収約770万円以上約1,160万円未満)の方	93,000円(世帯)
住民税課税世帯で課税所得380万円(年収約770万円)未満の方	44,400円(世帯)
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)
● 老齢福祉年金受給者の方	24,600円(世帯)
● 前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方等	15,000円(個人)
生活保護受給者の方等	15,000円(個人)

※上記は自費部分は含みません。 ※上記の区分金額は令和6年4月制度改正によるものです。

### 払い戻しの方法

- ① サービス利用後、2～3ヶ月後にお住まいの市町村から対象者の方(月の上限を超えた方)へ通知が届きます。
- ② 通知が届いたらその内容に基づいて申請をします。
- ③ 申請が受理されるとご本人の口座に振り込まれます。

※一度申請すると、次回からは手続き不要で自動的に振り込まれるようになります

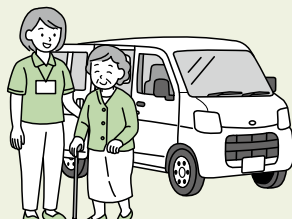
**最初の申請は必要です！通知が届いたら、忘れずに手続きををしてください。**



### 介護サービス費の対象



- 在宅サービス(在宅介護)



- 通所サービス(施設通所)



- 入所サービス(施設介護)



# 地域包括ケア病棟の日々の取り組みについて

～患者・家族・地域のニーズに応えるためにできること～

第1病棟主任 新垣 瑞樹（看護師）

私たち「地域包括ケア病棟」には、急性期病院での治療を終えて在宅復帰を目指す方や、在宅療養中のサービス調整を目的に入院する方など患者・家族の背景は様々です。

一人一人の体の状態だけでなく、生活の様子や希望を丁寧にお聞きして、食事や排泄、入浴など日常生活の動作を大切にしながら、その方や家族の背景や介護の状況を把握して、必要なケアの指導を行っています。

看護師だけでなく、多職種での連携をとりながら日々のケアにあたっています。「この方のゴールはどこになるだろうか？達成するためには何が必要になるだろうか？今私たちができることは何か」をスタッフ皆で考えなが

ら対応しています。患者・家族に寄り添って、その人らしい生活が継続できるようにするために、どのようなサポートが必要になるか試行錯誤の毎日です。

医療は日々変化しており、私たちも常に新しい情報をキャッチしてケアに活かせるように、定期的に勉強会を開催し、スタッフ皆で互いに学びを深めています。たくさんの患者・家族との関わりの中で、私たち自身も成長できるような日々頑張っています。



Medical  
Healthy  
Recipe



## 寒さに負けない体作りに

若松苑 栄養課  
与那覇 久美子（管理栄養士）

冬は寒く乾燥し、養生が特に大切な季節です。体を温める食材や免疫力アップ、そして冷えに負けない体を作るための工夫を献立に取り入れ、しっかり体を整えて冬を乗り切りましょう。そこでおすすめしたいのがフーチバージュージーです。

フーチバーの香りは食欲をそそり、カルシウムや鉄などのミネラル、βカロテン、ビタミンC、ビタミンEなどの栄養素を豊富に含み免疫力アップに役立ちます。また、ぼろぼろジュージー（雑炊）にしても美味しくお召しがりいただけます。ぜひ食卓に取り入れてみてください。

### フーチバージュージー（よもぎの混ぜご飯） <材料4人分>



- 米……………2合
- 乾燥しいたけ…2g
- 塩……………小さじ1
- 豚もも肉…40g
- にんじん…40g
- しょうゆ……………小さじ2
- フーチバー…20g
- あわせだし汁(鰹、豚) 2と1/2カップ

#### 【作り方】

- ① 米は30分～1時間前に洗ってざるに入れ、水気を切っておく。
- ② 豚もも肉は丸ごとゆでて小さめの角切りにする。
- ③ にんじん、戻したしいたけも②にあわせて切る。
- ④ 鍋に米、②、③、豚だし汁、鰹だし汁、塩、しょうゆを入れて混ぜ合わせ、炊きあげる。
- ⑤ 盛りつける直前に細かく刻んだフーチバーを入れて、軽く混ぜ合わせる。

# 小さな美術展

チャプレン室 瑞慶山 真

「もう生きていたくない…」ある療養者の言葉でした。

その方は手工芸が好きで、介護度が重くなった今も、スタッフと一緒に季節ごとの作品づくりをコツコツ続けています。お部屋の入り口、ベッド周り、食事をする席の周りなど、少しでも置いたり掛けたりができる場所があれば、そこは作品が並ぶギャラリー。フロア入り口で迎えてくれたり、掲示板いっぱい到大作が飾られることもあります。

ドライブ好き、カニ採り（釣り）名人という話も聞くと、アクティブな方という印象をもちましたし、その経験は作品づくりにもいかされているようで、感性も豊かな方だと思いました。それだけに、頭の中では思い通りにイメージが膨らんでも、その通りには仕上がらない作品、以前のようには続かない体力と集中力…。きっとそれだけではない思いも込み上げて、口から出た本音の一部分だと思いました。

何をどう言えばいいのか、私の頭には一言も浮かんでいませんでした。でも、かえってそれが良かったのかもしれません。励ます言葉が見

つからなくっても、自分が励まされた事、新しい作品がいつも楽しみな事、これだけは伝えよう。「出来ない事の方が増えたかもしれませんが、でも、人を喜ばせたり、感動させたりする力は少しも小さくなっていない。それどころかもっと大きくなっていますよ」と。

その関わりの延長線上に、売店前で始まったちいさな美術展があります。色づかいや形の工夫（苦労）を見つける時、小さな作品一つひとつが、大きな思いが込められている事、多くの時間が注がれている事を語っています。私がおの方に近づくよりも早く、その方の内側にある輝きに照らされていたんだと気づかされました。

**わたしの目には、あなたは高価で尊い。わたしはあなたを愛している。 イザヤ書43章4節**



## 「北中城若松病院療養者の権利」について

- ①個人の人格を尊重した医療やケアが受けられます。  
個人の人格、価値観などが尊重され、医療従事者との信頼と協力関係のもとで医療やケアを受けることができます。また、終末期ケアを受ける際もできる限り個人の尊厳が保たれ、あらゆる可能な助力を受けることができます。
- ②必要な医療やケアを平等に受けられます。  
社会的身分・人権・宗教などの差異、または障がいの有無に関わらず、必要な医療やケアを平等に受けることができます。
- ③十分な情報を得ることができます。  
ご自分が受けている医療やケアについて、理解できるまで説明を求めることができます。またご自分の診療録の開示を求めることができます。
- ④自己決定が尊重されます。  
十分な説明と情報提供を受けた上で、自由な意思にもとづいた治療方法の選択、決定が尊重されます。また自己決定の際に、主治医以外の意見（セカンドオピニオン）を求めることができます。
- ⑤個人の情報は守られます。  
診療に関する個人の情報は守られます。ご本人の承諾なくして、直接関わる医療従事者以外の第三者に対し開示されることはありません。  
ただし法的義務のある場合や生命の危機に瀕する場合は、その限りではありません。  
※なお療養者ご本人が、明確な意思表示をできない場合でお困りの際は、医療福祉相談課または病棟課長に遠慮なくご相談ください。



アガペ会理念

アガペ(神の愛)に生かされ、アガペ(神の愛)に生きる

わたしがあなたがたを愛したように、あなたがたも互いに愛し合いなさい(聖書 ヨハネ福音書13章34節)

《理念の意味》 アガペとは「神様の愛」というギリシャ語です。私たち職員は、神様と周囲の多くの方々に愛されて生きてきた事を感じ、神様が愛されている目の前の療養者・利用者とそのご家族の皆さんの幸せ、職員とその家族の幸せ、地域社会の方々の幸せを目指して医療とケアを提供していきます。

北中城若松病院

〒901-2395 沖縄県北中城村字大城 311  
☎/098-935-2277 FAX/098-935-2272

- ・地域包括ケア病棟
- ・回復期リハビリ病棟
- ・認知症治療病棟(休床)
- ・特殊疾患病棟(認知症の方も含む)
- ・認知症デイケア あしやぎ

介護老人保健施設 若松苑

〒901-2314 沖縄県北中城村字大城 327  
☎/098-935-5858 FAX/098-935-5807

- ・入所療養介護
- ・短期入所療養介護
- ・若松苑デイサービス
- ・若松苑訪問リハビリテーション

地域医療包括ケアセンター

複合型高齢者施設 ふれあいの里 若松

〒901-2311 沖縄県北中城村字喜舎場 360-1

3F ..... サービス付高齢者住宅 アガペファミリエ ☎/098-935-4165

2F ..... グループホームわかまつ ☎/FAX/098-935-1021

1F ..... ファミリークリニックきたなかぐすく  
☎/098-935-5517 FAX/098-982-0708

通所リハビリテーションきたなかぐすく ☎/098-982-0717

訪問看護ステーション若松 ☎/098-935-5818

訪問リハビリテーションきたなかぐすく ☎/098-923-3154

B1F ..... ヘルパーステーション若松 ☎/098-935-5202

ケアプランステーション ゆい  
☎/098-935-3066・098-935-5968

地域医療包括ケアセンター事務所 ☎/098-935-3093  
クリニック以外の事業所の FAX は 098-935-5855 (共通)

看護小規模多機能ホーム若松 きたなかぐすく

〒901-2316 沖縄県北中城村字安谷屋 1346 番地 1 (1F)  
☎/098-982-0181 FAX/098-982-0183

グループホーム若松 ぎのわん

〒901-2201 沖縄県宜野湾市新城 1-20-6  
☎/098-892-5104 FAX/098-892-5111

小規模多機能ホーム若松ぎのわん

〒901-2206 沖縄県宜野湾市愛知 2-3-2  
☎/098-892-1673 FAX/098-943-1085

宜野湾市地域包括支援センター ふてんま  
新オレンジサポート室

〒901-2202 沖縄県宜野湾市普天間 1-9-3  
☎/098-943-4165 FAX/098-943-4067 (ふてんま)  
☎/098-943-4085 FAX/098-943-4702 (新オレンジサポート室)

宜野湾市赤道老人福祉センター

〒901-2205 沖縄県宜野湾市赤道 1-5-17 ☎/098-893-6400

宜野湾市伊利原老人福祉センター

〒901-2221 沖縄県宜野湾市伊佐 4-3-17 ☎/098-890-7131

老人デイサービスセンターしおさい

〒901-2321 沖縄県北中城村字美崎 262 ☎/098-935-5190

<https://www.agape-wakamatsu.or.jp>

※今号で使用している写真はご本人の同意を得て掲載しております

