

ひまわりの丘（大崎市三本木）



代表理事就任にあたっての ごあいさつ

代 表 理 事 大 坪 俊 男



平素より当法人の運営にあたりましては、宮城県、各市町村、介護事業者など関係各位からご指導とご支援を賜り、心より感謝を申し上げます。

このたび、令和8年5月26日第25回通常総会において、前代表理事佐藤年夫の退任に伴い、代表理事に就任いたしました。

前代表理事におかれましては、調査員を含め約20年間にわたりご尽力を頂き、様々な課題等を解決するとともに、当法人の発展に多大な貢献をして頂き、心より敬意と謝意を表します。この先も引き続きご指導を賜りますようお願いいたします。

今般、私が代表理事という重責を担うこととなり、改めてその職責の重さに身の引き締まる思いであります。前任者が築かれた安定した運営基盤の継続と、関係機関や介護事業者各位との信頼関係を引き継ぎ、更なる発展を目指して尽力いたす所存であります。

近年、介護現場を取り巻く環境は、要介護者の増加や人材不足、介護職員の高齢化、物価高騰、感染症対策などかつてない課題に直面しております。

こうした状況を踏まえ、介護サービス情報の公表や地域密着型サービス外部評価は、指定調査機関による客観的な調査を通して、利用者や家族、介護事業者の信頼をつなぐ架け橋になっていると確信し、信頼性と透明性の高い調査活動に取り組んでおります。

さて、調査を受ける立場と調査をする立場を経験した者として、「介護は与えられる時代から、利用者や

その家族が選ぶ時代」であることを学ぶことができました。この教訓を活かしながら制度の趣旨を理解し、次の二点を大切に調査に臨むよう心掛けております。一つ目に、介護サービス情報の公表制度は、介護事業者が報告した介護サービス情報と実際のサービス内容を確認し、調査結果は情報公表することで、介護サービス利用者は比較検討を行い、自ら介護事業所を適切に選ばれることを通じて、介護サービスの質の確保と向上に繋げる仕組みであると捉え調査にあっております。

二つ目は、地域密着型サービス外部評価制度は、事業者や職員が色々な角度から自らの業務やその成果を点検する自己評価と、外部評価調査員が介護事業者と対話を通して、お互いの気づきから介護サービスの質の向上に結び付ける手段であります。対話の中から見えてくる気づき等は改善の機会として捉え、その積み重ねが介護サービスの質の向上につながると確信しております。また外部評価結果を公表することで、介護サービスを利用する利用者及び家族が、介護事業所を選択する際の情報として活用される仕組みであります。

今後も介護保険制度の基本を忘れず、指定調査機関として介護事業者から信頼され、この制度があって良かったと言われるよう、新体制のもと調査員一丸となって、より一層努力してまいります。

今後とも皆様方のご指導とご支援を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

第25回通常総会終了報告

特定非営利活動法人
介護の社会化を進める一万人市民委員会
宮城県民の会 第25回総会

介護の社会化を進める一万人市民委員会宮城県民の会「第25回通常総会」は、5月26日（火）13時30分より仙台市生涯学習支援センターにおいて開催されました。

司会、仮議長に堀川禎則会員を選出し、正会員数77名中出席者34名、委任状提出者24名の計58名で、定款27条の条件を満たしていることを確認、総会の成立が宣言され、代表理事挨拶（佐藤代表理事

欠席のため大坪副代表理事代読）に続き、宮城県長寿社会政策課長様、仙台市介護事業支援課長様、前衆議院議員岡本あき子様よりのお祝いメッセージ（伊藤事務局長代読）が披露されました。

続いて議長に加藤 仁 会員を選出、議事録署名人に田中由里子、長谷川重人両会員を選任して議事案件の説明と審議が行われ、全案件のご承認を賜りました。

（「評決結果」は下記の通り）



記

第1号議案	令和7年度事業報告の承認（伊藤事務局長）	◇賛成：58 ◆反対：0
第2号議案	令和7年度決算報告の承認（藤井事務局員）	◇賛成：58 ◆反対：0
第3号議案	令和7年度監査報告の承認（伊藤事務局長）	◇賛成：58 ◆反対：0
第4号議案	令和8年度事業計画（案）の承認（伊藤事務局長）	◇賛成：58 ◆反対：0
第5号議案	令和8年度活動予算（案）の承認（伊藤事務局長）	◇賛成：58 ◆反対：0
第6号議案	令和8年度定款変更（案）の承認（伊藤事務局長）	◇賛成：58 ◆反対：0
第7号議案	令和8年度役員改選（案）の承認（伊藤事務局長）	◇賛成：58 ◆反対：0

最後に加藤議長の解任挨拶で総会の全日程を滞りなく終了し、佐藤はるみ理事の閉会の言葉で締め括り、14時40分に散会しました。

2025 年度各種活動状況報告

1. 介護サービスの情報の公表制度調査
調査期間：2025.10.07～2026.03.06
対象事業所：539
2. 地域密着型サービス外部評価調査
調査期間：2025.07.28～2026.03.30
対象事業所：114

3. 広報活動

News Letter 発行：2025.07 2026.01
Home Page：更新、検索等の容易化推進

4. 会員支え合い活動

「相続等に関する法律問題」の講演会開催
（2025年6月 参加者：30名）

5. なんでも相談

2025年度相談件数：4件 （152号に掲載の
「6件」は誤りのため、ここに訂正いたします。）

訃報！（工藤さんを偲ぶ…）

2017年に当会会員となり、各種調査や編集委員として活動された工藤俊廣さんが、去る4月19日に急逝されました。

愛犬との朝夕散歩を含め、1～2万歩の歩行や腕立て伏せ、腹筋等のストレッチ運動等を日課にし、若い頃の体形を維持し「高卒後に作った背広を今も着用している！」と語っていた工藤さん。また、外部評価の調査日が決まると、事前に好きなドライブ

を兼ねて奥様と一緒に訪問する事業所の周辺まで行き、準備をされていたとのこと。

2018年末からはニュースレターの編集委員として活動に加わり、調査で同行された皆さんが話された趣味等を記憶にとどめ、「交流の広場」記事等の投稿依頼を率先して行って下さいました。

工藤さんがご活躍された調査や編集活動での功績は多大で、この先の当会の発展には欠かせない存在でしたが、不意に襲われた病魔には勝てず、急逝されたことは、誠に残念でなりません。

ここに謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

新 理 事 紹 介 （五十音順）

令和5年から当会で外部評価及び情報の公表の調査員として活動しております。

先祖代々のお寺との関わりを大切に、現在は宗派の推進員としても活動しています。趣味は仮名書道、和服を縫ったり着たりすること、料理、国内外の旅行です。また、スポーツジムで健康づくりを続けながら、刺し子や民藝、美術・建築に親しみ、古いものを丁寧に使う暮らしを楽しんでいます。

旧国鉄、NTT等で勤務した経験を生かしながら、理事として皆様が無難に意見を交わせる風通しの良い組織づくりに努めてまいります。



＜加藤 仁＞

知人からのお誘いで会員になり2年、介護の経験が無く講習で学んだことが全てで、調査に同行する皆さんにご迷惑をお掛けするばかりですが、皆さんから教えて頂きつつ、調査業務を行っております。

そのような私が理事ということで不安ばかりですが「明るく、誰とでも会話すること」が私のモットーですので、皆様の助言を頂きながら、微力ではありますが万人市民委員会の発展のため努力してまいります。今後ともよろしくお願いいたします。＜木内明徳＞



IT、エネルギー、宇宙など科学技術全般に関心があり、YouTubeやNHK「サイエンスゼロ」をよく視聴しています。家庭菜園での野菜づくりも楽しんでいますが、真夏の酷暑や雑草の異常な生育を体感する中で、地球温暖化への危機感も強くなってきました。

一昨年から事務局業務をお手伝いしており、今後はホームページをタイムリーに更新し、会員の皆様に役立つ情報を分かりやすくお届けしていきたいと考えています。

また、最近AIを気軽に使えるようになってきましたので、業務の効率化や作業改善にも積極的に取り組んでいきたいと思っていますので、どうぞよろしくお願いいたします。＜藤井 繁＞



＜藤井 繁＞

長年ご尽力くださった前理事の皆様のお陰で、今の一万人があることを改めて感じております。

感謝の気持ちを胸に、身に余る役割ではありますが、皆様と一緒に楽しく、活気ある活動を作って行きたいと思っています。

私生活では、健康維持と気分転換のためミニテニスを長年続けており、最近子猫2匹を迎えて毎日振り回されつつも癒されています。

そんな日々の小さな元気を糧に、万人にも新しい視点やエネルギーを持ち込めたらと思います。まだまだ学ぶことも多いですが、どうぞ気軽に声をかけていただければ嬉しいです。

今後ともよろしくお願いいたします。＜鹿又智恵子＞



第25回総会において理事に承認されながら、戸惑いと自信のなさが頭と心の両方が未だぐるぐる回転しています。思えばこの20年も万人と共に過ごして来たのに、一体何をして来たのだろうと思いつつ覚悟を決めねばと自分を叱咤激励、万人の今後の発展に微力ながら努力して行きたいと思う今日この頃です。

故大川元代表の「頑張らないけど諦めない」。私はこの言葉に励まされここに至っています。

しかしながら皆様のご協力とご支援なくしては任務を全うできないのは必至ですので、皆様何卒よろしくお願いいたします。



＜庄司恵子＞

私が介護に参加することになったのは、母が64才の時（平成元年）に脳卒中を患い、右半身不随となったことがきっかけでした。その後、訪問介護でヘルパーさん達の支援を受けるとともに、リハビリに励み、自身で体を動かせるようになったことで、私もヘルパーの資格に挑戦・取得し、一緒に母のお世話をすることができました。

この制度の素晴らしいこと、誰でも安心して介護を受けられるよう頑張っている方々のお手伝いが、少しでもできれば幸いと思い携わって行きますので、よろしくお願いいたします。



＜嶺岸とも子＞

役員退任の皆様、長い間お疲れ様でした

（代表理事）	佐藤年夫	（副代表理事）	阿部武治	荒井勝子	箕輪元三
（専務理事）	伊藤友行	（常任理事）	團 順子	（監事）	近江洋一
（理事）	遠藤千代	佐藤静江	曾根 務	仲野紀夫	早坂幸代 前田泰子

〔五十音順
敬称略〕



「フレイル（心身の虚弱状況）予防」に 注目を集める「社交ダンス」



会員 川村 勉

日本の高齢者数は、1970年に人口の7%に達して「高齢化社会」に入り、1995年には14%を超えて「高齢社会」となり、その12年後の2007年には、ついに21%を超え「超高齢社会」に突入した。そして、昨年2025年の高齢化率は29.4%を記録すると推測されています。

これに伴い、加齢に伴う心身の活力（筋力、認知機能、社会的繋がり等）が低下し、健康状態と要介護状態の中間にあたる段階の「フレイル」症状が現れることから、『フレイル予防』が重視されるようになっていきます。

フレイル予防の3本柱には「運動」「栄養」「社会参加」に加えて、「口腔ケア、持病管理」を含めた総合的な生活習慣改善が鍵だと言われ、筑波大学の研究では「社交ダンス」が男性のフレイル予防に最も効果的

で著しい効果があると報告され、女性にも非常に有効であるとのことでした。

私は社交ダンス初級のサークルに参加して長いのですが、男性はリードがうまく伝わったかどうかで一喜一憂していますが、合間に交わす相手とのやり取りや仲間とのコミュニケーション等で癒されます。

ダンスを始めた動機はさておき、趣味としているこの活動が健康維持に繋がるのだと私なりに解釈しています。

30年前、「Shall we dance?」がブームになったことがありましたが、最近新たに目直されている社交ダンスを、この機会に覗いてみてはいかがでしょうか。



《フレイルの基準》

Fried が提唱した下記の5項目から判断されることが多く、3項目以上が該当するとフレイルで、1項目または2項目だけの場合には、フレイルの前段階であるプレフレイルと判断します。

- ① 体重減少：意図しない年間4.5kgまたは5%以上の体重減少
- ② 疲れやすい：何をしても面倒だと週に3-4日以上感じる
- ③ 歩行速度の低下
- ④ 握力の低下
- ⑤ 身体活動量の低下



＜編集後記：出口＞

全国各地で熊の出没が相次いでいる。以前は山に生息し、登山や山菜取り等で入山した人が出会い頭に襲われることがあっても、多くの場合は人を見つけると恐れて逃げていた熊。しかし最近は昼夜を問わずに人間の生活圏内を平然と歩き回っており、仙台中心部に近い市街地においても目撃情報が増えている。

熊との“共存社会”が問われているものの、人間

社会の変化や気候変動等により熊の生態系も変化していることなどから、難題が解決するのはまだまだ先になりそうである。

以前は時間やコースを気にせず、気ままにポッチラン（1人で走る）をしていたが、「早朝や夕方はやめよう！」「大好きな自然満載のコースは危険！」と考えて、思うように走れずにいる。一日も早くマイコースを気ままに楽しみながら、ポッチランする日が来ることを切に願っている。

＜特定非営利活動法人＞ 介護の社会化を進める一万人市民委員会宮城県民の会
＜住所＞〒983-0852 仙台市宮城野区榴岡4-2-8 仙台MTビル EAST 2階
TEL 022-293-8158 FAX 022-293-8230 E-mail/ichi@ichimannin.com

NewsLetter
編集委員

遠藤千代 曾根 務 出口 香

