



みそらのブログ
ぜひご覧ください



みそら 株式会社 美空

HP

Instagram



〒783-0091
高知県南国市立田1544-2
設立年月日
2006年12月4日

業務内容
地域通所介護
日常生活支援総合事業
小規模多機能型居宅介護

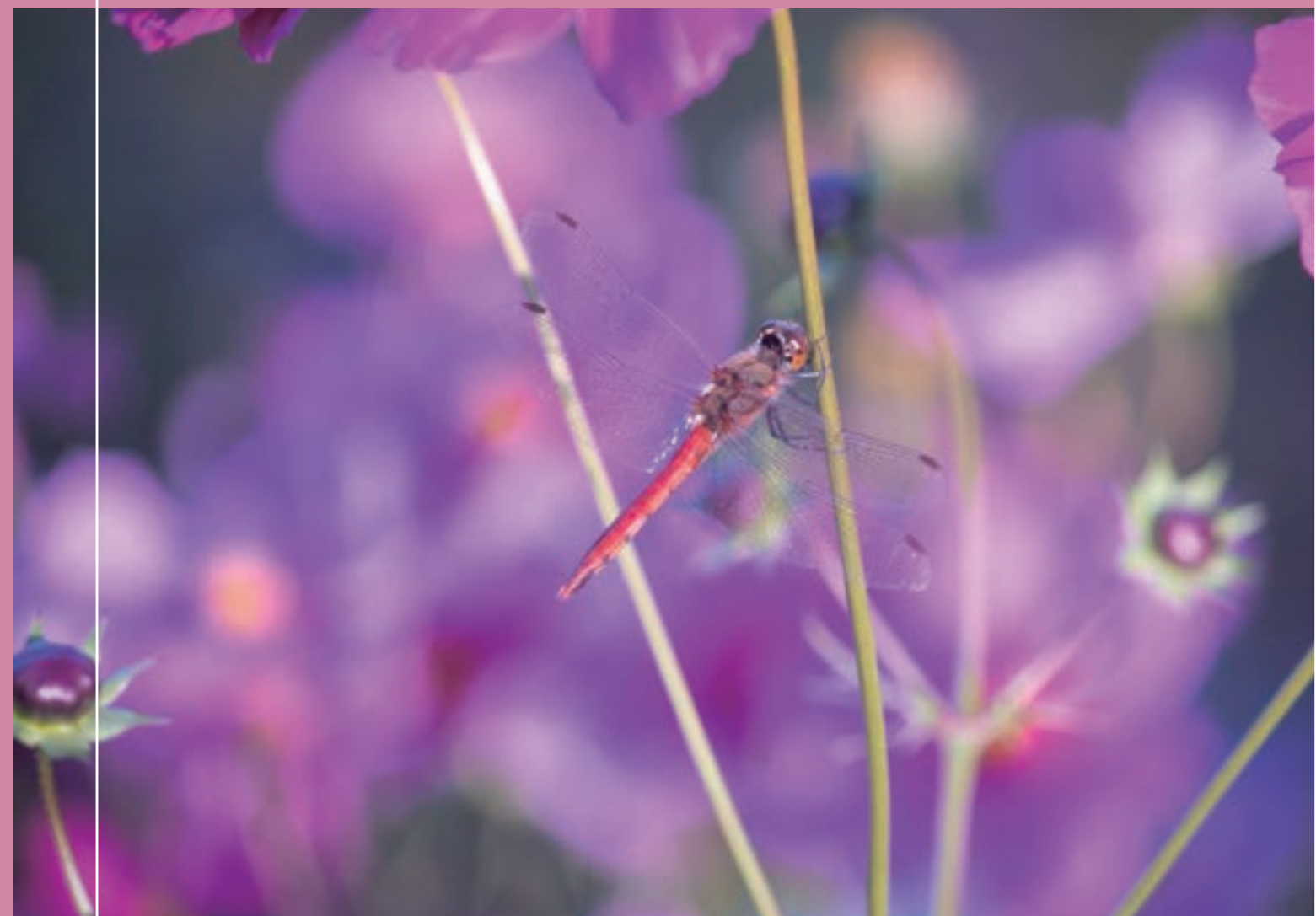


PHOTO



CONNECT

—地域をつなぐケア情報—



高須コスモス畑

いつもの毎日を、大切に

- ・みそら芸術祭 2026
- ・実習生のみなさん、ようこそ！
- ・家でできるちょっとした関わり

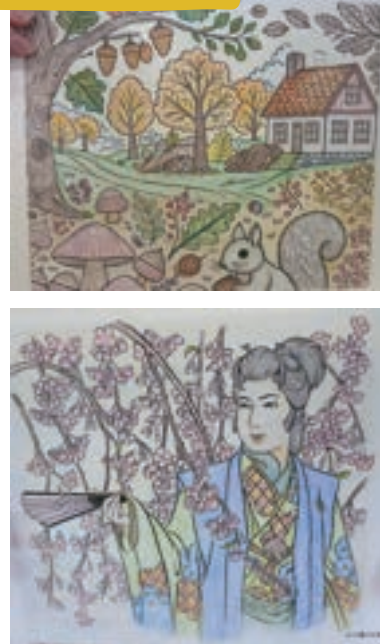
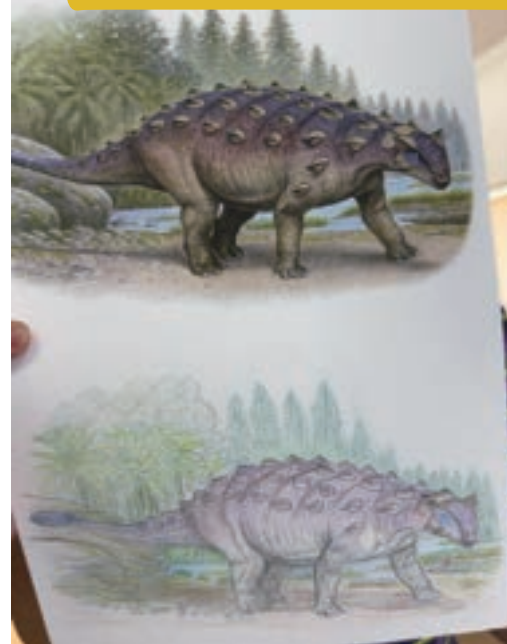
09.10
2026
合併号

みそら芸術祭

2026

各事業所から作品を提供していただきました
どうもありがとうございました！

デイサービスみそらの利用者様の模写と塗り絵
緻密で高精細！色彩感覚も素晴らしい作品です！
恐竜好きの我が子がすごすぎる・・・と感嘆して
いました。



小規模多機能型居宅介護事業所
みそら職員の作品、利用者様と
職員の似顔絵です。一人一人の
お顔、ほんとうによく似ていて
名前がなくても分かります！



小規模多機能ホームみそら山田
の利用者様と職員の合作！とん
でもなくかわいいカレンダー
です♡それぞれのうさぎさんに
センスを感じます！



エッ!屋内で!?流しそうめん!



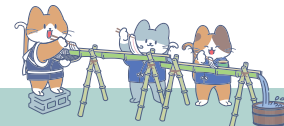
ほっと便り



みそら デイサービス

日常生活支援・レクリエーションで自立支援
南国市十市1524番地2 ☎ 088-865-8171

夏は食欲が落ちやすい季節ですが、流れる水に涼を感じながら食べるそうめんは格別。
利用者の皆さんも箸が進み、笑顔あふれる楽しいランチタイムとなりました。流れるそ
うめんを上手につかむには、タイミングを見極める細かな手の動きが必要です。季節
の行事を楽しみながら、自然と手指のリハビリにもつながる、
充実したひとときとなりました。



みんなでかしわ餅作り



みそら 小規模多機能型
居宅介護事業所

通い+泊まりで柔軟に生活をサポート
南国市立田1544-2 ☎ 088-803-4113

柏餅作りに挑戦しました。技能実習生も参加し、あんこを包んだり、柏の葉で包んだり、
みんなで協力しながら手作り。自分で作った柏餅を味わうのも、また格別です。郷愁を感じ
る食べ物を取り入れながら、手先を使う活動にも取り組んでいます。



流しそうめん夏祭り



小規模多機能型

サテライトみそら

通い+泊まりで柔軟に生活をサポート 南国市堀ノ内631番地1 ☎ 088-856-5196

みそら恒例の「流しそうめん」を、3月に新しくできた事業所で初めて開催
しました。流れてくるそうめんをすくう楽しさや、みんなで食卓を囲む時間
は、自然と会話や笑顔を引き出してくれます。ノンアルコール飲料も楽しみ
ながら、季節を感じるひとときとなりました。こうした季節の行事を通して、
楽しみながら人との交流や生活の活気につなげていきます。



ひと編み、ひと編み。



小規模多機能ホーム

みそら山田

通い+泊まりで柔軟に生活をサポート 香美市土佐山田町楠目1465 ☎ 0887-52-8391

暑い夏も、編み物を楽しんでいます。毛糸を手し、ひと目ずつ丁寧に編む時間は、
手先を使うだけでなく、集中して取り組む楽しさにもつながります。少しずつ形に
なっていく過程や、完成したときの達成感も楽しみのひとつ。それぞれのペースで
楽しめる手仕事を、これからも取り入れていきます。



日々是歳時記

編集者の偏愛コラム

「残暑(ざんしょ)」
暦の上では秋を迎えながらも、なお続く暑さのこと。夏の名残を
感じつつ、少しずつ季節の変化を感じる時期です。





ようこそ、高知へ

この夏からみそらの各事業所に外国人技能実習生が配属されました。インド、ナガランド州からみそらへようこそ！

みなさんのことをもっと知りたい、知ってもらいたい、ということで10の質問をぶつけてみました。



Welcome to Kochi

- 01 はい、日本での生活には慣れました。
- 02 仕事は順調です。みなさんととても親切で支えてくださるので、毎日安心して楽しく働いています。
- 03 困ったことや助けが必要な時は、監理団体に相談しています。
- 04 休日は掃除をしたり、少し勉強をしたり、ご飯を食べて過ごしています。特別なことはあまりしていません。
- 05 美しい自然と豊かな文化が自慢です。特に伝統料理やお祭り、音楽、そして温かく迎えてくれる人々を誇りに思っています。
- 06 ディズニーのアニメを見ることと、字を書く練習をすることです。
- 07 伝統料理や音楽、お祭りが人気です。
- 08 日本料理や編み物、裁縫を学んでみたいです。新しいことに挑戦するのは楽しそうだと思います。
- 09 はい。毎日ではありませんが家族とは連絡を取っています。電話をすると、初めて家族と離れて外国で暮らしているので、つい泣いてしまいます。
- 10 みなさん本当に親切にしてくださり、この素晴らしい職場で働けることをとても幸せに思っています。これ以上ないくらい素敵な職場だと感じています。みなさんの優しさと支えに心から感謝しています。



Pradhan Pooja
プジャ

Age
26

デイサービスみそら



Sangtam Kotila
コティラ

Age
27

小規模多機能型居宅介護事業所
みそら



Question

01. 日本での生活には慣れましたか？
03. 困った時はどうしていますか？
05. ナガランドの自慢できることを教えてください。
07. ナガランドでは今、何が流行っていますか？
09. 家族とは連絡を取っていますか？



10 Questions for Our Technical Interns

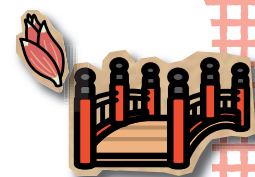
- 01 まだすべてではありませんが、日本での生活には少しずつ慣れてきています。
- 02 今のところ順調です。ただ、言葉の壁があるので、会話では少し苦労しています。
- 03 困ったことがあれば周りの職員さんに相談しています。みなさんいつも快く助けてくれます。
- 04 友達に会いに行ったり、一人で散歩したり、時には一日中寝て過ごすこともあります。
- 05 親切な人々や文化、伝統、そして環境への適応力やおもてなしの心など、誇れるものがたくさんあります。
- 06 特別な特技はありませんが、新しい言語を学ぶことが好きです。5つの言語を話すことができます。体を動かすことでは、自転車に乗るのが好きです。
- 07 今はファッションが流行っていると思います。
- 08 できるだけたくさんの場所を訪れて、日本をもっと知りたいです。
- 09 はい。家族とは2日に1回くらい連絡を取っています。
- 10 いつでもベストを尽くして、誰かの幸せのきっかけになれる人でいてください。



Ezung Zuben Zaremo
ズベン

Age
22

小規模多機能ホーム
みそら山田



02. 仕事はどうですか？
04. 休日はどのように過ごしていますか？
06. 趣味や特技は何ですか？
08. 日本にいる間に挑戦してみたいことはありますか？
10. 一言メッセージをお願いします！



Chiero Kapre
カブレ

Age
24

小規模多機能型居宅介護事業所
みそら



家でできる“ちょっとした関わり”



在宅生活においては、環境が安定している一方で、社会的交流や日常的な役割の機会が減少しやすく、生活機能の低下や意欲の低下につながることがあります。そのため、日常の中での関わりを意識的に持つことが重要になります。

ただし、特別な介護技術や負担の大きい支援を行う必要はなく、生活の延長線上での自然な関わりが有効です。

例えば、食事場面での声かけ（「味付けはどうですか」「今日はいつもと違いますね」など）は、摂食意欲の維持やコミュニケーションの活性化につながります。また、家事動作（洗濯物の整理・食器拭き・簡単な調理補助など）と一緒に関わることは、残存機能の維持や役割意識の保持に寄与します。

さらに、テレビ視聴や天候・季節に関する会話といった非構造的コミュニケーションも、見当識の維持や精神的安定に一定の効果が期待されます。

重要なのは「支援する」という一方向の関わりではなく、「共に行う」という視点です。過介助を避け、本人のできる力（ADL・IADL）を尊重しながら関わることで、生活の自立度を保つことにもつながります。

日常の小さな関わりの積み重ねが、生活機能の維持と心理的安定の両面において重要な役割を果たします。



今月の一曲

♪ Goodbye Yellow Brick Road/ ELTON JOHN

少し切なさを感じるメロディと、どこか懐かしさのある雰囲気の特徴の一曲です。派手さはありませんが、心に残る余韻があり、秋の季節のような“もの思いにふける時間”にもよく合います。

ゆったりとした時間の中で聴くと、日常の中に少し違った景色が広がるような感覚を味わえる楽曲です。

ちいさな本棚



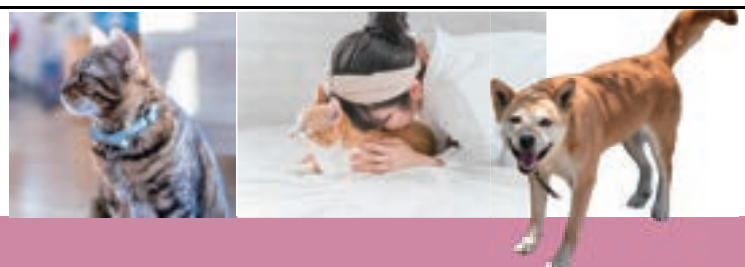
今月の一冊
『星の王子さま』
著:サン＝テグジュペリ
訳:内藤 濯
岩波文庫

子どもの物語として知られていますが、大人になって読むと新しい気づきがある一冊です。相手を理解しようとする、人とつながりの大切さ——今月の特集とあわせて、そんなことを考えるきっかけになるかもしれません。

セルフケア してますか？

ペットを吸ってリラックス

動物と触れ合うことで
幸福度アップ↑



「日本の職場で技能実習生を見かけるようになったけれど、
彼らはどうやって日本に来ているんだろう？」

そう疑問に思ったことはありませんか？実は、いきなり日本にやってきて
明日から働く…というわけではありません。母国での厳しい努力と、来日後の入念な
準備を経て、ようやく現場に立つことができるのです。

今回は、技能実習生が日本の現場で働くまでの道のりをご紹介します！

現場で「こんにちは！」と少し緊張気味に、でも丁寧に挨拶してくれる技能実習生たち。彼ら・彼女らがどんな道のりを経て私たちの目の前に立っているか、ご存じでしょうか。「日本に来て働きながら日本語を覚えるのかな」と思ったら大間違いで、実は私たちが想像する以上に険しく、努力に満ちたルートを突破してきています。

物語はまず、彼らの母国での激戦から始まります。日本へ行きたい希望者は数多くいますが、誰でも来られるわけではありません。現地の送り出し機関で厳しい面接と選考をパスした人だけがスタートラインに立ち、そこから朝から晩までひたすら日本語漬けの日々が始まります。ひらがなやカタカナはもちろん、複雑な漢字や文法まで猛勉強し、「本国での日本語試験」に合格して初めて、日本へ渡る切符を手にすることができるのです。自分の将来や家族の期待を背負い、母国で結果を出した猛者たちだけが、ようやく日本の土を踏みます。

しかし、無事に日本の空港に到着しても、すぐに現場で働き始めるわけではありません。入国したその足で向かうのは、専用の講習施設。ここで約一ヶ月間、慣れない異国の地で缶詰状態になりながら、さらに知識を叩き込みます。現場で使う日本語のブラッシュアップはもちろんのこと、日本の複雑なゴミの分別や交通ルール、地域社会でのマナー、さらには自分の身を守るための労働法律まで、毎日のように学び続けます。ただ言葉を話せるだけでなく「日本社会で共に暮らしていくためのルール」を身体に染み込ませて、ようやく現場へ出る準備が整うのです。

母国での猛勉強と厳しい試験、そして来日直後の知られざる一ヶ月間の猛特訓。私たちが職場で耳にする実習生たちの「おはようございます」という一言の後ろには、これだけの努力と覚悟が詰まっています。その背景を知ると、彼らの存在が単なる「外国人の働き手」ではなく、大きな夢を抱いて努力を重ねてきた「一人のリスペクトすべき仲間」として見えてくるはずです。



Photo by Kapure Thank you !



Instagram に動画のせてます！

