



2025 8月号

[年3回発行]

歩行機能を科学的に評価 トルト歩行分析AI

t o r u t o



スマートフォンで歩行動画を「撮る」だけで簡単歩行分析
理学療法士の知見を基に開発されたAIが現場のアセスメントを支援

根市正行 [三沢ナイスセンター所長]

近年、介護業界でも「デジタル化」「科学的介護」「生産性向上」はキーワードです。すでに減少に転じている生産年齢人口ですが、医療・介護の複合サービスを有する高齢者の人口比率の増加は避けられず、需要の増大と多様化が見込まれます。

このたび、三沢ナイスセンターでは、歩行機能を科学的に分析し評価できるAI「トルト」を三沢市内で初導入することになりました。

「トルト」とは、スマートフォンやタブレットなどで歩行动画を「撮る」だけで歩行分析ができるというものです。

ベテランの理学療法士の知見を基に開発されたAIが、その評価をもつて個別に運動トレーニングを提案することができます。

歩行状態の解析には、「独歩、杖(数種類)、歩行器、つたい歩き、歩行介助など」と幅広く、現場で起こりうる歩行動作が概ね解析可能なため、お客様の歩行動作に合わせることができます。

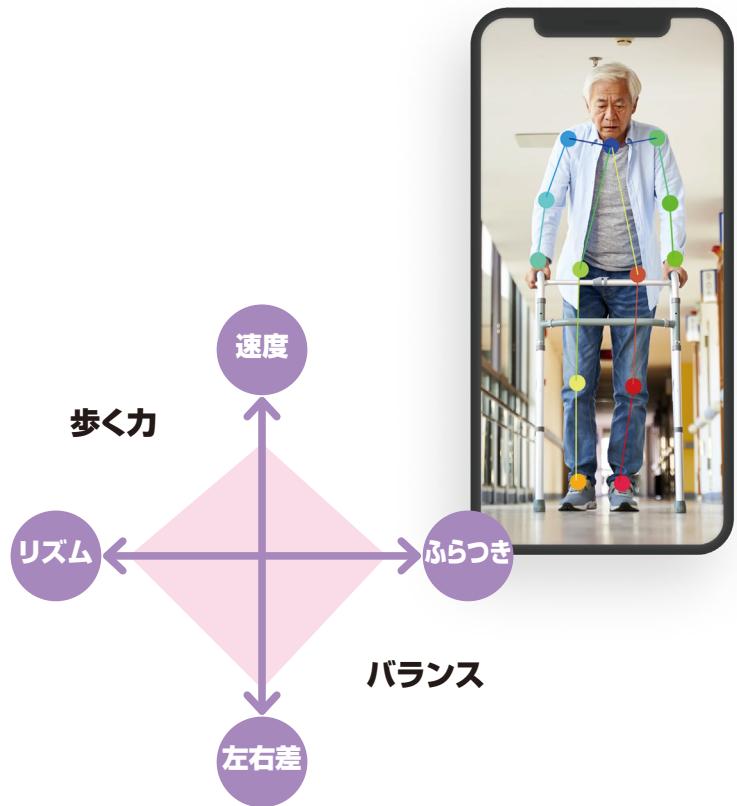
分析には、①速度（5mを何秒で歩けるかを表す）、②リズム（歩行のテンポのバラつきを表す）の項目で歩く力を分析し、③ふらつき（頭と身体の左右への揺れの大きさを表す）、④左右差（左右の足で支える時間の割合を表す）の項目でバランス等を分析し、点数化することで課題を可視化します。

また、4つの項目で転倒に関する評価を行ないリスクマップにて提示します。

その結果を、解析結果シートとして出力し、歩行動画と併せて、お客様やご家族、また担当されているケアマネジャー等へ、わかりやすく情報共有し、運動のご提案ができるところが大変良いと感じています。

使用方法は動画を撮影するだけとシンプルなため、スマートフォンやタブレットを持っていれば、場所を選ばず職員誰でも使用できる良さがあります。Aーにより、専門職並みの歩行分析ができる点も満足しています。

三沢デイのAI取組み



三沢デイサービスセンターでは、ご自宅での環境やお客様の心身の状態を把握し、ご自宅での生活を継続できるように、生活動作の課題に合わせた機能訓練のメニューをご提案させていただき、目標達成できるようにお手伝いしています。

このたびご紹介させていただいた「トルト」のAーによる歩行分析を活用していますが、あくまでも評価のひとつのツールに過ぎず、

三沢デイサービスセンターは、昭和58年に開設された「通常規模型（広域）の通所介護」として41年間営業していましたが、令和6年8月をもって「地域密着型（小規模）の通所介護」に変更となっています。

今まで三沢老人ホームに併設していましたが、老人ホームの新築計画に伴い、大津拠点に移転しました。まだ開設12年目の比較的新しい建物である「シニアライフ大津（特定施設入居者介護）」に移転併設することが決定し、

新しくデイサービスセンターが シニアライフ大津へ移転しました

令和6年10月1日

三沢市大字三沢字園沢156-8から三沢市大津二丁目12-374へ移転



Aーに任せきりということではありません。

やはり、専門職との連携が重要です。

人とAーが知恵を出し合い、課題解決を提

供していく時代ではないかと感じています。

三沢ティーサービスセンターには、機能訓練

指導員の他に法人内のセラピスト（理学療法

士・作業療法士）が来所して、Aー歩行分析

結果と実際の生活動作を定期的に評価し訓

練メニューをご提案させていただいています。

「トルト」は、専門のセラピストとの連携す

る場合に頼もしく、情報共、有の際にも重宝し

ています。運動メニューもわかりやすく説明

がされている上、QRコードを読み込むと動

画での視聴も可能なため、ご自宅でお客様自

身によるセルフケアにも繋がってほしいとい

う狙いもあります。ティーサービスセンターを

お休みの際は、ご自宅であまり動かさず部屋

で横になつてテレビを観ている活動性の低い

お客様が多いのも事実で、お客様自身に自立

への意識が少しでも高まつていただける仕組

みができればなお良いと考えています。

また、トルトは、ティーサービスセンターの

中でも、介護予防や要介護状態の軽度・中等

度のお客様にむつとも活用性が見いだせると

も感じています。

今後、介護予防教室などの場でトルトを持

ち出張して、無料でAー歩行分析を地域のお

客様にできるのではないかと考えています。

このことがきっかけになり、地域での運動意識が高まり、介護予防に繋がつていただけれ

ば幸いです。

おすすめの運動トレーニング

ホコリバ
B

立ち上がり運動

10回×1セット

足の筋肉を鍛える運動です。

- 椅子に浅く腰掛けます。
- 手すりを持って、ゆっくり立ち上がります。
- 4カウントで立ち上がり、4カウントで座る。
- この運動を10回を目安に繰り返します。



動画 (YouTube) で確認
[おさすけのホコリバ] の
B立ち上がり運動

効果

- 足の筋力を強化できます。
- 階段の上り下りに必要な筋力を強化することができます。

動画 (YouTube) で確認
[おさすけのホコリバ] の
A:膝伸ばし運動

ポイント

- 簡単に実施できる方は、手を胸の前で組み、手すりを使わずに歩いてみてください。
- 膝が痛い方は中止してください。

おすすめの運動トレーニング

ホコリバ
A

膝伸ばし運動

左右 10秒×5回ずつ

太ももの前側の筋肉を鍛える運動です。
椅子に座って行ってください。

- 椅子に浅く腰ります。
- 片方の膝をまっすぐ伸ばします。
- しっかり伸ばした状態で10秒間保持します。
- これを左右交互に5回ずつ行います。



動画 (YouTube) で確認
[おさすけのホコリバ] の
A:膝伸ばし運動

効果

- 歩行や階段が楽になります。
- 膝折れしにくくなります。
- 膝痛の予防に効果があります。

ポイント

- できる範囲でしっかり膝を伸ばすと効果が高まります。

10月1日から活動しております。

小規模の特性を活かし、お客様の多様なライフスタイルや、趣味活動、リハビリ、地域交流等に寄り添い、きめ細やかなケアを提供できる強みを最大限に発揮し、お客様、職員、地域住民の皆さんとさらにエンジョイしてまいります。

「通いたくなる居場所」を目指して、要介護状態になつて諦めかけていた、趣味活動等への支援（多様なクラブ活動・農業ベースでの農作業と収穫祭）や、利用者が選択できる活動の提供、地域と繋がりなどなど、楽しみづくりをサポートしてまいります。

三沢ティーサービスセンター
所長 根市正行

地域密着型通所介護とは……

利用者が可能な限り自宅で自立した日常生活がおくれ、社会的孤立を解消する交流が図られ、心身機能の維持、家族の介護負担軽減などをねらいとした施設です。利用定員が19人未満と小規模な環境の中、地域の特性を活かしたサービス提供、個人の一々に合わせたきめ細やかなケアを提供することができます。

当日はご来賓に三沢市長・小松山吉紀様をはじめ市議会議長代理の（副議長・佐々木卓也様）、青森県社会福祉協議会会长・高杉金之助様、全国在会協会会长・坂本美洋様、青森県老人施設協議会

会長・棟方秀光様、福祉施設関係者、地域の方々、そして工事関係者のご臨席を賜わり施設の完成を祝いました。

開催に先立ち当会理事長より関係の皆様への感謝とともにこの工事への思いと設計の調整、変更など、何度も検討を繰り返し、とくに世界情勢の影響による予期せぬ状態に一時は中断するなど、今日を迎えたことに對し感謝を伝えました。

祝奏による歌や和楽器の演奏が披露され、会場の空気を和らげ、華やかに会場を盛り上げていた。無事に落成祝賀会が終わり、皆様のご協力を感謝申し上げます。

三沢老人ホーム 滅成式

M i s a r w a C a r e H o m e



このたび、三沢老人ホーム落成祝賀会に対し心からお喜び申し上げます。私は三沢老人ホームの完成の経過を孫の送迎時に毎日のように見ることができた幸せ者です。二棟の建物は東に太平洋、西に八甲田連峰がひょうひよと並んで、凛と輝いてまるで「壇生の宿」のような気品が、私は一人で「おめでとう、おめでとう」と心の奥でお祝いしていました。私は平成四年に楽晴会三沢老人ホームに入社、当時お客様の人数110名、1居室に6名のお客様がいらっしゃいました。お客様に豊かで楽しい生活ができる施設を目指していた理事長は、事業に関する実績を次々と広げて若い職員の採用も大勢でした。ISO9001認定取得、サテライト型居住施設特区の認定等々と常にお客様によりサービスを提供するためには介護サービスを提供する質の高い人材確保でした。「社是」について、前理事長（故・齊藤甫人）は病床のお体でありながら理事長に「介護環境の中でもっとも大切なのは介護される人の心なんだよ」とお答えになられたということは皆さんもご存じだと思いますが、氣魄をこめてお一人で作られた社是を毎日朝礼で唱え、三沢老人ホームで介護の基本をしっかりと学んだ若い介護員は、今では各拠点のリーダーとして活動してくださっていることが何よりうれしいことです。今後も地域の拠点として三沢老人ホームは重要な役割を担つていくと確信します。三沢老人ホーム、いつもありがとうございます。

発表

第16回職員研究発表の結果 および職員個人賞アーバ賞

令和7年3月6日(木)、グランヒルつたやにおいて、八戸社会福祉事業団福祉施設設施設長・源明様(楽晴会理事)を審査員長にお迎えし、令和6年度第16回職員研究発表大会を開催いたしました。厳正なる審査の結果、各賞については下記のとおり決定いたしました。

研究発表の部	最優秀賞	三沢老人ホーム 「LIFEを活用した褥瘡ケアの取り組み」
	審査員長賞	晴ヶ丘老人ホーム 「生産性向上とは∞～引き算の介護でいきいきとした暮らしを～」
	優秀賞	シニアライフ大津 「生産性向上の取り組み」
		松園ケアラウンジ・スカイ 「レクリエーションツール機器『健康王国DX』を活用した取り組み～夜間覚醒時間の減少及び職員の業務改善に繋がった事例～」
	敢闘賞	岡三沢ぬくもりの家 「生産性の向上に関する研究」
		訪問介護・入浴合同チーム 「緊急指令! 内部研修資料準備時間を減らせ! 資料はAIに作らせろ!」
個人賞の部	優秀職員賞	鈴木真理子 (栄町ぬくもりの家)
		坂井富士子 (世田谷希望丘ホーム事務室・相談員)
	拠点長賞	立崎洋子 (松原コラボケアセンター)
	優秀経営管理者賞	小島邦恵 (世田谷希望丘ホーム給食室)
		須藤明子 (世田谷希望丘ホーム医務室)
		野田めぐみ (晴ヶ丘老人ホーム給食)
		佐藤恵 (大町児童デイサービスセンターひかり)
	最優秀経営管理者賞	澤上紀代子 (松原コラボケアセンター)
	アーバ賞	松原拠点 訪問入浴サービスステーション青空



2025.5.1

大町児童デイサービス センターひかり 保育所等訪問支援開始

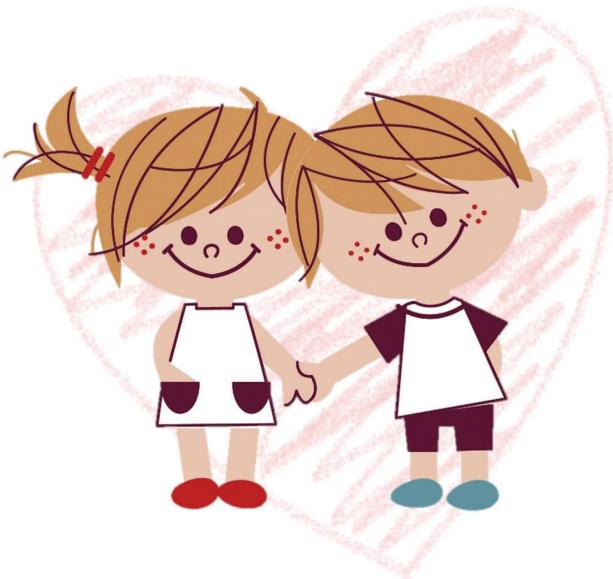
このたび、大町児童デイサービスセンターひかりでは「保育所等訪問支援事業」を今年5月より開始しました。この事業は、障害や発達に特性のあるお子さんが地域の保育所、幼稚園、認定こども園、教育機関などの集団生活に安心して参加できるよう、当事業所の訪問支援員が訪問し、支援に関する助言や環境の工夫などを行うものです。

子どもを中心に、家庭・園・支援機関が“繋がる”ことで、子どもにとってもっとも安心できる育ちの環境が生まれます。私たちは、困りごとを早期に捉え、多角的な視点で支援を届けることで、子どもとその周囲にいる大人たちが孤立せらず、誰も一人にしない支援の形を目指しています。

訪問では、子どもの特性に応じた関わり方の提案や、具体的な場面での支援方法の共有を行います。「こんなときどうしたら？」に対し、園やご家庭が安心して相談できる体制を整え、日々の支援と一緒に考えていきます。

また、支援は単発ではなく継続的に行うことで、小さな変化や成長を見逃さず、子ども主体のかかわりを丁寧に積み重ねていきます。保育現場との信頼関係を築きながら、一人ひとりに寄り添った支援のあり方を模索し続けていきます。

大町児童デイサービスセンターひかり所長・佐藤恵



2025.5.14

世田谷希望丘ホーム 法人監査会を実行

令和7年5月14日に、林監事と堀監事に開設8年目を迎えていたる世田谷拠点へお越しいただきました。世田谷拠点では現在4つの事業を行っており、各事業管理者、看護師長、栄養士など各部門の責任者を紹介後、各事業所の視察を順に行っていただきました。まずは特別養護老人ホームからの視察となります。最上階の5階へ行き、屋上庭園を見学していただきました。遠くまで見える環境を説明し、正月には初日の出をご入居者様と楽しむ話などさせていただきました。その後はユニット内の視察です。ご入居者様がお過ごしになる個室、脱衣場・浴室、トイレ、キッチンなどを細かく見ていただきました。

個室では施設が準備するベッドや設備の説明を行い、ご入居者様によって慣れ親しんだ家具を持ち込むことで『暮らしの継続』となることや『入所』ではなく『入居』と呼ぶことなどユニットケアの理念についても話をさせていただきました。加えて楽晴会の社是とユニットケアの理念はとても親和性があり、『個』の内面まで関わるケアのあり方など、双方をしっかりと学ぶことで、とても高いシナジー効果が得られるものといえます。監事の方よりは設備の一つひとつに対してもこのような使い方があるなどのお話をいただき、多くの気づきを得ることができました。その後は都市型軽費老人ホーム、小規模多機能型居宅介護を視察していただきました。最後の講評では各事業や部門がよく連携をしていることなどの良い面での評価もいただきつづり、建物や設備が年々老朽化していくことを踏まえた日々のメンテナンスや対策を考えていくことの重要性をご教示いただきました。

世田谷希望丘ホーム施設長・丸山義晴



行各拠点紹介

三沢老人ホーム 岡三沢ぬくもりの家 岡三沢コラボケアセンター	12/6、7	新施設内覧会
	12/10	新施設へ引っ越し
	1/31	セフィロ様（コラス）慰問
	3/31	竣工式
栄町ぬくもりの家	12/25	忘年会
	2/14	バレンタインカフェ
	3/3	ひな祭り
	12/13	もちつき会
	12/22	クリスマス会
	1/8	新年会
	2/2	節分
	2/14	バレンタイン
	3/3	ひなまつり
	3/14	スイーツバイキング
栄町コラボケアセンター	12/12、13	もちつき会
	12/24、25	クリスマス会
	1/7、8	新年会
	2/3	節分
	3/3	ひなまつり
松原ぬくもりの家	12/25	クリスマス会
	1/1	元旦初笑い
	2/3	節分行事
	3/3	ひな祭り行事
松原コラボケアセンター	12/17	餅つき会
	12/25	クリスマス会
	1/15	小正月
	2/3	節分行事
	3/3	ひな祭り行事
三沢デイサービスセンター	12/18～20	貰物散策
	12/25	クリスマス会
	1/15	小正月（鯛玉作り、会食）
	1/22～24	貰物散策
	2/3	節分（豆まさき、会食）
	2/18	料理クラブ（バレンタインホットケーキ作り）
	3/3	料理クラブ（ひな祭りおはぎ作り）
	3/12～14	貰物散策
	12/27	年の瀬お楽しみ会
	1/15	新年お楽しみ会
シニアライフ大津	2/2	節分
	2/12	運動会
	3/2	桃の節句
	3/29	ゲーム大会
	12/25	おつかれさま会
障害者就労トライアルセンター「ボイス」 バラアートみさわ合同	1/24	誕生会
	2/11	ボイスdeアート 絵の具を使って絵を描こう
	3/4	ひな祭りパーティー
	12/7	保護者茶話会（カフェ42）
堀口児童デイサービスセンター	12/14	年賀状作成
	12/25	クリスマス会
	1/6	はつもうで・書初め
	1/18	すいとんづくり
	2/8	恵方巻づくり
	3/8	茶話会（カフェ42）、三色弁当作り
	3/29	卒業を祝う会



福祉教育

講師派遣	キャラバンメイト (認知症キッズサポーター養成講座)	12/18	中平智弘 (三沢老人ホーム拠点長補佐)
	三沢第五中学校 全校生徒		山田大文 (ホームヘルパーステーション青空・訪問入浴サービスステーション青空所長)
	法人本部災害対策室		令和6年度三沢市防火クラブ・自主防災会合同研修会 (講師: 笹田晃多・種市博幸)
実習生等受け入れ	キャラバンメイト (認知症キッズサポーター養成講座)	2/10	中平智弘 (三沢老人ホーム拠点長補佐)
	岡三沢小学校 6年生		山田大文 (ホームヘルパーステーション青空・訪問入浴サービスステーション青空所長)
	法人本部災害対策室		令和6年度地域の絆づくり講演会 (五所川原市) (講演: 種市博幸)
実習生等受け入れ	三沢老人ホーム	2/10～25	八戸学院大学短期介護福祉学科1年生・介護実習生
	障害者就労トライアルセンターボイス	3/10～19	八戸学院大学健康医療学部人間健康学科3年生
	堀口児童デイサービスセンターひかり	3/13、3/18	八戸学院大学健康医療学部人間健康学科3年生

御寄贈品



2024年12月～2025年3月

御寄贈御礼		2024年12月～2025年3月
光昌寺様	お菓子・ジュース (54.9kg)	
鈴木 れい子様	小型冷蔵庫	
古間木地区民生委員児童委員協議会様	BOXティッシュ (12パック)	
株式会社KAWACHO RICE様	米	
生活協同組合コープあおもり様	食料品、生活用品	
ファミリーマート株式会社様	食料品、飲料、お菓子	
フローレンス／こども宅食応援団様	食料品、生活用品	
株式会社モリレイ様	食料品、雑貨、飲料	
第一生命保険株式会社様	雑貨、食料品、衣類	
a Bakery Olive様	冷凍パン	
スカイプラザ株式会社様	食料品	
みちのくコカ・コーラボトリング株式会社様	飲料	
階上キューピー株式会社様	食料品	
青森県社会福祉協議会様	文房具、飲料、食料品	
全国食支援活動協力会様	衣類	
明治安田生命様	食料品、衣類、雑貨	
佐伯茂様	食料品、生活用品	
橘清子様	エアマット、ポール	
工藤様	衣類、靴、雑貨	
百石香織様	生活用品	
橋本瑞穂様	衣類	
其田鼓雪様	衣類	

こども宅食への 御寄贈品

ボランティア 受入状況

延べ人数・2024年12月～2025年3月

拠点名	事業所名	個人	団体	計
晴ヶ丘	晴ヶ丘老人ホーム	10	4	14
	はるが丘デイサービスセンター	9	0	9
	グループホームはるが丘	1	0	1
三沢	三沢老人ホーム	28	10	38
	松園ケアラウンジ・スカイ	3	0	3
松園	松園デイサービス・スカイ	6	0	6
	松園グループホーム・スカイ	4	0	4
	岡三沢ぬくもりの家	6	0	6
岡三沢	岡三沢コラボケアセンター	6	0	0
	栄町ぬくもりの家	2	0	2
栄町	栄町コラボケアセンター	2	0	2
	松原ぬくもりの家	2	5	7
松原	松原コラボケアセンター	2	0	2
	シニアライフ大津	11	0	11
大津	三沢デイサービスセンター	12	0	12
	ソーシャルワークセンター	6	82	88
桜町	堀口児童デイサービスセンター	3	0	3
堀口児童	大町児童デイサービスセンター	1	0	1
計		106	101	207

お心いただきました！ ありがとうございました！