

こ っ ぽ に ち は



平成28年 文月号

もう夏本番です！
熱中症にご注意くださいね。

お願い

今年度の【介護保険負担割合証】が送られてきます！

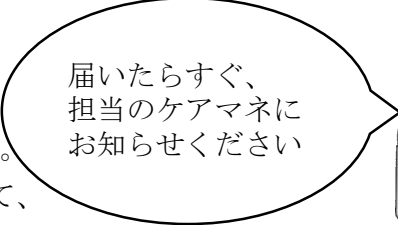
毎年7月中旬頃、横浜市から介護認定を受けた方全員に 自己負担1割か2割か書かれた

【介護保険負担割合証】が普通郵便で届きます。

この負担割合は、前年の所得によって毎年、見直しが行われる為、前年度と変わる場合があります。

お手数ですが、毎年、確認させて頂きたいと思います。

割合証は必ず、【介護保険被保険者証】と一緒に保管して、サービスを利用するときは2枚一緒に提示してください。



届いたらすぐ、
担当のケアマネに
お知らせください

By ケアマネ

「6月に職場内で勉強会を行いました」

皆様リフターってご存じですか?! 在宅介護において移動介助の仕方は様々です。

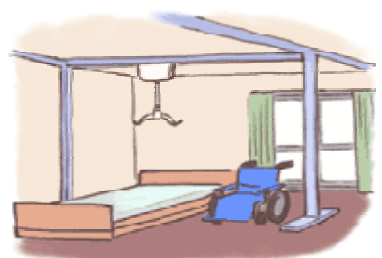
利用者が歩くことができる場合は別ですが、体力の低下や麻痺などで歩けない場合に移動介助の負担はとて大きくなります。また介護者の腰痛や体力が心配な場合は 介助ができずに困ってしまいます...そんな時にリフターが役立ちます。

<リフターの種類>

- ・左図のようなリフター自体が移動するタイプ ...主に施設などで使用
- ・ベッドの頭側か足元側に軸を固定するタイプ...在宅向き
- ・右図のような天井にフレームを設置するタイプ...在宅向き



玄関の段差や浴室、車などで使用
できるリフターもありますよ☆



<シートの種類>

身体を包み込んでつり上げるシートにも 種類があります。

- ・形状：頭まで包み込むタイプ&肩辺りまで包むタイプ
股のところでシートを交差させるタイプ&お尻や脚をすっぽりと包み込むタイプ
- ・素材：通常のビニール素材以外にも 敷いたままでも快適なムートンタイプや、お風呂で使用する場合は濡れても大丈夫なメッシュタイプもあります。

*介護保険ではリフターそのものはレンタル品ですが、シートは購入品となります。
使用方法が難しそう・時間がかかりそう・面倒くさそう...というイメージが浮かびますが、実際使ってみると 利用者・介護者お互いの負担が減って、イメージが変わるかもしれませんよ。

在宅酸素療法 (Home Oxygen Therapy: HOT) 勉強会を行ないました！

実際の機器を見学しながら、フクダライフテック横浜(株)の方にお話を伺いました。

呼吸不全や心不全等の疾患をお持ちの方で、医師から必要と認められた場合に在宅酸素療法開始となります。

その目的は息苦しさを改善する、また呼吸機能の低下による血液中の酸素不足を補うためです。

一般的に酸素濃縮器と 外出や災害時のための酸素ボンベを併用します。

酸素吸入のための鼻や口のマスクにも、いくつか種類があり、高濃度の酸素を必要とする方用に工夫されたタイプのものもあります。

酸素吸入中にタバコやガスコンロの使用などの火気は厳禁です。実際に火傷・火事等の事例の紹介もあり、当たり前前の注意点も再確認出来ました。

使用されている方は十分注意しましょう。



健康まめ知識

夏といえば、やっぱりスイカですよね!?
子供から大人まで大人気のスイカですが、実は隠されたちょっと嬉しい4つの秘密があります。それは・・・

- ①栄養満点で低カロリー!!
- ②抗酸化作用で若返りに効果あり!!
- ③アミノ酸が筋肉疲労を回復!!
- ④たっぷりの水分を補給できる!!

おいしく食べてこんなに効果があるスイカ、ぜひ夏の疲れを感じた時などにも食べて下さい。暑い夏、夏バテしないようスイカでのりきりましょう♪



編集後記

雨や曇りのスッキリしない天気が多いですね。ちなみに昨年は7月10日に梅雨明け(関東)しています。なんと平年よりも11日も早いそうです!今年も早い梅雨明けが待ち遠しいですo(^▽^o) (金枝)

【目安箱】

ご意見、ご要望などは、いつでもご遠慮なく、ご連絡いただけますようお願い申し上げます。

910-6327 主任管理者 吉井

都筑区医師会訪問看護ステーション
都筑区医師会ヘルパーステーション
都筑区医師会24時間在宅ケアステーション
都筑区医師会居宅支援センター
都筑区医師会福祉用具センター
都筑区医師会ナースングホーム

TEL 045-913-5181
TEL 045-913-3577
TEL 045-913-3577
TEL 045-910-6327
TEL 045-911-6100
TEL 045-913-6321

看護・介護・福祉用具・24時間在宅ケア

居宅

FAX 045-911-6700

FAX 045-910-6506

☆☆パソコンから在宅事業部門の活動内容を見ることが出来ます。ぜひご覧下さい☆☆

<http://www.tsuzuki-med.org/center/idea.html>

『ヨコハマつづき健康生活ナビ』の『在宅事業部門』からお入り下さい。