

# こんにちは



平成 29年 文月号

## 介護保険の負担割合について

今年度の【**介護保険負担割合証**】が送られてきます！  
毎年7月中旬以降、保険者から介護認定を受けた方全員に自己負担が1割か2割か書かれた

【**介護保険負担割合証**】が普通郵便で届けられます。  
この負担割合は、前年の所得によって見直しが行われ前年度と変わる場合がありますので、毎年、確認させていただく必要があります。ご協力をお願いします。

届きましたら  
担当のケアマネか  
訪問スタッフに  
お知らせください



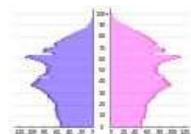
By ケアマネ

### トピックス

団塊の世代の方々が75歳になられる2025年に向けての制度改正の一つとして、平成27年から自己負担割合2割が始まりましたが（利用者の9.7%の方が該当）平成30年8月から**自己負担割合3割**が始まります。（利用者の3～4%の方が該当する予定）

#### ★65歳以上の方（1号被保険者）

- 本人の合計所得 160万円未満 **1割**
- 本人の合計所得 160万円以上の方
  - 世帯の年金収入＋その他の合計所得が
    - 一人で280万円、二人で346万円未満 **1割**
    - 一人で280万円、二人で346万円以上 **2割**
  - 同一世帯の65歳以上の方の収入合計が 一人で383万円以上、二人で520万円以上 **3割**



★40～64歳の方（2号被保険者）は、一律1割負担です。

但し、毎月の負担額には上限があり（最高44,000円迄）、一度は全額を支払ったのち申請すれば戻ってくる制度があります（償還払い）。詳しくは区役所の介護保険課にお尋ねください（^.^）

都筑区医師会訪問看護ステーション	TEL 045-913-5181
都筑区医師会ヘルパーステーション	TEL 045-913-3577
都筑区医師会24時間在宅ケアステーション	TEL 045-913-3577
都筑区医師会居宅支援センター	TEL 045-910-6327
都筑区医師会福祉用具センター	TEL 045-911-6100
都筑区医師会ナーシングホーム	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。

## 健康まめ知識

長寿を目指すなら発酵食品を積極的に摂りましょう!!日本では昔から味噌や納豆・甘酒などが代表的ですが、すべての発酵食品には

- ① 保存性の高さ②滋養成分が豊富③独特の風味④生きている食べ物という特徴があります。
- ② において、たとえば味噌には胃腸疾患・動脈硬化性心疾患の予防になると報告があります。
- ③ また、納豆には血管内コレステロールの排除・血栓溶解・脳卒中や心筋梗塞の予防となり、
- ④ 食酢には糖尿病や肥満防止・抗潰瘍・血中コレステロール低下など…様々な効果があります。④においては、腸内環境を改善し免疫力を高めることに寄与するプロバイオティクスを豊富に含んでいるという事です。腸を強くすることが一番の病気予防と言えるでしょう!是非、発酵食品を意識しながら食事を摂りましょう!!

## 「平成 29 年度グループワーク研修会」

6月24日に「認知症」をテーマに研修会が行われました。まず初めにナーシングホームの石濱看護師（認知症ケア上級専門士）より「認知症について」の講義がありました。認知症の方の行動や心理症状、また、援助者としてどう関わっていけば良いのか等、認知症についての理解と知識が



深まりました。続いて、事例を通して「寄り添い」

「理解し」「尊重する」を具体的に考えよう!というテーマでグループワークを行いました。認知症の方、ご家族の方、援助者、それぞれの立場ならどう考えるか意見を出し合いました。職種の違う職員同士の理解も深まりとても楽しい研修会となりました。

## ☆ナーシングホームより☆

梅雨は何処へやら、関東は暑い日が続いています。ナーシングホームの飾りつけは、「紫陽花とカエル」や「てるてるぼうず」になり、今は、夏祭りの模様替えの準備中です。ご利用者さんも紫陽花やカエルを折り紙で楽しまれながら一緒に作成いたしました。

6月のナーシングの登録者は、19名で先月より4名増えました。まだまだ、登録者29名の定員には達していませんが、まずは、職員の確保が早急の課題です。



## ～今月の勉強会～

村上内科クリニックの村上院長をお招きし糖尿病についての勉強会を行いました。

糖尿病はインスリンの作用不足により引き起こされる進行性の代謝疾患であり、インスリンが働く臓器や分泌の機序から病気の成因や病態について・合併症や薬の作用など幅広くご講義して頂きました。知識の再確認にもなりとても有意義な勉強会となりました。

## 編集後記

昨年从ナースィングホームと兼任になり、認知症の方と関わる機会が増えました。今回の研修での学びを活かせるようにしたいと思います。(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