

# 介護保険の改正について

今年の8月から、一定以上の所得がある方の介護保険の利用料が、1割から2割になるのはご存知ですか？

○利用者負担の上限(1か月)

利用者負担段階区分	上限額(世帯合計)
現役並み所得者(平成27年8月から)	44,400円
一般世帯	37,200円
住民税非課税世帯	24,600円
合計所得金額および課税年金収入の合計額が80万円以下の人、老齢福祉年金受給者	15,000円(個人)
生活保護の受給者	15,000円(個人)
利用者負担を15,000円に減額することで、生活保護の受給者とならない場合	15,000円

◆福井県健康福祉部長寿福祉課『みんなでささえる介護保険』平成27～29年度版より

認定を受けている方全員に「介護保険負担割合証」が7月末にご自宅に送られてきていると思います。介護サービスを受けておられる方、担当のケアマネジャーに見せてくださいね。

2割と判断された方、今まで1割で済んでいた利用額が2倍に増え、その負担を心配されていると思います。こうした65歳以上で現役並みの所得者がおられる世帯

への負担を軽減するため、今回「高額介護サービス支給費」の世帯上限負担額44,400円が新設されました。2割の方で要介護5の限度枠36,065円を限度枠一杯利用しても2倍の72,130円ではなく、44,400円になります。世帯内で他にも介護サービスを利用している方いても、合計が44,400円までに抑えられますので、少し安心ですね。なお、各世帯の所得額で世帯合計上限額は異なりますので、上記表を参考にしてください。

限度を超えての負担をされている方には申請書が郵送されてきますので、忘れずに申請してください。もしかしたら申請書が届いていても、見逃しているかもしれません。申請書がきていても、市役所に申請書を出さなければ助成を受けられません。該当すると思われる方、市役所窓口にご相談に行かれてもいいですし、**担当のケアマネジャーにお気軽にご相談下さい。** ケアマネジャーM

## ケアセンターでは毎月研修会を開催しております

今回は「摂食嚥下障害への対応～早期発見から訓練～」で、坂井圏域地域リハビリ広域支援センターの水上先生を講師に招き、嚥下障害を疑われた場合の評価法や嚥下訓練について講演いただきました。

嚥下訓練では以下の内容が中心になります。

- ① 食事環境の見直しを行い、食事の時の姿勢や食事の形態、食べ方について検討を行う。
- ② 口腔ケアを徹底して行う。
- ③ 嚥下機能の強化の為に嚥下体操を行う。

脳血管疾患などで多く発生する嚥下障害も、早期に適切なリハビリをする事で回復の可能性が高くなるそうです。今回の研修を踏まえ在宅でも安全においしく食事できるよう、お手伝いできればいいなと感じました。



ケアマネジャーM

## ワンポイントアドバイス

～夏を快適に過ごしましょう～

高齢者は体温調節機能が低下しています。エアコンを嫌う人も多いですが、上手にエアコンを使い、体温調節をしましょう。

### 『上手なエアコンの使い方 ワンポイント』

- ・設定温度は24度以下にならないように、できれば27～28度が理想
- ・エアコンの風を直接身体に当てない
- ・2時間に1回くらいは、エアコンの効いた室内からでるか換気をする

★自然環境とエアコンを上手に組み合わせて夏を過ごしましょう。(看護師Hより)



## ～編集後記～

今月号において当ケアセンター広報誌『けありんぐ』は発刊1周年を迎えることができました。たくさんの方々からご支援、ご協力をいただきました。広報委員一同深く感謝しております。

今後とも当ケアセンター、広報誌共々よろしくお願い申し上げます。(T.Y)



<http://www.sakai-med.com>

ホームページでも広報紙を掲載しております(※バックナンバーについてもご覧いただけます)

# けありんぐ

坂井地区医師会  
ケアセンター  
広報紙  
2015/7 夏号  
Vol. 5



## 『新委員長就任のご挨拶』

共同利用施設運営委員会委員長 荒井 正雄



6月の坂井地区医師会役員改選に伴い、共同利用施設(ケアセンター)運営委員会委員長に就任いたしました。当ケアセンター広報誌「けありんぐ」の紙面を借りて一言ご挨拶申し上げたいと存じます。

当ケアセンターは平成12年5月に設立されて以来15年間、利用者様とご家族が生き生きとした安らぎのある生活を送ることができることを願って、医療と介護が一体となったサービスの提供を心がけて参りました。この間、大勢の利用者の皆様と関わり合うことができましたのは介護に携わるものとしてこの上ない喜びであり、職員一同心より感謝しております。

しております。

さて、これから2030年にかけて、坂井地区も高齢者の急激な増加とそれに伴う夫婦のみの高齢者世帯やひとり暮らしの高齢者世帯、そして認知症に罹る高齢者の増加が見込まれております。当センターは、高齢になり介護が必要になったときも、誰もが安心して地元で暮らすことができるように、行政機関、医療機関、介護・福祉事業所そして地域の皆様と手を携えて、必要な支援を続けていく所存でございます。

今後ともご指導、ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

## 『新部長就任のご挨拶』

訪問看護ステーション部会長 友田 幸一



7月から訪問看護ステーション事業部の部会長になりました友田幸一です。坂井町で内科の診療所を開業し、在宅医療に努めております。私は当事業所の運営委員を6年ほど勤めておりますが、訪問看護の心得は「いつも利用される皆様と共に在る!!」だと思っています。「家族に乾杯」の鶴瓶のようにすーっと入り、ほわっと居て、利用者さんやその家族の方にすーと溶け込むことが出来たらベストです。そして利用者さんの声を聴くときはダンボのような大きな耳を傾けると、いろんな声が聞こえます。

私は患者さんやその家族の歴史や思い出の数々を聞くと、この人たちのこれからの生き様はどうなるのか、その人生にどうして力を貸してあげたら喜ばれるのだろうかと思いながら仕事をしています。皆さんは「孫の手」ご存知ですか。そうです。ほんとの孫じゃないけれど痒い所に手が届く。私達医師も看護師も、皆さんの孫の手ですよ。そして我々の心意気は、テレビドラマの「Doctor-X」の主人公のように、「私失敗しないので 難しくてもやります」です。私は1960年代に活躍した「サイモン&ガーファンクル」が大好きなんですが、そのヒット曲の「明日に架ける橋」の中に「辛い時でも僕は君の側に居るよ」という歌詞がありもったも曲の盛り上がる部分です。いいですね。グッときますね。最後に、今後も宮沢賢治の「アメニモ、マケズ・・・」の詩にでてくる平凡だが強く優しい看護ができるよう「サウイフ ホウモンカンゴシニ ワタシタチハナリタイ。」

医師会立だからこそできる医療と密着した介護サービスがモットー



# 各事業所から



居宅介護支援事業所  
TEL 73-8720



ケアマネジャーの主な業務は、適切な介護保険サービスを利用して、利用者様やご家族が、安心して自宅療養と介護を続けられるようにすることです。ベストなケアプランを提案し、助言を行うためには幅広い知識や技術、経験が必要です。そのために事業所内外の研修に出向き、日々研鑽を重ねています。担当ケアマネジャーが利用者様にしっかり向き合い、関わらせていただいておりますが、ときには一人で解決できない事案もあります。定期的に事業所内でスタッフ会議を開き、意見交換を行うことで、よりよい支援ができるように頑張っていきたいと思っています。

ケアマネジャーM

霞の郷訪問看護ステーション  
TEL 68-5075



## 『素敵なお夫婦Iさん ~命ある限り~』

~奥様の介護の工夫紹介~

訪問看護ご利用6年目のIさん。  
訪問時には奥様のさりげない日常に触れ、ご主人への愛情ある介護生活が感じられます。

決して楽ではない介護生活だと思いますが、奥様の言葉に感動です！  
『介護がつらくなることもあるけど、自分を追い込まないようにしています。自分が元気に介護できるうちでよかった。お父さんの命がある限り、できるだけのことをしてあげたい』そして、残されたコミュニケーション能力で、優しい眼差しで答えるご主人。

介護らくらくズボン



いつでも準備万端引出



最近私たち看護師は、調理中の奥様の鼻歌を心地よく聴きながらケアさせていただいたり、「行ってきまーす！」とご自身のリハビリの為に自転車散歩に行く姿を嬉しく見送っています。

私たちは、訪問看護をやってよかったと感じる瞬間を、利用者の皆様からたくさんいただいています。看護師 K

スタッフ会議の真っ最中です！！



ヘルパーステーション(訪問介護事業所)  
TEL 73-8390



## ◆夏の食事のポイント◆

ご自宅での介護の中で「食事」は大きな悩みのひとつかと思えます。特に夏場のこの時期では「食欲が落ちてしまい悩んでいます」という声が多く聞かれます。

高齢の方は消化吸収機能が落ち、食事が摂れていてもタンパク質が不足気味で、栄養状態が低下することがあります。また、むせるからと水分が摂れなく、のどの渇きが鈍感になることが重なり脱水になったりすることもあります。そこで、献立のポイントとして大きく3つお伝えしたいと思います。

- ①まず主食。これはご飯・粥・麺・パンなど何でもよいです。その日の気分で食べられそうなものをすすめて下さい。
- ②次に汁物を必ず添えること。味噌汁やすまし汁など1食1杯の汁物を取りましょう。
- ③おかずは魚・卵・肉・豆腐などのタンパク質源と、煮たり炒めたりゼリー状にした野菜のおかずを準備しましょう。



冬瓜のそぼろあんかけ



そうめん

ヘルパー M

## 職員紹介

はじめまして！！岩城です。  
よろしくお願いいたします！！



7月から訪問看護ステーションに勤務させていただいております、岩城と申します。  
今までにケアマネジャーとして十数年在宅介護に携わらせていただきました。私が訪問看護を志望した理由に、以前関わった訪問看護師の方が大きく影響しています。寝たきりで全介護が必要な方が穏やかなよい表情を見せ、介護で大変なはずの家族の方も笑顔でした。ご家族の体調にも気を配られて、慣れ親しんだ環境で安心した生活を送るために、訪問看護師の役割は大きいと強く実感しました。働かせていただけることに大きな喜びと責任を感じています。常に技術の向上を図り、人としての感性を磨き、よりよい看護が提供できるように努めていきたいと思っています。

訪問看護ステーション(あわら事業所)  
TEL 73-5377



春は桜、初夏は百合・菖蒲の花見外出へ出かけています。お天気にも左右されますが、ご希望の方には極力参加いただけるように調整しております。可愛い花々をめでて和まれたり、買い物を楽しまれたり…。笑顔で楽しめる姿がみられました。

また4月下旬には吉崎御坊へ蓮如忌参りに出掛けました。夏は暑さも厳しくなるため、外出行事は近所の喫茶店くらいですが、秋には遠足を企画しておりますのでご期待ください。ご希望に応じて買い物外出の対応も個別で行っております。その際、歩行や体調を考慮して車いすも使用し、安全に外出いただいています。生活相談員 H

デイサービスセンター(通所介護事業所)  
TEL 73-8710

