

# ささえあい

第43号  
20年 3月



発行 前橋・在宅ケアネットワークの会 〒371-0017 前橋市日吉町 3-30-6 あけぼのハイツ502号  
TEL027-235-6283 FAX027-235-6284

方法等の指導助言、口腔清掃に関する実地指導などを行います。

＊

### 【日帰りで通うサービス】

#### ●通所介護(デイサービス)

日帰り介護施設(デイサービスセンター)などで、入浴・食事の提供とその介護、生活等についての相談・助言、健康状態の確認等の日常生活の世話や機能訓練を提供します。がん末期などの要介護者が医療ケア等を受ける療養通所介護サービスもあります。

#### ●認知症対応型通所介護

介護の必要な認知症高齢者を対象に、入浴や食事などの日常生活上の世話や機能訓練を行います。

#### ●通所リハビリテーション(デイケア)

主治医の指示により、理学療法士や作業療法士などがある介護老人保健施設や病院などに通ってもらい、そこで心身の機能の維持回復を図るための機能訓練などを提供します。

＊

### 【施設での短期入所サービス】

#### ●短期入所生活介護(ショートステイ)

イ)

特別養護老人ホーム等に短期間入所し、入浴・排せつ・食事などの介護や日常生活上の世話及び機能訓練などを提供します。

#### ●短期入所療養介護

介護老人保健施設、病院等の施設に短期間入所し、看護、医学的管理の下における介護・機能訓練等の医療や日常生活の世話などを行います。

＊

【通いを中心に、訪問や泊まりを組み合わせたサービス】

#### ●小規模多機能型居宅介護

利用登録をした事業所において「通い(日中ケア)」を中心に、利用者の状態や希望、家族の事情などに応じて、「訪問(訪問ケア)」や「泊まり(夜間ケア)」を組み合わせた多機能なサービスの提供を行います。

＊



【福祉用具の貸与や購入・住宅改修】

#### ●福祉用具貸与

心身機能の低下した要介護者の自宅で日常生活の自立を助けるために、車いす、特殊寝台(介護用ベッド)、床ずれ防止用具、体位変換器、歩行器など福祉用具を貸し出します。

#### ●特定福祉用具購入費の支給

入浴や排せつ等に利用する福祉用具のうち日常生活の自立や介護に役立つものの購入費が支給されます。対象となる福祉用具は、腰掛便座、特殊便器、入浴補助用具、簡易浴槽、移動用リフトのつり具と定められています。(購入費の九割が支給され、一年間(四月から翌年の三月まで)に一〇万円(支給は九万円)まで。)

#### ●住宅改修費の支給

心身の機能が低下している要介護者の自宅での生活支援や、家庭で介護する者の負担軽減のために、小規模な住宅改修(手すりの取り付け等)をする場合に、その費用が支給されます。対象となる住宅改修は、手すりの取り付け、床段差の解消、

## 「いきいきリハビリ会」の 立ち上げを決定

当会の今後の活動として、在宅でリハビリに取り組む方達の会「いきいきリハビリ会」(代表馬場としみ氏)を立ち上げ、支援していくこととしました。

＊

●「いきいきリハビリ会」の目的は次のとおりです。

- ①街中にある既存施設や交通機関を利用し、「頑張る」ではなく「楽しみ」のあるリハビリを行う。
- ②自分のリハビリ行動が「もっと障害のある人のためになる、社会の役に立つ！」と思えるような活動とする。
- ③前橋市および福祉関係大学と連携した活動とする。

＊

●当面の活動としては次のとおり予定しています。

- ①ホームページやチラシを作成しPRする。



- ②「リハビリ講演会」、「街中散歩」(マイバスを利用したリハビリ)などを計画する。
- ③前橋近在にある福祉関係の学校ボランティアを活用する。
- ④作業療法士などの専門家ばかりでなく、ボイストレーナーやパーソナルトレーナー等の活用について紹介する。

＊

ホームページやチラシが出来ましたらあらためて会員の皆様へ周知します。リハビリ中の方をご存知でしたら声を掛けていただきたいと思います。

すべり防止、移動の円滑化のための床又は通路面の材料の変更、引き戸等への扉の取り替え、洋式便器等への便器の取り替え等と定められています。(改修費の九割が支給され、原則として一軒当たり二十万円(支給は十八万円)まで。)

(次回(続く))



### 【事務局から】

#### 通常総会開催のお知らせ

平成二十年度の通常総会(第十二回)は次のとおり開催を予定しています。  
普段なかなか参加できない会員の皆さんが楽しんでいただけるよう、音楽イベント(お琴と尺八演奏)を併せて行う予定です。

会員同士お誘いあわせのうえご参加くださるようお願い致します。

- 日時 五月二十四日(土)  
午後一時三十分～(約二時間)
- 場所 前橋市総合福祉会館三階第二会議室  
前橋市日吉町二丁目十七の十  
以上

### 後期高齢者医療制度 が発足します

平成二十年四月から現在の老人保健制度が後期高齢者医療制度へ変わるため、七十五歳以上の高齢者等の方は、この後期高齢者医療制度で医療を受けることになります。

後期高齢者医療制度への加入後は、今まで加入されていた市町村の国民健康保険や、お勤め先の健康保険等の被保険者ではなくなり、一人ひとりに新しく保険証が交付されます。

#### ●被保険者となる方は、

- ★ 七十五歳以上の方
- ★ 六五歳以上七五歳未満で一定程度の障害のある方です。

#### ●窓口での自己負担は、

現行と同じで本人負担は一割(現役並所得者は三割)となります。

#### ●保険料は、

後期高齢者本人が保険料を負担します。これまで自分で保険料を支払っていなかった被扶養者の方も、六五歳以上の障害者で老人

医療の適用を受けていた人も、今後は保険料を負担することになります。

●保険料の納付は、通常、年金(年額十八万円以上)から天引きされます。

(介護保険料と合わせた保険料額が年金額の二分の一を超える場合は、送付される納付書により納めることとなります。)

●お問い合わせは、群馬県後期高齢者医療広域連合 〇二七―二五六―七一一(代)

施設訪問

有限会社 やまと

前橋市東片貝町で訪問看護・デイサービスをを行っている「有限会社やまと」さんを訪問し、社長の柴正泰氏からお話を伺いました。

柴社長は群馬大学医療技術短期大学卒業後、富岡厚生病院(後に公立富岡総合病院)および公立七日市病院に、併せて十三年半ほど勤務したのち、介護・福祉分野でリハビ

リに取り組もうと一念発起し平成十六年四月一日に「訪問看護ステーションやまと」を立ち上げました。



当初は前橋市文京町に事務所を構えましたが、事業拡大に伴い手狭になったため平成十八年八月に現在地へ移転し、平成十八年十一月からはデイサービスも行うようにしました。

現在、訪問看護は看護師五名、理学療法士・作業療法士計五名の合計十名で取り組んでいます。また、デイサービスは最大利用者数十五名で、主にリハビリを目的に午前・午

後の二部体制で行っています。お問い合わせは「有限会社やまと」電話〇二七―二二三―八〇一―まで

花粉症セルフケアのポイント

(協和発酵の花粉症ナビより)

なるべく花粉が体に入ってこないようにする工夫や注意が大切です。油断は大敵。症状を軽くするため、がんばりましょう。

花粉症情報をチェック

テレビやインターネットで気象情報・花粉情報を入手しましょう。花粉症情報の要留意日

- (一)天気：晴れまたは曇り
(二)最高気温が高い
(三)湿度が低い
(四)やや強い南風が吹き、その後北風に変化したとき
(五)前日が雨

花粉症情報に注意し、花粉が多い日の外出はなるべく避ける。

外出を控えるために

花粉の飛散の多い日は特に注意が必要。一日のうち飛散の多い時間帯

(午後一時〜三時頃(注：地域によって差があります))の外出もなるべく控えましょう。

ドア・窓を閉める

こまめに花粉の侵入を防ぐことも大切なポイント。気をつけましょう。

外出したら、洗顔やうがいを

体に付いた花粉はきちんと洗い流しましょう。毎日の習慣として心がけましょう。

洗濯物、布団にも注意を

花粉が付着し、寝ている間の症状悪化につながる可能性があります。外に干した洗濯物や布団は花粉をよく落として。

掃除はこまめに

室内にもかなりの花粉が侵入。きれいな室内はダニアレルギー対策にもなります。

外出時は完全防備

帽子・メガネ・マスク・マフラーを身につけて。コートもツルツルした素材を選びましょう。

玄関でシャットアウト

衣服・ペットなどについた花粉は玄関でシャットアウト。なるべく室内に持ち込まない工夫と努力を。

もはや国民病といわれている花粉症ですが、セルフケアもきちんと行い、症状を緩和しましょう。

積極的に自分でできることに取り組み、つらいシーズンを乗り切りましょう。



介護保険 あれこれ

「介護保険制度」は、誰もが安心して老後生活を送ることができるよう、社会全体で介護を支え合い、必要な介護サービスを総合的・一体的に利用できる仕組みとして、平成十二年四月からスタートしたわけですが、利用の仕方がよくわからないという声をまだまだ聞きますので、三森和也ケアマネージャーに監修していただき利用方法について簡単にまとめてみました。

介護保険で利用できるサービス

要介護1〜5の人

【施設などで生活しながら受けるサービス】

●介護老人福祉施設サービス(特別養護老人ホーム)

身体又は精神上著しい障害があるために常時介護を必要とし、家庭での生活が困難な高齢者が入所する施設サービスです。入浴・排せつ・食事などの日常生活の介護や身の回りの世話を行います。

地域密着型の小規模な特別養護老人ホーム(定員三十人未満)もあります。

●介護老人保健施設サービス

病状安定期で入院治療する必要があるものの、寝たきり又はこれに準ずる状態にある高齢者や認知症高齢者を対象として、看護や医学的管理のもとでの介護、機能訓練などの医療ケアを行うとともに 日常生活サービスをあわせて提供し、高齢者の自立を支援し、家庭への復帰を目指す施設サービスです。

●介護療養型医療施設サービス

療養型病床等を持つ病院・診療所の介護保険適用部分に入院する、

病状が安定期にある長期療養患者に対し、療養上の管理、看護、医学的管理下の介護等の世話及び機能訓練等の必要な医療を行います。

●認知症対応型共同生活介護(認知症高齢者グループホーム)

比較的安定状態にある認知症の要介護者が、プライバシーに配慮した住居に少人数(五〜九人)で住み、二十四時間の専門的な援助体制のもとで、それぞれの能力を生かし、例えば、料理、掃除、庭仕事などをしながら、家庭的で落ち着いた雰囲気の中で、生活を送るものです。

●特定施設入居者生活介護

介護保険の事業者指定を受けた有料老人ホームやケアハウスなどで、その入居者(要介護者)が、その施設で入浴・排せつ・食事等の介護や機能訓練などを提供します。

\* \*



【在宅で利用するサービス】

●訪問介護(ホームヘルプサービス)

訪問介護員(ホームヘルパー)が、居室を訪問し、入浴・排せつ・食事などの「身体介護」や、調理・洗濯・掃除等の「生活援助」を行います。

●夜間対応型訪問介護

夜間を含め二十四時間安心して自宅で生活できるよう、巡回や通報システムによる夜間専用の訪問介護を行います。

●訪問入浴介護

浴槽を積んだ入浴車などで居室を訪問し、入浴の介助を行います。

●訪問看護

主治医の指示により、看護師などが居室を訪問して、療養上の世話や診療の補助を行います。

●訪問リハビリテーション

自宅での訓練が必要な場合、主治医の指示により理学療法士(P.T)や作業療法士(O.T)、言語聴覚士(S.T)などが居室を訪問し、心身の機能維持・回復のために必要なりハビリテーションを行います。

●居宅療養管理指導

医師や歯科医師、薬剤師などが居室を訪問し、医学的管理や介護