

村山苑

ほんちょう

ケアセンター

社会福祉法人 村山苑

ほんちょうケアセンター, 189-0014 東村山市本町 3-43-1

HP: <http://honcho.murayamaen.or.jp/care.html>

E-mail: care@murayamaen.or.jp

TEL 042(399)2102

発行責任者: 畠山 千春

平成30年7月

平成30年7月2日 発行

菖蒲園 見学ドライブ



- ・ テイサービス便り(2P)
- ・ 介護負担割合 3割!?
- ・ ナースタイム(3P)
- ・ 簡単! ヘルパーレシビ
- ・ 職員紹介(4P)



デイサービス便り



火元めがけて、それ〜！！



避難訓練

毎月、保育園と合同で避難訓練を行っています。今月は駐車場に避難後、消防士指導のもと、水消火器で消火訓練を実施しました。園児たちの声援を受けながら、保育園の先生方に続いて、ケアセンターの職員と利用者の皆さんの登場です(*^_^*)力を合わせて、無事、鎮火することができました。



みんなで外出楽しいわね♪

菖蒲見学 ドライブ

毎年のこの時期、武蔵村山市にある『湖南衛生組合』の菖蒲園へ、ドライブに出掛けています。今年も、梅雨の晴れ間をみて行ってきました。園内には池があり、持参したパンを池に投げると、鯉や亀が遠くから泳いできて、食べる姿が何とも言えずかわいい♥ので、みなさん菖蒲やあじさいの花共々、楽しみにされています。また来年も一緒に行きましょね♪



いい天気で気持ちいい〜



たくさんあるわね〜



園児とそら豆むきました

六月のある日、子どもたちが園庭でそら豆をむき始めました。「よかったら一緒に♪」と誘われ、ワイワイお話ししながらサヤをむきました。むいた豆は、その日の子どもたちのおやつになりましたよ〜！

久しぶりにおいたわよ



シナプソロジー
頑張っています♪



今月もほんちょうケアセンターでは、シナプソロジーに取り組んでいます。より脳を活性化できるよう、職員は新しいプログラムを日々練習しています。これからもシナプソロジーの「良い混乱」を一緒に楽しみましょ〜！！





平成 30 年 8 月から 現役並みの所得のある方は
 介護サービスを利用した時の 負担割合が 3 割になります。



利用者負担割合について、これまでは 1 割又は 1 定以上の所得のある方は 2 割としていましたが、平成 30 年 8 月から 65 歳以上の方であって現役なものの所得のある方には費用の 3 割をご負担いただくこととなります。

見直しの理由

介護保険制度を今後も持続可能なものとし、世代内・世代間の負担の公平、負担能力に応じた負担を求める観点から、負担能力のある方についてはご負担をお願いするため、見直しを行うこととなりました。

現役並みとは？

合計所得金額が 220 万円以上の方です。

ただし、合計所得金額が 220 万円以上であっても、世帯の 65 歳以上の方の「年金収入とその他の合計所得金額」の合計が単身世帯で 340 万円、2 人以上の世帯で 463 万円未満の場合は 2 割負担又は 1 割負担になります。

ここがポイント!

東村山市では 負担割合証の発送を 7 月 12 日に予定しています。
 ご確認いただき担当のケアマネジャーにお知らせください。

詳しくは、担当の介護支援専門員（ケアマネジャー）にお問い合わせください。

居宅介護支援事業所 管理者 野崎 礼

ナースタイム

かくれ脱水



脱水症の前段階状態のことをいいます。

症状が進まないとなかなか気づきにくいもので、特に高齢者は、暑さに気づきにくく、かくれ脱水が進みやすいので、注意が必要です。

- 予防するには、日頃から早めの水分補給が大切です。
 喉の渇きを感じてからではなく、二時間おきに水分補給することで脱水症を防ぐことができます。塩と少量の砂糖を混ぜた「経口補水液」を活用してみてください。
- また食事からも水分摂取ができるため、一日に三食をきっちり食べることも大切です。
- ちょっとした体調の変化に気を配り、脱水症状を防ぐように周囲の方々のケアも必要です。

～～ジャガイモのツナ和え～～

皆さん『ポテトチップがなくなる！』という騒ぎがあったことは記憶に新しいと思います。先日テレビのニュースで、春先のジャガイモ不足で海外から輸入したこと、国内のジャガイモがたくさん採れたこと、ポテトサラダの食中毒などが重なり、今度は余ってしまう状況になっているとを耳にしました。そこで、今安くなってジャガイモをたくさん食べて頂こうと思い、今月は簡単なジャガイモレシピをご紹介します。

材料：3～4人分

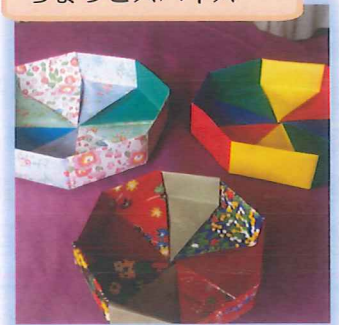
- ・ジャガイモ 2個
- ・インゲン 12本
- ・ツナ缶 1缶
- ・めんつゆ 適宜

作り方

- ① ジャガイモはレンジ600wで5分加熱します。
(途中裏返してください。)
- ② インゲンは塩ゆでし、斜め切りしておきます。
ジャガイモは皮をむき角切りします。
- ③ ボウルにジャガイモ、インゲン、ツナ缶(汁ごと)を入れ、めんつゆで味付けします。



ちょっとスパイス



並木さんの飾り箱です。シンプルですがきちり型紙通りにしないと綺麗に組みあがりません。とってもきれいであざやかですね。

サービス提供責任者 井上 敏子 岡本 友子



職 員 紹 介



＊ よろしくお願ひします ＊

7月2日から通所介護(デイサービス)の介護職員として働き始めました 岡村 菜穂 と申します。

趣味は、岩盤浴でデトックスを出して、リフレッシュすることと、筋肉痛になるぐらいまで負荷をかけて、筋肉トレーニングをすることです。

これから皆さんと楽しく過ごしていけたらなと思っています。どうぞよろしくお願ひいたします。

