

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

2019年10月

平成31年10月1日 発行

もうすぐ運動会!!



・ **デイサービス便り(2P)**

・ **利用者負担額軽減制度③**

・ **簡単! ヘルパーレシピ**

・ **ナースタイム(3P)**

・ **敬老の日 お祝いの言葉(4P)**

表紙の写真 : デイサービス便り 「合同お誕生会」より



デイサービス便り



いつもありがとう♪



ありがとう！大切にすね。



敬老の集い

9月17日は、保育園さんとの合同行事『敬老の集い』がありました。第一部は、園児さんたちからお祝いの言葉や歌、プレゼントをいただき、皆さんとても喜ばれていました。

第二部は、園児さん達と協力して、共同制作！！ケアセンターで作った木に、一緒にクレヨンで色を塗ったりりんごやぶどうの実を、たくさん実らせることができましたね♪

心のこもった贈り物



いつも遊んでくれてありがとう



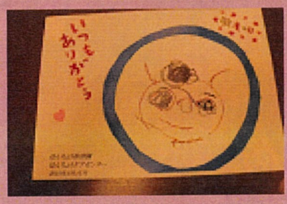
敬老祝い

9月9日～14日の一週間を敬老週間として、皆様からリクエストの多かったおやつと共に、園児さんたちの描いてくれた絵で、ランチョンマットを作りました！とてもかわいらしいランチョンマットを見て、『もったいなくて、ひいて食べられないわ…』と持ち帰る方が大勢いらっしやいました。喜んでいただけ、よかったです☆

上手に描いているわね～♪あ！眼鏡かけてるのね！



素敵な作品の数々



それ～！行くよ～！



合同お誕生会

9月25日は、保育園さんと合同のお誕生日会でした。今回は、来月の運動会に向けて、大玉送りの練習をしました。運動会本番が楽しみですね❀

運動会の歌、上手だね♪



刺激が足りなくなっていますか？



現在、4人の職員がシナプソロジーのインストラクターの資格を持っています。

毎日、午前中の体操の時間に組み込んで実施しています。今後は、午後のレクリエーションにも取り入れていきますので、一緒に『良い混乱』を楽しみましょう☆



「利用者負担額 軽減制度③」 ～居宅介護支援事業所～



これまで、介護保険負担限度額認定の紹介をしましたが、今回も、いくつかある軽減制度の一つを紹介していきます。制度により用件が異なりますので、詳細は下記をご覧ください。

・高額医療合算介護（予防）サービス費

国民健康保険同士など同じ医療保険の世帯内で、医療保険と介護保険の両方を合わせた自己負担額が、決められた限度額を超えた場合、申請により支給されます。

※限度額を超える金額が500円以下の場合には支給されません。

70歳以上の方の自己負担限度額（年額）

区分	所得要件（世帯）	自己負担限度額
現役並み所得者	国保：課税所得145万円以上の世帯 後期：一部負担金の割合が3割の方がいる世帯	67万円
一般	国保：課税所得145万円未満の世帯 後期：一部負担金の割合が1割で住民税課税世帯	56万円
低所得Ⅱ	住民税非課税世帯	31万円
低所得Ⅰ	住民税非課税（全員の所得が0円で年金収入が80万円以下）世帯	19万円

70歳未満の方の自己負担限度額（年額）

	区分	自己負担限度額
上位所得者	ア 国保：所得901万円超、または未申告者がいる世帯	212万円
上位所得者	イ 国保：所得600万円超～901万円以下の世帯	141万円
一般	ウ 国保：所得210万円超～600万円以下の世帯	67万円
一般	エ 国保：所得210万円以下の世帯	60万円
低所得者	オ 住民税非課税世帯	34万円

対象となる世帯

同じ医療保険の世帯内で、医療保険と介護保険の両方で自己負担があった世帯

計算期間

毎年8月1日から翌年7月31日までの12カ月間

※同じ世帯に65歳以上で課税所得145万円以上の方がおり、同じ世帯の65歳以上の方の収入の合計が520万円以上（単身の場合は383万円以上）である場合。

申請手続き

毎年7月31日現在において加入していた医療保険の窓口で申請していただくことになります。詳しくは、各医療保険の窓口にお問い合わせください。

※支給の見込みとなる方については、毎年、保険者の国民健康保険もしくは東京都後期高齢者医療広域連合からお知らせが送付されます。

詳しくは、各保険者、ケアマネ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 口腔ケアについて

口腔ケアとは、口腔内を清潔に保つことで生活の質を高めたり、口の動きを維持・回復するためのケアです。

〈 口腔清掃の効果的な手順 〉

うがい ⇒ 義歯の清掃 ⇒ 粘膜・歯の清掃 ⇒ 舌の清掃 ⇒ うがい



誤嚥性肺炎の予防のためにも、特に就寝前の口腔ケアは大切です。定期的に歯科受診し、お口の様子をみてもらうこともおすすめします。

ほんちょうケアセンター 通所介護 看護師

～～なすのピザ～～

『秋なすは嫁に食わすな』ということわざがあります。「美味しい秋なすは嫁に食べさせるともったいない。」という説と「なすは身体を冷やす、あるいは種が少ないので子どもが出来ない。」という説があるそうです。いずれにせよ秋なすは本当に美味しいですよ。漬物にしてもよし、揚げ出しやてんぷらなど油とも相性がいいですが、あまり好きではないというお子さんが多いのではないのでしょうか。今月はお子さんでも美味しく食べられるなすのピザをご紹介します。

材料：2人前

- ・なす 2本
- ・オリーブオイル 大さじ1
- ・ピザ用ソース又はケチャップ 15g
- ・スライスチーズ 2枚
- ・トッピングはピーマン、玉ねぎ、ベーコンなどお好みで。

作り方

- ① なすは縦半分に切り、オリーブオイルをからめ耐熱容器に乗せ、ラップをして電子レンジ600wで2分30秒加熱します。
- ② なすにピザソースを塗り、チーズを乗せ好きな具をトッピングし、オーブントースターで焼き色がついたら出来上がりです。



ちょっとスパイス

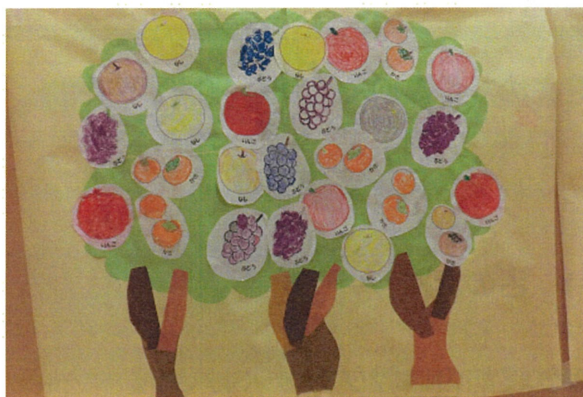


山本さんのお宅の玄関をいつもぱっと明るく演出してくれているお花です。
今回は百合です。香りもさることながら、元気なお花はエネルギーをくれますね。

サービス提供責任者 井上 敏子 岡本 友子



敬老の日 お祝いの言葉



園児さんとの共同制作作品

今年も、皆様がお元気に敬老の日を迎えられたことを、心からお祝い申し上げます。

今日、皆様が健やかでいらっしゃるのは、日々、健康を考えて食事に気をつけたり、転ばないように気をつけたり…と沢山の小さな努力の賜物であると思います。

どうぞこれからもお身体を大切に、さらなるご健康とご活躍をお祈りいたします。

*** 日頃の感謝と敬意を込めて ***

ほんちょうケアセンター職員一同

※本誌は本人の同意のもとに写真・作品等を掲載しております。