



<http://www.hc-kosuzume.jp/>

医療法人社団 協友会 介護老人保健施設
ハートケア横浜小雀

〒244-0004 神奈川県横浜市戸塚区小雀町 2248-1

TEL 045-852-8611 (代)

FAX 045-852-8617



謹賀新年



お健やかに初春をお迎えのことと存じます。
旧年中は格別のご厚誼を賜りましてありがとうございました。

皆様にとって昨年はどうのような1年でしたでしょうか？ 中には、ご家族やご本人がおもわぬご病気やお怪我で入院され、大変な1年だった方もいらした事と思います。また、ご利用を始められてからこれで何度目のお正月だろうと考えられている方や、長くご家族を支えておられる皆様も大勢おられると思います。いずれにせよ、まずは皆様とともに新たな年を迎えられること大変うれしく思います。今年1年の皆様のご健康とご多幸をこころよりお祈り申し上げるとともに、職員一同皆さまのご期待に添うべく一層のサービス向上を目指していく所存です。

本年もどうぞよろしくお祈り申し上げます。

平成27年1月吉日 施設長 湯浅 茂樹

早春
金子 みすゞ

飛んできた
毬が、
あとから子供。

浮いている
凧が、
海から汽笛。

飛んできた
春が、
今日の空 青々。

浮いている
凧が、
遠い月 白々。

金子 みすゞ

一九〇三年（明治三六年）～一九三〇年（昭和五年）山口県仙崎生まれ 本名、金子 テル 大正末期から昭和初期にかけて二六歳の若さでこの世を去るまでに512編もの詩を綴ったとされる童謡詩人。東日本大震災の後公共広告で取り上げられた『こだまでしょうか』やNHK『みんなの歌』で放送された『私と小鳥と鈴と』などで知られる。自然とともに生き、小さな命を慈しむ重い、優しいまなざしが詩の原点と言われている。『金子みすゞ全集』（JULIA 出版局）



クリスマス会のご報告

12月21日（日曜日）各入所フロアにてクリスマス会を開催しました。



職員によるハンドベルの演奏と合唱、ゲームで一足早いクリスマスを楽しみました。

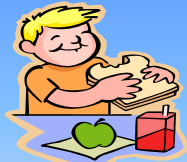
「おやつケーキと、サンタさんからのプレゼントが1番!!」という方もいましたね（笑）

生活のリズムを整えましょう

“寝正月” “正月太り” と言われるように、年末年始はなにかと生活のリズムが乱れがちです。以下のことを意識して生活のリズムを整えましょう。



十分な睡眠を
取りましょう



1日3食
バランスよく
食べましょう



手洗い・うがい
を
しましょう



早寝

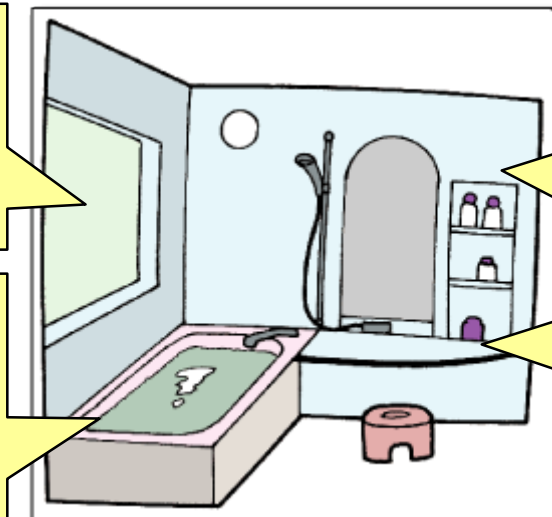


早起き
を心掛けましょう

寒い季節、お風呂場を暖かくしましょう

寒さの厳しいこの時期、入浴の際の温度変化に注意が必要です。暖かい部屋から寒い脱衣所にはいって衣類を脱ぐ際や、浴室内のタイルなど冷えた場所に触れるなどのこの季節ならではの危険が増します。これらの温度変化や湯船に浸かったときにかかる水圧などで血圧が大きく変動し、脳卒中などのリスクを高めてしまいます。ご自宅のお風呂で入浴される際は、以下のことを心掛けて安全にお風呂を楽しんでください。

ヒーターを設置するなどしてほかの部屋と脱衣所の温度差を少なくしましょう



入浴前に浴室の床や壁にお湯をかけ温めておきましょう

湯船にお湯を足すときはシャワーで足すと蒸気で浴室が温まります

お湯が熱すぎると血圧への影響が大きいため、湯の温度に注意2番風呂がおすすめです

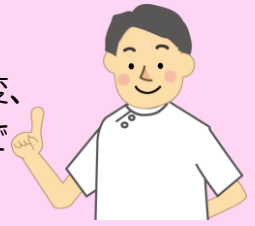
ハートケア横浜小雀 訪問リハビリテーションのご紹介

訪問リハビリテーションって何？

退院後の生活に不安を抱えている、歩くのが難しい、立ち上がりが大変、トイレに行くのが難しい、介助方法がわからないなど、ご自宅の生活で困っていることはありませんか？

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が直接ご自宅へ訪問し、

リハビリや介助指導、福祉用具の提案などを行い生活の支援をさせていただきます。



訪問リハビリの内容は？

- 日常の生活動作（トイレ、食事、着替え、入浴）
- 日常の基本動作（起き上がる、座る、立ち上がる、歩く、階段昇降）
- 介助方法の検討・指導（抱き起し方、車いすへの移乗の仕方）
- 家事動作の検討・指導（調理・洗濯・掃除）
- 住宅改修・環境調整、福祉用具の選択（手すり設置、段差解消、車いす選定）
- 外出練習、趣味活動の練習や指導
- 摂食嚥下（食べる・飲み込む）訓練
- ことばを話す・書くなどのコミュニケーションの訓練
- 自主トレーニングの検討・指導
- ……その他、なんでもご相談に応じます！



訪問リハビリの対象となる方

介護認定（要介護1～5、要支援1・2）を受けている方。

主治医が訪問リハビリの必要性を認めた方。

ハートケア横浜小雀訪問リハビリテーション

実施地域：横浜市戸塚区・栄区・泉区、鎌倉市・藤沢市の一部

営業日：毎週 月～土曜日 営業時間：8：30～17：30

利用料金：

介護与件給付の対象となるサービスの自己負担利用料金（利用者1割負担額）

20分:1回分	40分:2回分	60分:3回分
328円	655円	982円

その他加算

費目	利用料金	備考欄
サービス提供体制加算	7円/1日	
短期集中リハ加算Ⅰ	363円/1日	退院(所)日又は認定日から起算して1月以内
短期集中リハ加算Ⅱ	214円/1日	退院(所)日又は認定日から起算して1月超3月以内

どうぞ、お気軽にご相談ください。



介護保険の施設サービスである『介護老人保健施設』（以降『老健』）と『介護老人福祉施設』（以降『特養』）との違いについてのお話です。介護保険制度が開始されて以降、『特養』の需要は増加し、入所まで長い待機の施設がほとんどです。よってもうひとつの施設サービスである『老健』にも特養の入所を待つ方が多く入所されました。これは、これまで我々『老健』側が医師がいることと、リハビリの機能がある以外は、『特養』との違いを明確に出来ず『第2特養化』していたことも大きな原因です。そこで、ハートケア横浜小雀では『全国介護老人保健施設協会』から出された『老健の役割』に添った施設運営を開始しております。

《 老健の役割 》

1. 包括的ケアサービス施設
2. リハビリテーション施設
3. 在宅復帰施設
4. 在宅生活支援施設
5. 地域に根ざした施設

生活の場や終の住家である『特養』とハートケア横浜小雀が目指す『老健』の違いは、生活期のリハビリ機能や医療依存度の高い方の利用受け入れ機能があることと、『在宅復帰機能』と『在宅支援機能』が備わっているところです。この2つの機能によって、在宅との往復型の利用や在宅中心の生活など、より多彩なニーズにお応えすることが可能になります。皆様の現在の介護のご事情やご希望に応じて、この機能をお役立てくだされば幸いです。



今後は、より充実した機能をご提供出来るよう新たなサービスの開始も準備してまいります。

在宅復帰機能

短期集中リハビリ
認知症短期集中リハビリ
生活リハビリ
入所前後訪問・退所前訪問

在宅支援機能

ショートステイ（個別リハビリ）
緊急ショートステイ
訪問リハビリ
通所リハビリ（短期集中リハビリ）
退所後訪問・再入所

平成27年度 介護保険改正について

団塊の世代が75歳以上となる2025年、実に65歳以上の人口が3人に1人、75歳以上の人口が5人に1人という『超高齢化・少子化社会』が到来します。これにともない介護が必要な高齢者の数が急増し『大介護時代』が訪れるとされています。『介護予防』や『子育ての支援』などの対策も進んではいますが、この高齢化の数字を大きく変える効果には及ばないといわれています。そこでこれに備えるべく、国は介護保険法を改正します。昨年6月には『医療介護総合確保推進法』が成立しました。介護保険は一部給付が縮小され、市区町村が行う地域支援事業の重要度が増すなど、大幅に見直しが行われるようです。この紙面でも今後、皆様にとって気になる、また関連する今後の介護保険の変更点についてご案内していく予定です。