

きょうどうだより

医療生協さいたま ケアセンターきょうどう



川口市木曾呂 1347 番地

TEL 048-296-4973



2024年 6月号



能登半島地震災害支援に行ってきました

輪島診療所を拠点とし、友の会の方々の方々の安否確認、瓦礫の撤去、半壊した自宅の片付けなどを行いました。

ニュース等では、水が使えるようになった、仮設住宅ができたと報道されており、少しずつ復興しているようで良かったと思いがちですが、輪島市では未だ断水が続いており、瓦礫もそのままになっています。通常の生活に戻るにはまだまだ時間を要し、



今後も長期的な支援が必要な状況です。これらの状況を伝えながら、支援の輪を広げていく必要があると感じています。



訪問看護ステーション虹 高橋万穂（看護師）

温かい食事をする（生協10基本ケア④）

4 あなたがよい食事をする



ご自身で咀嚼して飲み込むより、熱いものに優しく食べたり、お粥や柔らかいものを、上手に食べたりしてください。

普段より食欲のある方で、食事の時間を楽しみにしておられます。なるべくご自分で食べて頂く為に、併にして配膳します。甘い煮豆や納豆がお好きで、食べながら「美味しい」と何度も言われ、ご自分で最後まで温かいうちに食べておられます。

デイから帰宅された日はお疲れが出ているのか持ち手が上がらず、自力摂取がままならない為、その際はヘルパーが介助します。

食事時の工夫として、併にする以外にも車椅子と背中の上に置んだバスタオルを差し込み姿勢を整えたり、スプーンを口元に持ちあげやすいようにテーブルの位置や高さを調整するなどしています。



ヘルパーステーションいぶき サービス提供責任者 岡地幸喜（介護福祉士）

制度改定に伴う料金変更について

訪問看護ステーション虹より、制度改定に伴う料金変更についてお知らせです。

介護保険の方

- ・4月より地域加算の変更で数十円～数百円の範囲で増額となります。
 - ・6月より加算や1訪問当たりの単価変更で増額となります。
- (1割負担の方だと約10円～100円)

医療保険の方

- ・6月より管理療養費・24時間対応等の変更で、増額となります。
- (1割負担の方だと約50～150円)

6月に契約書の更新をお願いしますので、ご署名等にご協力をお願いします。

訪問看護ステーション虹 小林幸恵 (事務)

事務からのお知らせです

- ・国民健康保険証
- ・後期高齢者医療保険証
- ・介護保険負担割合証

をお持ちの方、有効期限が

7月31日までとなっています。
例年7月中旬頃より順次ご自宅に発送されているようです。

訪問の際に確認させていただきますので、お手元に届きましたらお早めに中身をご確認下さい。

また限度額適用・標準負担額減額認定証をお持ちの方・新しく取得されたい方はお手続きが必要になりますので市役所までお問合せください。

訪問看護ステーション虹 新藤美幸 (事務)

ちょこっとレシピ

きゅうりのピリ辛漬け



台湾家庭料理



【材料】 ★きゅうり 2本 / 塩小さじ1

★砂糖/酢/醤油/ごま油 各大さじ、
生姜ひとかけ(細切り)、豆板醤(お好みの量で))すべて混ぜておく

【作り方】 ① きゅうりを叩き、塩をまぶししばらく置き、水気をしぼる。
② ①をあわせた調味料に入れ、1時間以上置けば出来上がり。

♥アレンジレシピ♥ うどんの上にピリ辛きゅうりと茹でた豚肉やささみを乗せて簡単サラダうどんに変身!



ヘルパーステーションいぶき 川原芳恵 (訪問介護員)

編集後記



お茶バックで湿気対策



湿気の多いこの時期は皮膚トラブルが多くなりますね。

紅茶やお茶のティーバックは、湿気の吸収に役立ちます。

介護的に使用するならば、ガーゼにくるみ、拘縮がある手の平に握らせたり、肘や膝の裏に挟むことで湿気を吸収し皮膚トラブルを軽減するそうです。

美味しく頂いたあとのティーバックをしっかりと乾燥させ使用してください。

また、ダニ予防に枕、タオル、布団などもこまめに日に当てたり、交換したりしましょう。



ヘルパーステーションいぶき 樋口正子 (介護福祉士)