いちがお園だより

発行 社会福祉法人はしうど福祉会
発行日 令和3年2月1日
No.312

ラニーニャの冬

1月上旬　ここ2年ほど、雪が降らない冬だったので、身も心も油断していたことを実感させる大雪が降りました。
窓もドアも凍る寒さとなり、どんどん雪が降ってきました。雨雲レーダーで確認すると、日本海沿岸部だけが真っ白。北陸地方も大変な様子です。ここ丹後町も大変なことに・・・

大雪になるとささやかれる「三八豪雪」エピソード
今から60年ほど前の、若かりし頃の雪との闘いを、ご利用者は昨日のことのように語って下さいます。2階から出入りした、など興味深いお話を聞く機会になります。20日ほども降り続いた雪の恐怖。さぞ、怖かったことだろうと、昔話に花が咲きました。

しかしながら、ご利用者をお迎えに行くのも一苦労、訪問にでても車を停めるところが確保できそうにありません。除雪も追いつかず、とても路地の中を行けそうにない！　お一人暮らしのご利用者の顔が思い浮かびます。公用車にはスコップを積み、雪をかき分けつつ玄関にたどり着く　という状況でした。

そんな時に地域の皆様から「ここに停めたらええで」と優しい言葉をかけていただいたり「ついでに雪をすかしておいたわ」と車が停めやすいように協力していただき、心の底からほっとしました。本当に助かりました。感謝いたします。
ラニーニャの冬はまだまだ雪が降りそうです。地域の皆様にはご迷惑をおかけしますが、車の駐車などのご協力がいただけると幸いです。

緊急事態宣言発令中

12月中旬以降、京丹後市内の高齢者施設での感染者の報告が毎日のように続きました。
身近に迫っている新型コロナウイルスの脅威を感じながら、できる限りの対策を進めています。

高齢者施設・介護事業所においてはご利用いただいております方の多くが持病を持たれる要介護者であることから、施設・事業所内での集団感染（クラスター）を未然に防ぐ必要があります。私たち職員も日々の体調管理と感染予防対策の徹底を行っております。
ご利用にあたり検温やマスクの着用、ご家族の体調などに係る情報提供をお願いしております。また、不要不急の帰省はなるべく控えていただき、帰省された場合はご連絡いただくなどの協力をしていただいております。これからもご利用者の皆様の健康と暮らしを守るために尽力してまいります。

在宅介護支援センター

こんにちは　ケアマネジャーです

京丹後市内では新型コロナウイルス感染が拡大し、予防に努める毎日ですが、今月は新型コロナウイルス感染症の影響による、京丹後市の介護保険の支援策についてご紹介します。

介護保険料の減免・介護保険料徴収の猶予

新型コロナウイルスの影響により、介護保険料を納付することが困難であると認められる方の介護保険料を減免・徴収が猶予されます

介護サービス利用負担額の減免

新型コロナウイルスの影響により、介護サービス利用料を負担することが困難であると認められる場合は、介護サービス利用料の減免が受けられます

問合せ先：　京丹後市長寿福祉課　0772-69-0330

京丹後市内でも新型コロナウイルスが流行しています。感染予防のためケアマネジャーがご自宅に訪問する際には、マスク、フェイスシールドを着用させていただいております。

いつもいちがお園のサービスをご利用いただきありがとうございます。
11月　いちがお園在宅介護支援センターでは満足度アンケートを実施しました。
108名の方にご協力いただき、回収率は88%でした。

ケアマネジャーの態度や言葉遣い電話応対や相談は丁寧に行っていますか等、接遇に関する質問では

接遇については78%の方が満足との回答でした

サービス計画は意向を聞き作成していますか　利用料などを説明していますか等、計画作成に関する質問では

計画作成については75%の方が満足との回答でした

ご意見

- 訪問の約束時間に遅れる場合は、電話で連絡ください
- いつもいろいろなことを相談していますが、てきぱきと処理していただき、心強く思っています
- コロナのため、直接話す機会が取りにくい状況なので電話だけではお互いに不十分なところがあるのは仕方がないですね
- 急な変更のお願いでも気持ちよく対応してくれてありがたく思っています
- 今までできていた事ができなくなり、認知症も進み、本人も介護するほうもだんだんストレスがたまります
  ケアマネジャーのアドバイスには救われます
- 認知症や体力の衰えが進んできて、介護の負担を感じます
- 唯一気軽に介護のことを聞ける方です。わからないことはいつも相談しています

アンケートにご協力いただき、意見を聞かせていただきました。一部のご紹介です。ありがとうございました。

宇川診療所休診日

12日　午前　休診
　　午後 代診
22日　休診

コロナ外！

2月

1日　書道
2日　生花
5.19日　手芸

5日　第三四半期監査
18日　理事会
25日　メンタルヘルス研修会

あきはの里 新年会

職員手作りおみくじです

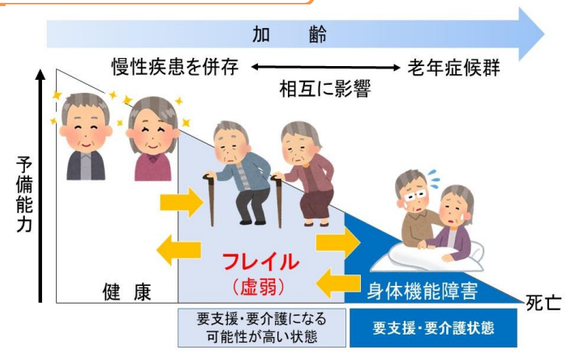
グループホームいわきの里

宇川診療所

宇川診療所
所長
松田哲朗医師

フレイル予防について

フレイルとは、わかりやすく言えば「加齢により心身が衰えた状態」のことです。
しかし、フレイルは、早く介入して対策を行えば元の健常な状態に戻る可能性があります。
高齢者のフレイルは、生活の質を落とすだけでなく、さまざまな合併症も引き起こす危険があります。



フレイル予防のためには

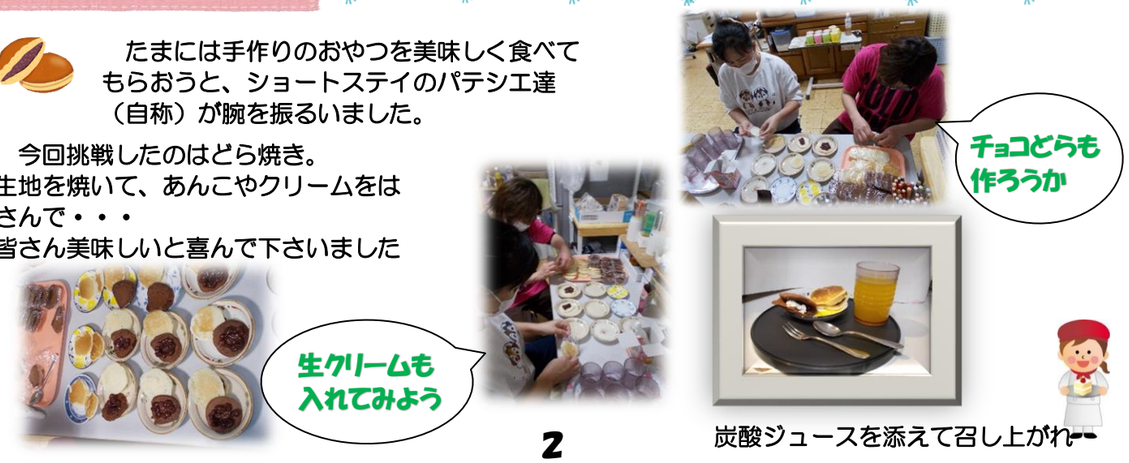
1、とにかく体を動かす
　（散歩　デイサービス　通所リハビリ）
2、好きなものを何でも食べて、栄養をつける
3、趣味の時間を持つ
4、1日1回は、友人、知人（家族以外）とおしゃべりする
5、よく眠る（快眠）：時間は短くてもOK

皆さんもフレイル予防に努めて、元気な日々を過ごしましょう。

ショートステイ

たまには手作りのおやつを美味しく食べてもらおうと、ショートステイのパテシエ達（自称）が腕を振るいました。

今回挑戦したのはどら焼き。
生地を焼いて、あんこやクリームをはさんで・・・
皆さん美味しいと喜んで下さいました



炭酸ジュースを添えて召し上がれ～