

社会福祉法人 ふたほ園

2017年 7月号

発行 第 227号

# さんみ苑だより！！

## 苑 長 あ い さ つ

空梅雨で一向に雨が降りません。素人なりに施設の周囲の田んぼを見ながら、折角田植えをしたのに大丈夫かと気になりました。とは言うものの家に帰れば、毎夕水道水でプランターに植えた野菜に散水しています。さんみ苑のそばの大きな用水路に水が流れなくなって時間が過ぎていきます。音をたてて流れていたのに、水は農地に潤すために方向転換を試みたいですね。いつ梅雨になるのだろうか思いながら、今日も雨が降らないのでスクーター通勤です。

## テ イ サ ー ビ ス ( 高 齢 )

天の川が美しい季節となりました。  
暑さが厳しくなってきました。体調には十分気を付けて下さい。  
今月も楽しい行事があります。暑さに負けずに一日一日を過ごしていきましょう。

7/3 (月) 詩吟 (萩岳風会三隈支部) さんみ苑  
午後2時～ 慰問

7/28 (金) フラワーアレンジメントです。  
午後2時～

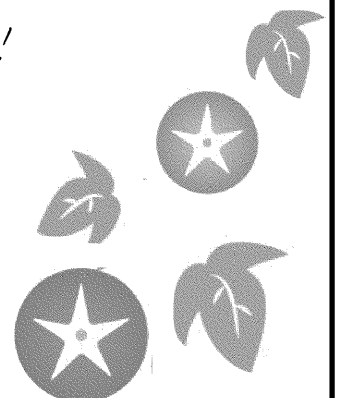
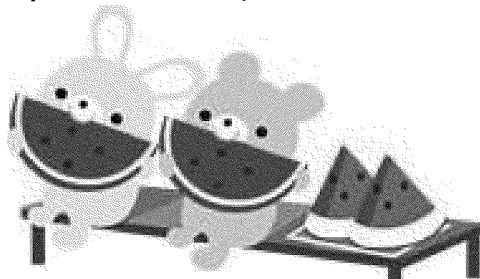


## 障がい者支援(入通所・ケアホーム)

だんだんと暑さが増えています。  
体調管理にはお気を付け下さい。

7月は「芸能の日」や「野外交観会」などがあります!!

暑さをはねのけて、楽しく元気に過ごしましょう!



# 高齢相談支援



## 介護保険のいろは③

介護保険サービスを利用するとどのくらいお金がかかるの？



介護サービスを利用した場合、原則費用の1割または2割を負担し、9割または8割が介護保険から給付されます。

在宅サービスでは、要介護状態区分に応じて上限額（支給限度額）が決められています。上限額の範囲内でサービスを利用する場合は、利用者負担は1割または2割ですが上限を超えてサービスを利用した場合には、超えた分は全額利用者の負担となります。

※ 詳しくは担当のケアマネジャーにご確認下さい。

要介護状態区分	支給限度額（1ヶ月）
要支援1	50,030円
要支援2	104,730円
要介護1	166,920円
要介護2	196,160円
要介護3	269,310円
要介護4	308,060円
要介護5	360,650円

次回は…利用料が少しでも安くなる方法は？

# 厨

# 房

暑い夏が近づくとつれて、心配になるのは熱中症です。熱中症とは「あつさ」によって引き起こされる、様々な体の不調のことをいいます。原因や対処・予防法を身につけ被害を食い止めましょう。睡眠不足は免疫機能低下を起し、熱中症を引き起こし易くなります。睡眠時間を8時間程度は確保し、生活リズムを整えましょう。また、のどは渴いていなくても水分は適度にとるようにしましょう。のどが渴いた状態になったときでは遅いので、水分は携帯しておきましょう。夏の直射日光を防ぐためにも外では帽子をかぶるようにしましょう。服装の色については白めの色が良いとされています。通風に優れた服を選びましょう。自分だけ熱中症に注意するのではなく、気がついたら周囲の人にも声をかけて、みんなで熱中症を予防したいものですね♪



# 編集後記

## 「向日葵」

先日、訪問先のお宅に向日葵の苗が植えてありました。「あ～大好きな向日葵だ!!」、去年までは植えてなかったな～と思いながら。玄関を開けてご挨拶すると、満面の笑顔、最近の生活をお聞きすると向日葵が植えてある理由もわかりました～。その方の好きな言葉「蛙のたわごと」蛙が「があがあ」と鳴いているように。たわいもない日常生活を、お話したり、時には文章にしてみるのも良いものですね！

今月もお読みいただきありがとうございました。

在宅介護支援センター 山根

高齢の方や障がいをお持ちの方、介護をされている御家族の方の在宅生活を応援します。生活の中での悩みやお困りごとなど何でも構いません。介護保険に関する問い合わせにも対応いたします。お気軽にご相談ください！ ※個人情報(秘密)は厳守いたします。

住所

〒759-3721  
萩市三見3852番地1(蔵本)

電話

27-5000

高齢は杉本、谷井、松井、山根が障がい(入所、通所の相談)は、縄田、濱岡が対応いたします。